

もしもの時のために 伝えたいこと 話し合っておきたいこと

こうしたいノート

(オリジナル エンディングノート)



【こうしたいノートの置いてあるところ】

◆ 岩手県立久慈病院 1階待合ホール

◆ 元気の泉 パンフレット置き場 など

誰かといっても、ひとりでも、人生において自分自身の治療や介護などの選択が必要な時が訪れる可能性があります。

将来の私のために、また、一緒に寄り添ってくれるさまざまな人たちのために、話し合いを手助けし、書き残して伝えておくための冊子です。

医療と介護のデザインプロジェクト 



主催：久慈市地域包括支援センター
共催：岩手県立久慈病院

問い合わせ先 久慈市地域包括支援センター 61-1557

① 私のプロフィール・・・・・・・・・・ 1

② 私が大切に

③ 最期の時

④ 安心お役

⑤ のこすこ

大切なメッセ

付録 ご家族

提供 岩



もし、認知症や寝たきりなどで介護が必要になった時、あなたならどのようにしたいですか？

◎ どこで暮らしたいですか？

➤ 『どのように生きたいのか』を考える手助けをする こうしたいノート

人生において自分自身の治療や介護などの選択が必要な時が訪れる可能性があり、場合によっては、自分で意思決定ができない状態となることもあります。

この冊子は、もしもの時のために「どのように生きたいのか」を考え、話し合いを手助けするものです。

備考

る

※早目のご相談をお勧めします。地域包括支援センター (0194-61-1557)

◎ 決めてくれる人、判断してくれる人

関係 備考

➤ 『話し合うこと』と『書いておくこと』

日頃から、自分は「何を大切にしたいのか」「誰と過ごしたいのか」「どのような旅立ちを希望するのか」など、家族や友人など自分を理解してくれる人（代理判断者）と考えや想いを共有することが大切です。

また、書いておくことにより、その時がきても、一緒に寄り添ってくれるさまざまな人たちが、考えや想いを汲んで支援を行うことができます。

書いて
きたい
たくない

③ 最期

もし、これから回復が見込めない最期の段階になった時、あなたならどのようにしてほしいでしょうか？

☀️ 話をしたい人、会いたい人

氏名 住所 電話 関係 備考

緩和（か）

痛みや苦しみを減らす。終末期や死のはじめの時期

～ 例えば次の時

- ・ 体を拭いて
- ・ 痛みや苦しみを減らす
- ・ 体の向きを調整して
- ・ 痛みを防ぎます
- ・ 痰がたまらないようにします

延命（えいめい）

もとの病気を治す。死を延期したい場合、死を決定すること

～ 例えば次の時

- ・ 物が食べられなくなった時
- ・ 水が飲めなくなった時
- ・ 呼吸が止まった時
- ・ 心臓が止まった時

➤ 『楽しく真面目に作りました』まずはご覧ください

この冊子は、医療と介護のデザインプロジェクトで公募により参加した高校生8人を含む市民、医師、看護師、介護職員、ケアマネジャー、市役所職員など43人が協働し作成しました。

参加した高校生からは「普段から親へ感謝の気持ちを伝えたい」「将来、医療や介護の仕事に就きたい」「命の重みを感じた」という感想がありました。

まずは一度手に取ってご覧いただけると幸いです。



☘️ 大切にしていること、大切にしている物