あなたはこの漫画の登場人物の「サチ」さんです。空白のフキダシの〔　　〕の中に、
ご自分のことだと思って、具体的に思いつく言葉を書いてみましょう。



厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare
法人番号6000012070001　〒100-8916 東京都千代田区霞が関1-2-2　電話 03-5253-1111（代表）
Copyright © Ministry of Health, Labour and Welfare, All Rights reserved.



豊かに人生を生き抜くために

「人生会議」で見えてくる 自分らしい生き方、大切な人、大事な想い

「人生会議」をすることは、“もしものとき”に
あなたの望みをかなえる第一歩となるはずです

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

「人生会議」とは？



「人生会議」とは、アドバンス・ケア・プランニング（ACP：Advance Care Planning）の愛称です

あなたは“もしものとき”、どのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいですか？**「人生会議」**とは、あなたがこれまでに大切にしてきたことや、これからの望む生き方について考え、“もしものとき”にどのような医療やケアを望むかについて、大切な人や信頼できる人と**「繰り返し話し合い、共有する」**ことです。

何度でも繰り返し考え、話し合うことが大切です

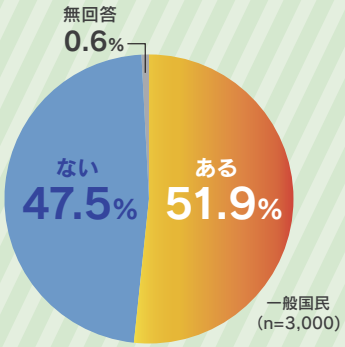
人の想いはうつりゆくものであり、その時々で考えが変わっていくことがあります。「人生会議」に正解はありません。その都度、繰り返し話し合うことは、自分の気持ちを伝えられなくなった“もしものとき”に、あなたの心の声を届けることができる、かけがえのないものになります。あなたの意思を尊重した最善の医療やケアを受けるために、まずは日常の中で、自分の想いを言葉にすることからはじめてみませんか。

“もしものとき”のこと、話し合っていますか？

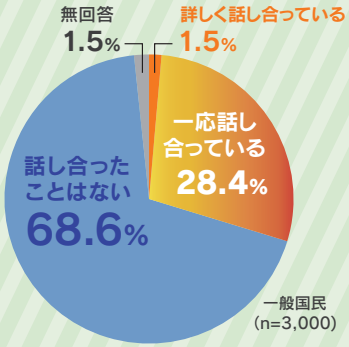
下のグラフをみていただくとわかるように、多くの方が必要だと考えてはいても、まだ話し合えていないのが現状です。あなたも同じだとしても、それは決して特別なことではありません。



あなたは、人生の最終段階における医療・ケアに関する希望について、これまでに考えたことはありますか？



あなたが人生の最終段階で受けたいもしくは受けたくない医療・ケアについて、ご家族等や医療・介護従事者と詳しく話し合っていると思いますか？



出典：令和4年度人生の最終段階における医療・ケアに関する意識調査の結果について（報告）

「人生会議」の進め方

人生会議をしたいと思っている方

健康な方

人生に大きな影響を与えるかもしれない病気になった方

自分の意思や価値観を理解してくれる人を選ぶ



もしものときに自らの意思を推定してほしいとお願いする

自分が大切にしたいことを話し合って、価値観を共有する

医療・ケアの目標や具体的な内容について話し合う

心身の状態に応じて意思は変化しうるため繰り返し話し合う



「人生会議」についてのポータルサイトができました！
詳しく知りたい方はこちらからサイトへ ▶▶▶
https://www.mhlw.go.jp/acp-jinseikaigi/

※「人生会議」の取り組みは、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。