

「わたしの想い」
～自分らしく生きるために～

もしもの時のために、あなた自身が望む医療やケアについて考えてみませんか。信頼する大切な人、医療・ケアチームといっしょに、元気な時から繰り返し話し合い、共有することを「**アドバンス・ケア・プランニング(ACP)**」と言います。

亀岡市地域医療・介護・福祉連携推進会議

令和8年10月　第3版

1．あなたにとって大切なことはどんなことでしょうか？今(現在)の気持ちを整理しながら考えてみましょう。
（３つ程度まで複数回答可）

□家族や友人のそば(ご自宅)にいること

□今まで通りの生活が続けられること

□身の周りのことが自分でできること

□できる限り治療が受けられること

□ひとりの時間が保てること

□家族の負担にならないこと

□大切な人に思いを伝えること

□その他（具体的に書いてください）

_____

2．病気やケガなどによって、日常生活を続けることが困難になったら、どのように過ごしたいと思いますか。

□出来るだけ長く生きるための治療やケアを受けたい

□命は短くなる可能性はあるが、積極的な治療は受けたくない

□痛みや苦しさなどを軽減するための緩和治療やケアは受けたい

□その他

_____

_____

_____

_____

_____

3．人生の最終段階になったとき、どこで過ごしたいですか？



□自宅

□病院

□ホスピス・緩和ケア病棟

□施設

□その他　（　　）

その場所を選んだ理由を書いてください

_____

_____

_____

_____

４．もし自分の考えを伝えられなくなった時に、あなたの代わりに治療や介護に関して話し合える家族や知人はいらっしゃいますか？

☐頼める人がいる
〇お名前と間柄（複数可）

＿＿＿＿＿＿＿＿様　ご関係（　　）
＿＿＿＿＿＿＿＿様　ご関係（　　）

（その方にお願いしたい理由）

☐頼める人がいない

ACPをいっしょに行った人

第　回　記入日　　年　　月　　日

この「わたしの想い」は、
気持ちの変化が起きた時に、何度も書き換えることができます。

４つ折にして、いつでも確認できるように、お薬手帳にはさんで保管すると良いでしょう。
作成したシートの保管場所をだれかに伝えておきましょう。



本人のお名前

５．体調や病状が悪化し、治療をしても回復が見込めなくなった時、どういう治療を希望しますか。

①食事ができなくなった時

☐胃ろうや経管栄養（鼻から胃に管を入れる）を希望する

☐中心静脈栄養（心臓近くの太い血管に管を入れる）を希望する

☐点滴での水分補給は希望する

☐処置はせず、自然にまかせたい

②自宅や施設で容態が急変した時

☐救急車を呼んで救命治療を希望する

☐救急車は呼ばず、自然な最期を迎える

③延命処置について（複数回答可）

☐心臓マッサージや気管内挿管・人工呼吸器を希望する

☐手術など積極的な治療を希望する

☐点滴での治療は希望する

☐特別な治療はせず、自然な最期を迎えたい

④その他希望すること