

ACP のすすめ方

1

考えてみましょう

- あなたが大切にしていること、望むことは何ですか？
- あなたが信頼する人は誰ですか？



今のご自身の考えを
まとめておくことは、
将来ご家族などがあなたの
気持ちを考えて判断をする
のに役立つでしょう。



2

質問してみましょう

- 主治医からどんな説明を受けていますか？
- 病名や症状、予測される今後の経過について
- 必要な治療やケアについて質問はありますか？



自分の身体のことを
よく理解して、心配ごとを
医療者などに相談すること
はとても大切です。

3

話し合いましょう

- 治癒が不可能な病気となり、回復が難しい状態になったときのことをご家族などと話し合いましょう

医療や生活への希望や
思いをご家族や医療者と
しっかり話し合うことで、
お互いの理解が深まる
ことでしょう。



何度でも繰り返し考え
話し合いましょう！

4

伝えましょう

- 話し合いの内容を医療・介護の専門家に伝えておきましょう

よりよく過ごすために
話し合ったことは
医療や介護者に伝えて
ください。
希望や思いは時間とともに
変化したり、健康状態によっ
て変わる可能性があります…

