

1 人生会議 することのメリットってなに？

人生会議って最近、ニュースでも耳にするけど
どんなメリットがあるのかよく分からない・・・



● 将来の医療やケアに、あなたの希望が反映されやすくなります

もしもの時、あなたの気持ちを代弁してくれる方にとっても重要な助けとなります

2 人生会議は、いつから 始めたらいいの？

わたしは元気だし、まだはじめる必要ってないよね
若い人にも必要なのかな？



● 今からはじめましょう

事故や病気で突然に、あるいは認知症でだんだんと、自分の気持ちを表しにくくなってしまいうこともあります。その前にはじめましょう

3 人生会議は、誰と 話し合うの？

誰と話し合ったらいいのかな？
家族がいない人もいるよね？



● あなたの希望を理解し、尊重してくれる人と

それが家族だけでなく、友人であっても構いません
また、医療や介護を受けている人は、家族や医療・介護関係者と一緒に話し合しましょう

● 大事なポイント

- 心の中で思っているだけでは、希望は叶わないかもしれません。周囲に思いを伝えましょう。
- 簡単には決められない大切なことです。結論を出さなくてもいいのでたくさん話し合ってみましょう。
- 気持ちや思いは、時間とともに変化したり、健康状態によっても変わる可能性があります。だから、何度も繰り返し考え、話し合しましょう。



大切な人と あなたの 人生会議

あなたにとって、大切なことはなんですか？
もしもの時に備えて、医療・ケアについての希望や思いを
家族や医療・介護関係者と共に話し合っておく、それが人生会議です
希望に沿った医療・ケアを受けながら
最期まであなたらしく豊かに生きるため、一緒に考えてみませんか

あなたに
決めてほしいな

〇〇は
嫌だなあ

これが好き！

まだ分からない

これを
大切にしたいな



吹田市

人生会議の進め方

以下のSTEP 1～5の流れを、人生会議といいます。

将来、あなたの希望する医療やケアを受けるために、前もってあなたの大切なことや望んでいることを大切な人に伝えておくことが重要です。

大事なポイント
気持ちが変化することもあります。
いつでも、何度でも
くり返しましょう。

ここから
スタート!

STEP 01 あなたの大切にしたいこと

はどんなことを考えましょう

好きなこと、嫌いなこと
人生の目標や大切にしていること
どんな医療・ケアを受けたいか

STEP
01

考えてみましょう
～例えば、こんなこと～

音楽が大好き
ペットと過ごしたい
命を伸ばすだけの治療は
受けたくないなあ

少しでも長生きしたい
食べることはいつまでも
楽しみにしたいなあ

考え、話し合ったことを

STEP 05 書き留めておきましょう



家族や医療・介護関係者と内容を
共有しましょう

STEP
05

伝えていきますか
あなたの気持ち

最期まであなたらしく
あるために

STEP 02 あなたの代わりに気持ちを

伝えてくれる人を選びましょう

あなたの希望を理解し、尊重できる人は誰?



STEP
02

ここが大切

STEP 04 あなたの思いについて 信頼できる人や医療・介護関係者と 話し合きましょう



なぜそう思うのか?
その理由も話し合きましょう

STEP
04

STEP 03 かかりつけ医に相談しましょう

あなたの今の健康状態について
理解していますか?



病状や治療について
分からないことを聞きましょう
(病気療養中でない方は省略)

STEP
03

次のページで、**人生会議**のことを、もっと知ってみましょう