



『人生会議について』

日時：令和8年9月15日（火） 13：00～14：00

場所：萩野町内会館

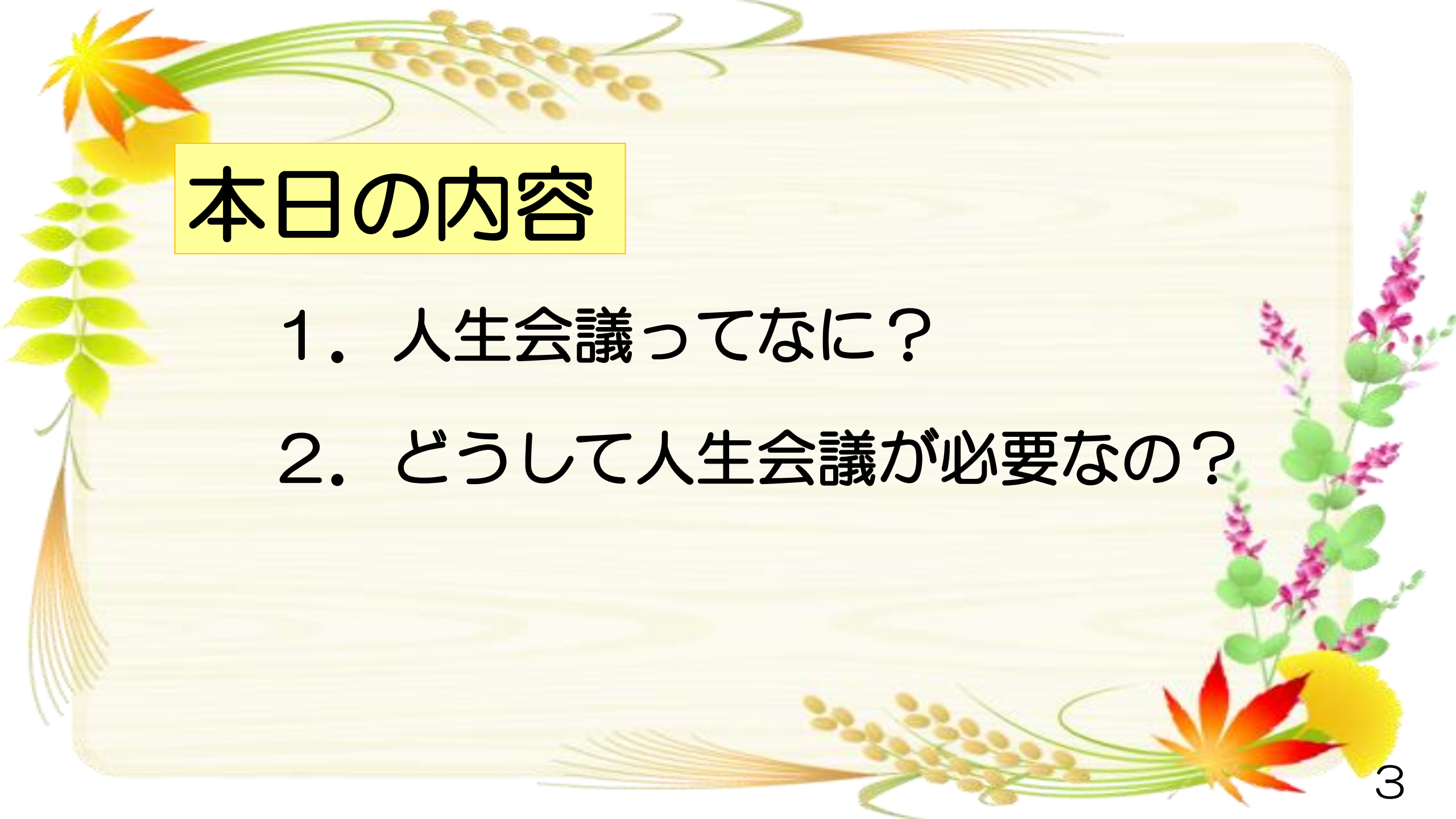
ほくと・ななえ 医療・介護連携支援センター
コーディネーター 眞嶋 史恵
社会福祉士・介護福祉士



本日の流れ

令和8年9月15日（火） 13時00分～
萩野町内会
『人生会議について』

- | | | |
|----|-------|-----|
| 1. | 講演 | 40分 |
| 2. | 個人ワーク | 10分 |
| 3. | 休憩 | 5分 |
| 4. | 質疑応答 | 5分 |



本日の内容

1. 人生会議ってなに？
2. どうして人生会議が必要なの？

人生会議の言葉からのイメージ

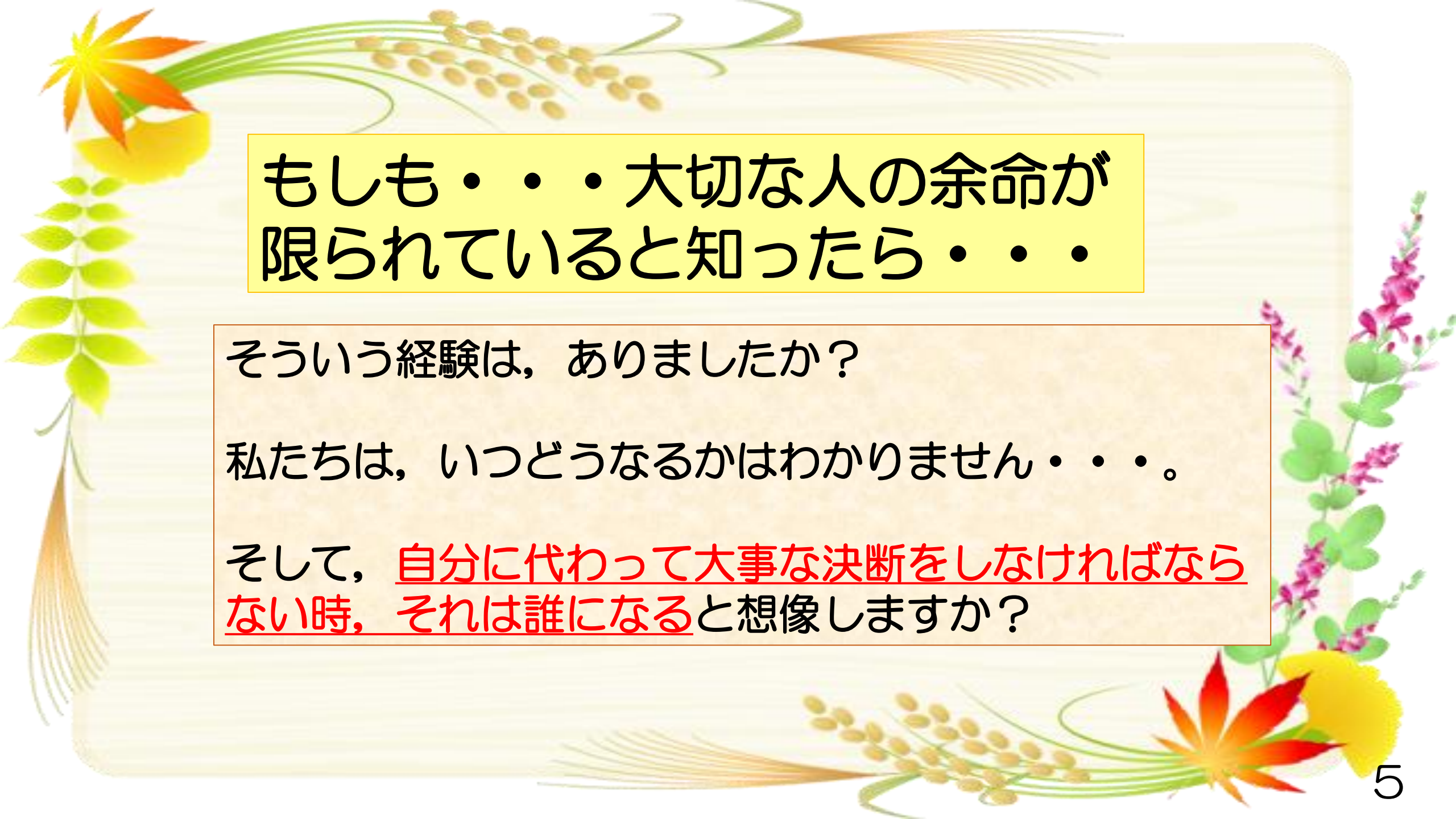
終活

エンディングノート

難しそう

縁起でもない





もしも・・・大切な人の余命が
限られていると知ったら・・・

そういう経験は、ありましたか？

私たちは、いつどうなるかはわかりません・・・。

そして、自分に代わって大事な決断をしなければなら
ない時、それは誰になると想像しますか？

「もしものとき」ってどんな時？

1. 例えば病気や事故で意識不明になったとき
2. 例えば脳出血や脳梗塞で意識はあっても会話や意思を伝える能力が無くなってしまったとき
3. 認知症が進行したとき
4. その他の状況で意識不明の状態が続いているとき
5. 進行性の疾患があり今後の治療を決めるとき

「もしものとき」の話しって 何で話しづらいの？

1. そんな話し，したくない
2. そんな話し，したら迎えが早く来る
3. 家族から「そんな話ししないだよ」と言われた

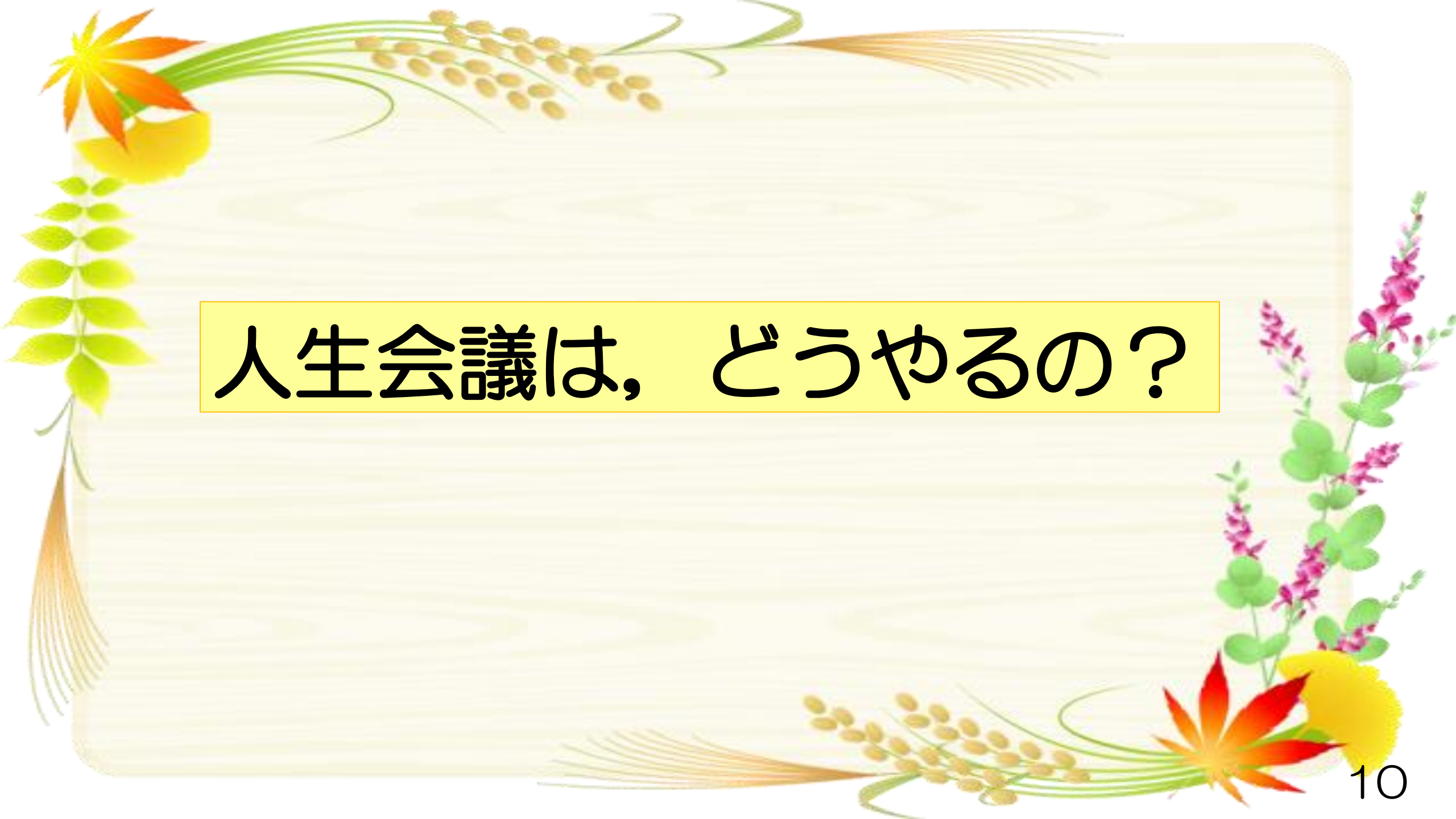
➡ 「もしものとき」のための大事な話しなのに・・・
話しにくいのはなぜ？

どうして話し合いが必要なのか？

- 「もしものとき」の状態になると約7割の方が、
これからのこと（医療・ケアなどを含む）を、自分で決めたり
人に伝えたりすることができなくなるといわれています
- 自分がどんな生活を望んでいるか、どんな医療やケアを受けたいかを、大切な人と話し合っておくと、「もしものとき」に、
自分の思いに近い形で支えてもらえる可能性が高いといわれています

どうして話し合いが必要なのか？

- 「もしものとき」自分にとって身近にいる大切な人に 決断を託す ことになるかもしれません
- 自分が受けるかもしれない医療・ケアについて、自分の思いを伝えておくことは、もしもの時に 決断を託される人の負担や迷い、葛藤を減らす ことに繋がります
- 「もしものとき」の話し合いは、 自分のため でもあり、 大切な人の心を守る ことにも繋がります

The background features a light beige, lined notebook paper texture. It is decorated with autumn-themed illustrations: orange and yellow maple leaves, green ferns, and golden wheat stalks in the top-left and bottom-left corners. In the bottom-right corner, there are purple flowers, green leaves, and a yellow flower. The text is centered within a yellow rectangular box.

人生会議は、どうやるの？

もしものときのために
ACP 人生会議
「人生会議」

11月30日 (いい看取り・看取られ) は人生会議の日

A colorful illustration of a family. In the center, an elderly man with glasses and a mustache sits in a blue wheelchair. He is wearing a brown sweater. To his left, a woman in a yellow shirt holds a baby in a blue blanket. Behind her, an older woman in a purple top stands. To the right of the man in the wheelchair, a man in a brown shirt stands. In the foreground, a young girl in a red dress and a young boy in a blue shirt and cap are waving. A small white dog is on the far right. The background is a simple light blue sky with a few clouds.

このような取組は、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。



https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html



**話し合いの結果を
大切な人たちに伝えて
共有しましたか？**

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため
何度でも 繰り返し考え 話し合いましょう

もしもノート はこだて -人生会議の説明書-

もしも、突然事故にあったら．．．
もしも、重い病気になったら．．．

将来、自分で自分のことを決められなくなるかも知れません。
そんな『もしも』の時に備えて、今のあなたの思いや願いを
整理してみましょう。

「もしもノートはこだて」は、あなたが大切にしていること
や人生の最期に望むことを、ご家族や医療・介護支援者と話
し合う「人生会議」についての説明書になっています。

最期の瞬間まで「あなたらしく」生きるために、ご自分の思
い、願いについてご家族や医療・介護支援者と話し合ってみ
ませんか。



「自分が大切にしたいこと」や
「希望する医療・ケア」について、
どう考え、誰に伝えたらいいのか…
そんな“あなたの思い”を整理する
お手伝いができます！

もしもノート寸劇動画は
こちらからご覧になれます



元気なうちから話し合うのが
当たり前そんな地域になれるよう
にしていきましょう！

《「もしもノートはこだて」のご活用について》

「もしもノートはこだて」は、病気や事故など“もしも”の時に備えて、自分が大切にしたいことや望む医療・ケアを整理し、家族や支援者と話し合うためのノートであり、書くことよりも価値観を共有することを重視し、気持ちの変化に合わせて見直ししながら、自分らしい生き方を選ぶために活用する冊子です。

ご自身が大切にしたいことは何か、ご家族に伝えておきたいことは何かを考えてみてください。そして、ご家族や大切な方と「もしも」の時にについて話し合うきっかけとして、「もしもノートはこだて」をご活用いただければ幸いです。

このノートについてのご質問やご相談は、以下の窓口で受け付けております。

【函館市医療・介護連携支援センター

電話：0138-43-3939】

【ほくと・ななえ医療介護連携支援センター

電話：0138-42-1232】

本活動を通じて、地域の皆様が安心して人生の選択を考えることができるように取り組んでおります。

ご理解とご協力を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

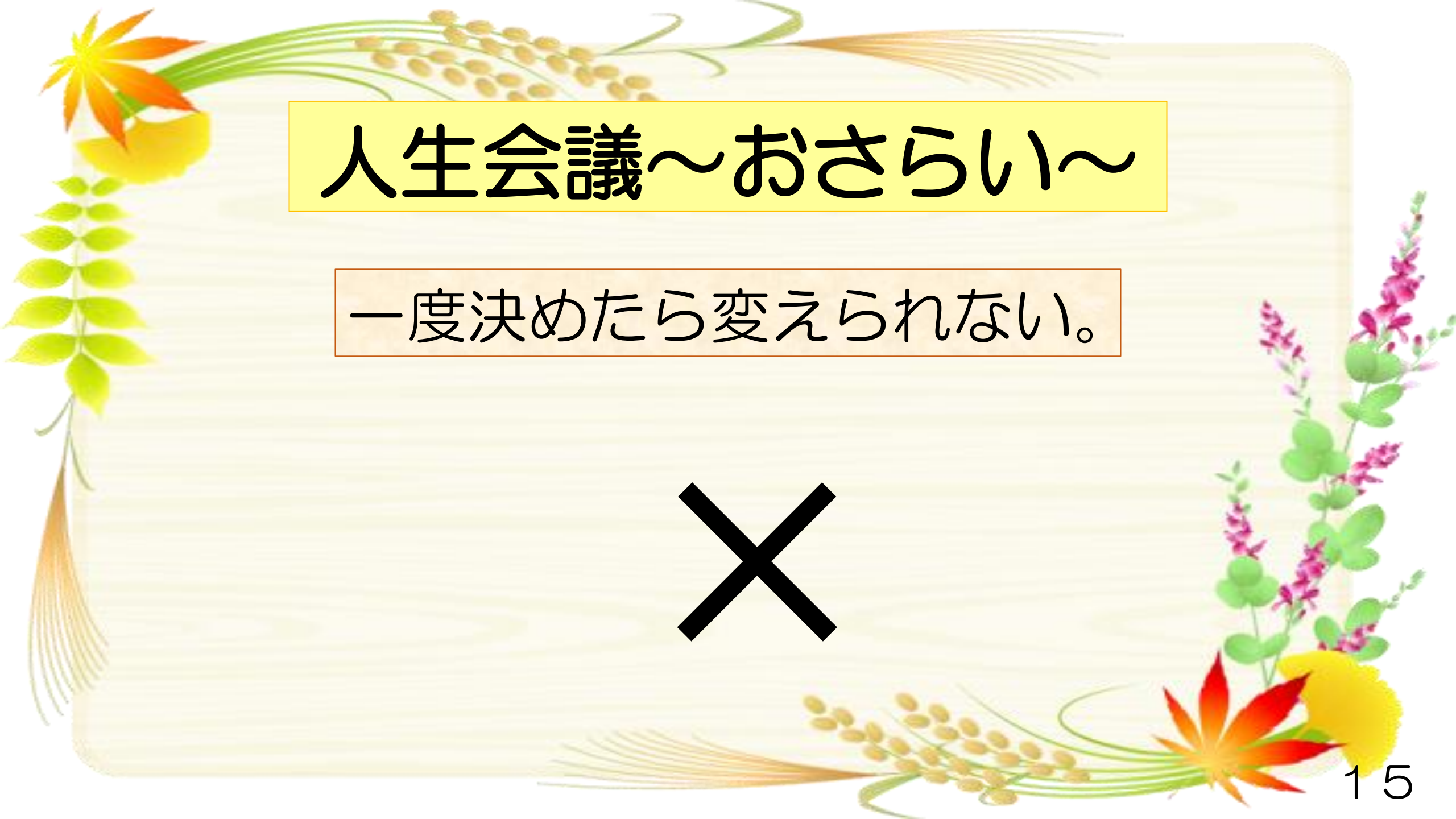
「センターホーム
ページ」はこちら



人生会議～おさらい～

自ら望む人生の最終段階における医療・ケアについて，前もって考え，医療・ケアチーム等と繰り返し話し合い共有する取組のことである。

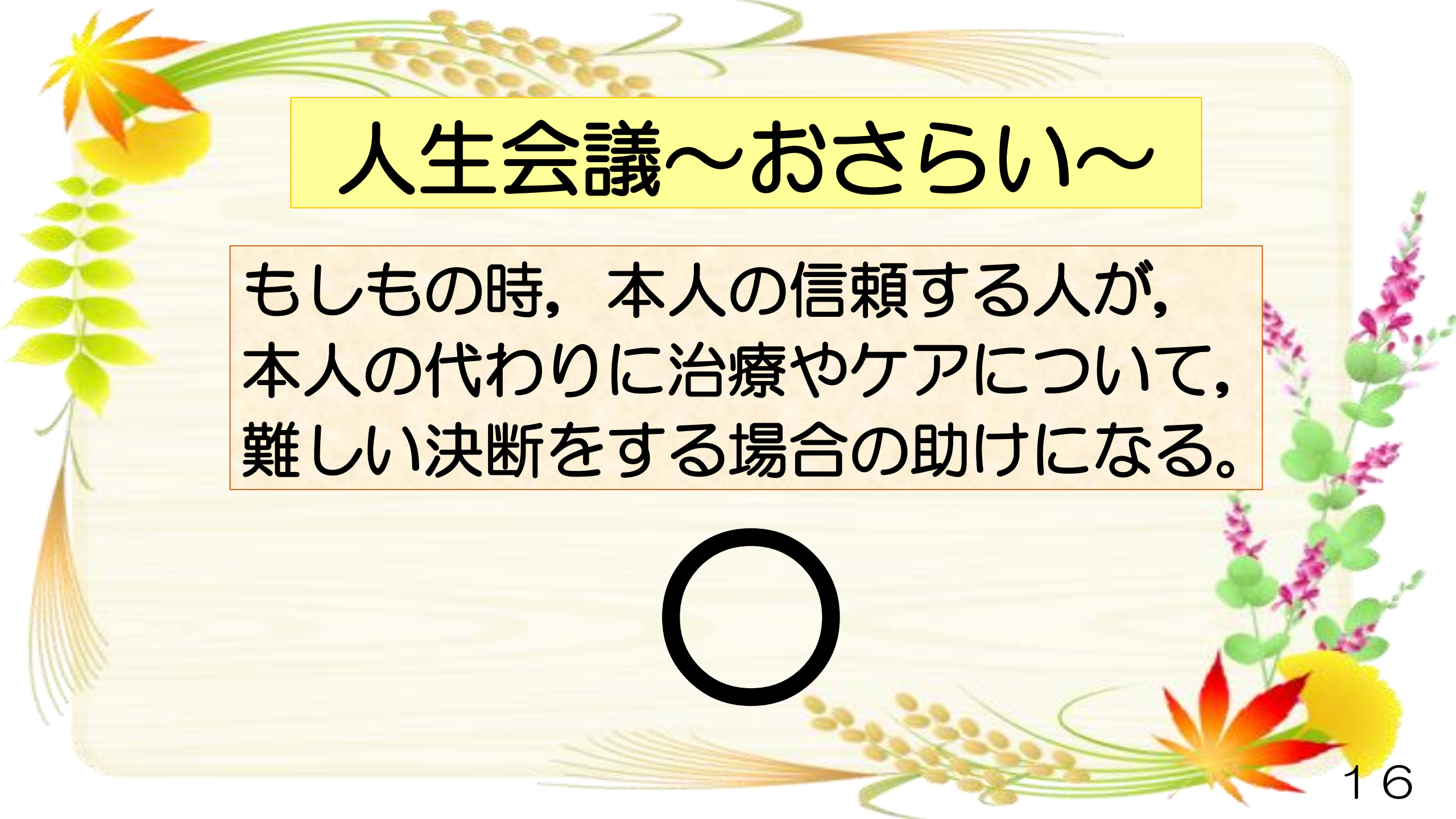




人生会議～おさらい～

一度決めたら変えられない。





人生会議～おさらい～

もしもの時，本人の信頼する人が，
本人の代わりに治療やケアについて，
難しい決断をする場合の助けになる。





人生会議は、自分や大切な 人へのおもいやり

ご清聴ありがとうございました

出前講座は、医療・介護に関する内容でしたら皆様のご希望に沿って実施できます。お気軽にご連絡ください。

【お問合せ先】ほくと・ななえ 医療・介護連携支援センター
電話：0138-42-1232 担当：眞嶋（ましま）