

～私の思い 記入シート～  
意見をいただきたいポイント



私の思い  
記入シート

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？』

医療・ケアについての希望や思いを家族や医療・介護スタッフと  
共に話し合い、最期まであなたらしく豊かに生きること…

一緒に考えてみませんか

A4サイズからA5サイズに変更しています。

このサイズに変更したことで見やすさや使  
いやすさはどうか等についてご意見をいた  
だければと思います。

シートの名称は

「私の思い 記入シート」

名称へのご意見はありますか。

「あなたにとって大切なことはなんですか」との文言を強調して、このシートで主に考えてほしいポイントを伝えています。

## はじめに

人生会議は、もしもの時でもご本人が希望する医療やケアを受けられることを目指した取り組みです。

実際、もしもの時には約70%の方が意思表示できない状態にあると言われ、本人の意向が分からない家族が戸惑うことがあります。

あなたの大切な人と、日頃から話し合っておくことが大切です。話し合うきっかけとして、この記入シートをご活用ください。

### 人生会議をしていたら



もしもの時に受ける医療やケアに

残された大切な人にとって



あなたの希望が  
反映されやすい

考える時の  
大きな助けになる



人生会議は、そのための第一歩です

## 3つの大切なポイント

- ① わからない、考えたくない気持ちも尊重されます。  
あなたのペースで考えてみましょう。
- ② 時間や状況の変化で、気持ちは変わることもあります。  
繰り返し話し合しましょう。※ 記入した日付も記載しましょう。
- ③ 健康上の問題をお持ちの方は、医療・介護スタッフとも  
話し合しましょう。

このページでは、人生会議の必要性やそのメリット等を伝えるページです。

人生会議が必要な背景や本人や家族等、大切な人にとってのメリットを記載しています。

導入として、このような内容でよいかの視点でご意見をいただければと思います。

人生会議を進めていくにあたっての大切なポイントを下に記載しています。

導入で伝えるべきポイントはこのような内容でよいかご確認いただければと思います。

**Q 1** これからのあなたにとって、大切なことは  
どんなことですか？ (複数回答可)

日常生活を思い浮かべながら、あなたの生活の中で大切にしていることは何か考えてみましょう。

- 家族や友人と一緒に過ごせること
- 好きなことができること
- ひとりの時間が持てること
- 痛みや苦しみが無いこと
- 家庭や仕事において、自分の役割を果たせること
- 経済的に困らないこと
- 家族の負担にならないこと
- 納得いくまで十分な治療を受けること
- 大切な人に思いを伝えること
- 信仰に支えられること
- 望んだ場所で過ごすこと
- その他

Q 1 は本人の大切なこと、価値観を聴取する部分です。

前回と比べ、いくつか選択肢を追加・修正しています。選択肢の内容について、ご意見いただければと思います。





**Q 2 あなたの楽しみや生きがいは何ですか？**

理由も含めて書いてみましょう



**Q 3 あなたの生活の中で、不安や心配に思うことはありますか？**  
(複数回答可)

将来のことも含めて、考えてみましょう。

- |                                       |                                   |
|---------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 今の体調のこと      | <input type="checkbox"/> 家族に関すること |
| <input type="checkbox"/> 経済的なこと       | <input type="checkbox"/> 仕事のこと    |
| <input type="checkbox"/> 今後の病状や見通しのこと | <input type="checkbox"/> ない       |
| <input type="checkbox"/> その他 ( )      |                                   |

具体的な内容を書いてみましょう

Q 2 は楽しみや生きがいを考える部分です。  
ここは前回と変更はありません。

Q 3 は不安や心配に思うことです。

今回は「気がかり」という言葉を使っていましたが、「不安や心配に思うことはありますか？」と少し平易な言葉に置き換えています。

また、自由記載欄も追加しています。

文言や表現についてこのようなイメージでよいでしょうか。

**Q 4** あなたにとって重要で、「生きていく上で、絶対に欠かせない」と思うことはありますか？もし、お考えがあればお書き下さい。  
(複数回答可)

- 特にない
- わからない
- 自分で体を動かせること
- 食べたり飲んだりできること
- 自分で排泄ができること
- 周囲に自分の思いを伝えられること
- その他 ( )

なぜそう考えたのか、その理由を具体的に書いてみましょう。

**Q 5** もしも急な病気等で、あなたが医療やケアへの希望を伝えられなくなった場合、あなたをよく理解し、あなたが望む医療やケアについて考えてくれそうな人は誰ですか。  
(複数回答可)

- 配偶者
- 子ども (続柄: )
- 父
- 母
- 兄弟 (続柄: )
- 友人
- パートナー
- その他 ( )
- いない

その方に対して、もしもの時にあなたが受ける医療やケアについて、代わりに考えてもらいたいということを伝えていますか？

- 伝えている
- 今後伝えようと思っている。
- 伝えていない

※ 伝えていない方は、何か理由はありますか？

( )

前回は「これができなければ生きる意味が見いだせない」と表現していましたが、これをプラスの表現に言い換えしています。

また、少し侵襲性がある質問ですので、「もし、考えがあればお書きください」と前置きしていたり、「特にない」・「分からない」の選択肢も前に置いています。

この設問のあり方について、この内容でよいかご意見をいただければと思います。

下の伝えているかの設問では、「今後伝えようと思っている」という選択肢も追加しています。

これらの表現や選択肢について、これでよいかご意見をいただければと思います。



※ 現在、健康上の問題がある方は、⑥6～7にお答え下さい。  
そうでない方は、⑦8に進んで下さい。

Q 6 現在の体の状態や、今後の見通しについて、  
どのように理解していますか？

Q 7 現在の病状や今後の見通しについて主治医から  
説明を受ける際に、何か希望はありますか？

- すべて詳しく知っておきたい
- 現在の状態だけを、大まかに知っておきたい
- 現在の状態や今後の見通しはあまり知りたくないの  
で、家族等の信頼できる人に伝えておいてほしい
- わからない



Q 6～7は、健康上の問題がある方のみ答える内容として  
います。こういった構成でよいか、御意見をいただけ  
ればと思います。

Q 6では、現在の病状や治療に対する理解度を確認する  
質問で、前回と内容は同じです。

Q 7は病状や今後の治療方針について、どこまで知りたい  
か意向を確認する質問です。

下の図では、「知りたい」・「知りたくない」の例示も踏  
まえながら考えていただくようにしています。

設問や選択肢について、このような内容でよいかご意見を  
いただければと思います。

◎ 8～9は、もしも急な病気やケガ等によって、自身の希望が伝えられなくなった時を想定した質問です。思いや希望があれば、考えてみましょう。

◎ 8 もしも体の状態が悪くなり、これ以上の治療は難しいと医師が判断した場合、どんな医療やケアを希望しますか？

- 少しでも長く生きられるような治療（延命治療）を受けたい
- 回復する可能性が少しでもあるなら治療を受けたい（延命効果しか認められない治療なら、中止したい）
- 苦痛を和らげる医療やケアを受けたい
- わからない
- その他

（ ）  
なぜそう考えたのか、その理由を具体的に書いてみましょう。

◎ 9 もしも体の状態が悪くなり、治療の効果が見込めない場合、どこで過ごしたいですか？

- 病院       自宅       施設
- その他 （ ）

なぜそう考えたのか、その理由を具体的に書いてみましょう。

Q 8～9は、もしもの時を想定した質問になります。

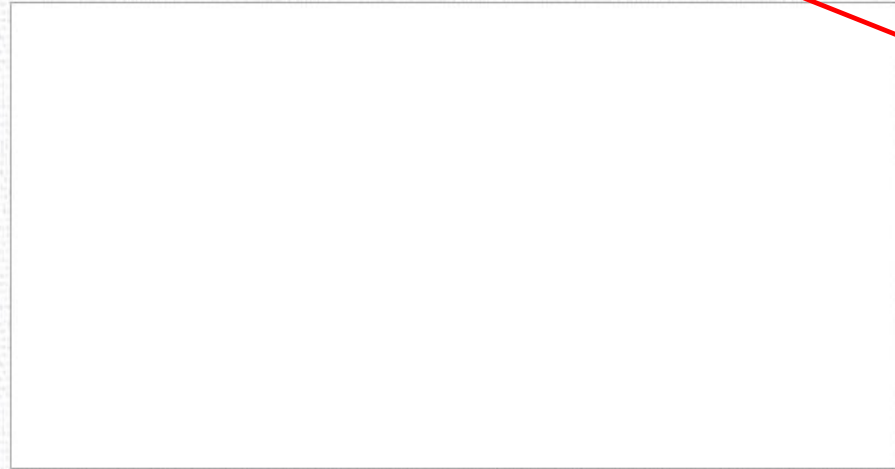
Q 8では、もしもの時の医療やケアへの希望・方向性を伺う質問です。選択肢も前回の意見を踏まえ、表現を変えています。

設問のあり方についてもご意見頂ければと思います。

Q 9は、本人の望む療養場所の方向性を伺う質問です。前回と大きな変更点はありません。



## Q 10 その他、伝えておきたいこと



- 記入するだけでなく、大切な人や医療・介護スタッフと話し合い、思いを共有しておくことが大切です。
- 気持ちが変わることもあります。その場合は、繰り返し話し合しましょう。
- 入院する時、在宅医療を受け始める時、施設に入所する時等、このシートを活用して希望を伝えましょう。

私の思い  
記入シート

大切な人とあなたの **人生会議**

2023年〇月発行

吹田市健康医療部 保健医療総務室

令和4年度吹田市地域医療推進懇談会作業部会により作成

Q10を追加しています。

その他伝えておきたいこととして自由記載にしています。

一通り考え話し合い終わった後で、お伝えしておきたいポイントを記載しています。

これらの内容に過不足がないかご意見をいただければと思います。

### ※ その他

このシートはあくまでもしものときを想定して、もしものときの医療・ケアの方向性を共有することまでを目的としたシートです。もしものときの具体的な医療・ケアへの意思決定の話し合いは、このシートの先にあると考えています。