

## ACP 普及啓発小冊子 素案

# 人生の選択を自分らしく ～アドバンス・ケア・プランニングのすすめ～

- ・メインタイトルでは、都民がACPの内容についてイメージすることができ、関心を持ってもらいやすい表記とし大きく記載する。
- ・サブタイトルでは、ACPに関する普及啓発媒体であることが分かるような表記とする。

あなたの望む  
生活や医療・介護を  
考える本

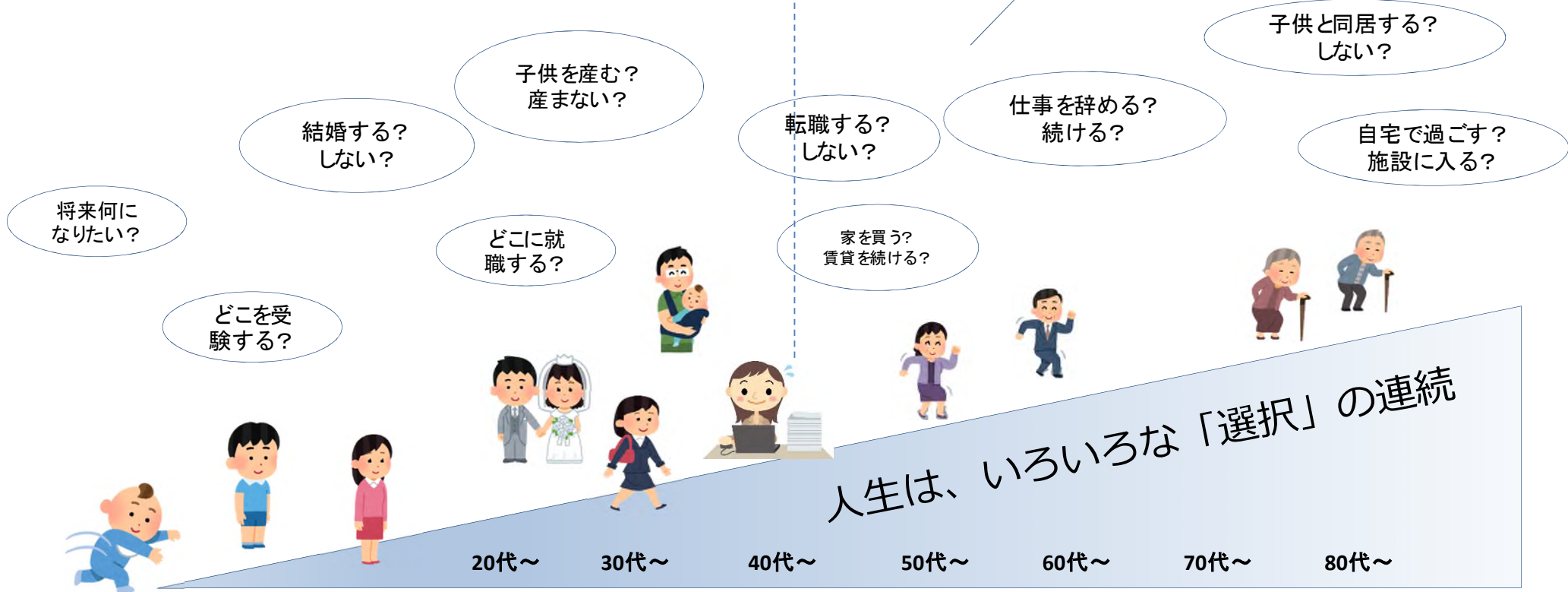
# 人生は、いろいろな「選択」の連続

みなさんは、これまで人生の中でどんな「選択」をしてきましたか？

それらはどれも、あなたが日ごろから大切にしている想いや、価値観、人生観など様々なことをもとに、ときに大切な人や家族と一緒に悩みながら、あなた自身が「選択」してきたはずです。

人は、人生の中で、様々な「選択」を繰り返していることをここで思い起こしてもらい、5ページ目の将来の医療や介護に関する「選択」 (=ACP) の説明につなげていく。

複数の選択枝から、選択をしているような表現をする



人生は、いろいろな「選択」の連続

これは、あなたが、  
将来受けることになる医療や介護についても同じです。

想像しやすい「選択」を列挙し、自分だったらどうするか、親だったらどうしたいだろうか等、考えるきっかけを作り、次のページ以降を読み進めてもらえるようにする。

将来、あなた自身やあなたの大切な人が、病気になったり、介護が必要になったり、  
元気に自立して暮らし続けることができなくなったとき、  
これからどんな生活をしたいか、どんな医療 介護を受けたいか、受けたくないか ...  
「選択」をしなければならないときが、必ずきます。

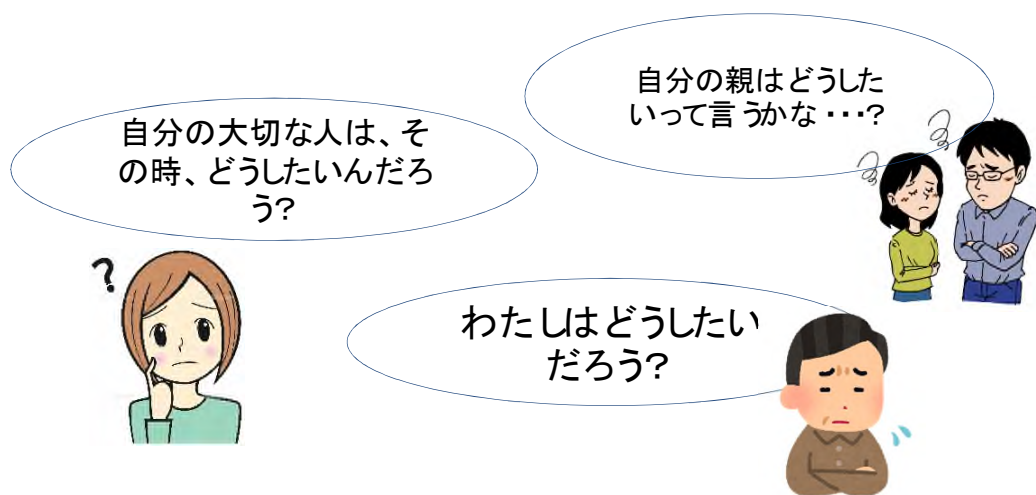
あなたにも、あなたの大切な人にも、

誰にだって必ず、いつか来る、そのときの「選択」のために。

いま、考えてみませんか？

## 誰にだって必ず、「選択」する“そのとき”が来ます

自分の好きなことや大切にしていること、人生観や価値観、生きがいを思い起こしつつ、自分がそのときにしっかり「選択」できるように、元気なときから準備しておくこと、その“いつかのとき”にも慌てず、後悔しない「選択」ができるはずです。



なぜ、ACPをしなければいけないのかを説明し、2章以降を読み進めてもらえるようにする。

このように、自分の人生観、価値観、生きがいについて考えながら、自分が病気になったり介護が必要になったりしたときに、**自分はどう生きたいか**を、希望する生活のことや医療・介護のこと等を含めて、繰り返し考え話し合うことを、アドバンス・ケア・プランニング（略して ACP）といいます。

ACPについて、単に医療・介護のことを決めるだけでなく、自分の最期までの生き方そのものについて、生きがいや人生観等も大切にしながら考えるものであることと定義。

でも、なかなかすぐには考えられないですよね・・・

この本は、あなた自身が、あるいはあなたの大切な人が、まさにその「選択」の準備をすることになったときに、その「選択」について考える一助になればと考えて作りました。

# いつから考え始めればいいのか？

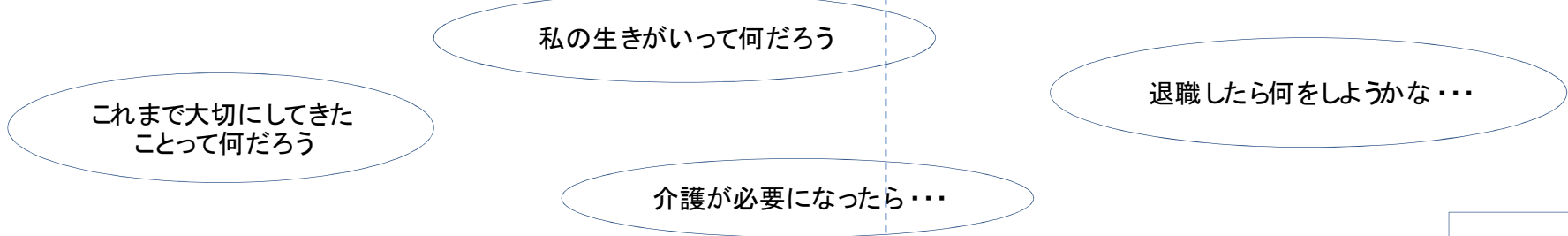
ACPは、いつから始めなければならない、といったルールはありません。

でも、将来、突然「どこで最期を過ごしたいですか？」「最期のとき、心肺停止したら人工呼吸器をつけますか？」と聞かれても、急に答えを出すことは難しいですね。

それは、あなた本人のことも、家族のことも同じです。

ですから、できるだけ、あなた自身やあなたの大切な人が元気なうちに、少しずつ、考えておくことが大切なのです。

いつから、考え始める必要があるのか（=いつからACPを始める必要があるのか）を示し、少しずつ考えておかなければいけないことを意識してもらう



元気なうちから考えて備えておくと安心ね！



～50歳

<p>太り過ぎは気になるけど、元気！</p> <p>50歳～64歳</p>	<p>70歳ごろから徐々に機能が低下</p> <p>65歳～74歳</p>	<p>老化があちこち出てくる</p> <p>75歳～</p>
---------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------

年齢があがっていくにつれて出てくる身体の衰え（フレイル）について図やイラストで表現する

東京都福祉保健局 東京50↑(フィフティ・アップ)BOOKJ 令和2年3月112頁から一部抜粋

今はまだ元気な50代、60代の方も、これから年齢を重ねるにつれ、個人差はあるものの、少しずつ心身の衰えが進んでいきます。

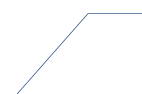
## 読み方ガイド

「どんなときに、どんな“選択”をしないといけないの？」

「いま、親がまさにそんな状況だけど、みんなどうしているんだろう…」

### あなたや大切な人が自分らしく生きるために ～こんなとき、どうしたらいいの？～

あなたの参考になるように、身近に起こりうる事例を集めてみました。



冊子のインデックスを紹介。ここで冊子の全体構成を説明し、読み進めやすくする。  
また、読み手によってACPに関する知識が異なるため、読みたい部分から読めるように配慮。

「で、どうやって、その“ACP”っていうのを行えばいいの？」

「何をしたらいいのか、もう少し詳しく教えて！」

### 実際にやってみませんか！

どうやって始めたらいいのか、そのとき、どんなことを考えればいいのか、分かりやすくまとめてみました。  
考えるときの参考として、知っておくといいいことも書いています。

考えながら書きこめるシートもありますよ。

「知ってるよ、とりあえずエンディングノートを書いておけばいいんでしょ？」 「ACPって、人工呼吸器付けるか付けないか決めとくだけでしょ？」

### ちょっと待って、誤解してない！？ Q&A集

ACPって、それだけじゃないんです！  
よくある誤解を、わかりやすくまとめました。

## もくじ

- あなたや大切な人が自分らしく生きるために  
 ～こんなときどうしたらいいの？～・・・p〇〇  
 話し合うきっかけが見つからないとき  
 これからの生活について話し合いができていないとき  
 認知症の父との話し合いに悩んでいるとき  
 本人の希望と適切な医療のすり合わせが難しいとき  
 病状の変化に伴い大切なことや考えが変わっていったとき
  
- 実際にやってみませんか！・・・p〇〇  
 ACPってどうやるの？  
 どんなことを考えればいいの？  
 医療・介護について知っておきたいこと

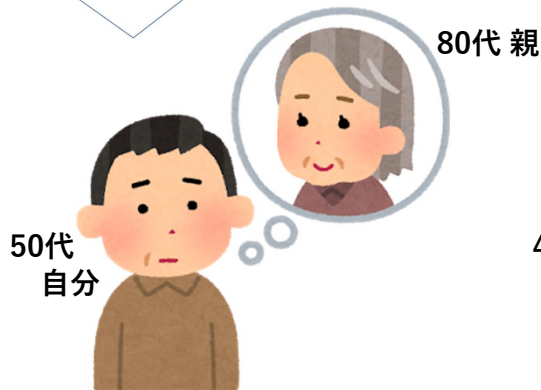
## ○ちょっと待って、誤解してない?! Q&A集

- ・・・p〇〇  
 亡くなる間際の治療について決めておくだけでいい？  
 医療や介護の希望について、一度決めたら変えられない？  
 一回話し合えばそれで良く、何度も話し合う必要はない？  
 家族に伝えておくだけでいい？  
 治療については、主治医に任せておけばいい？



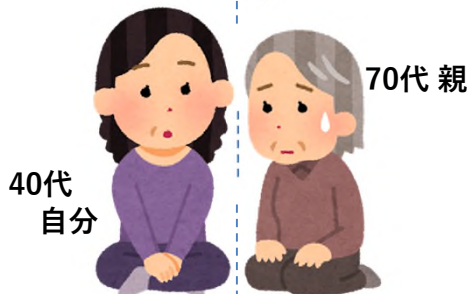
# あなたや大切な人が自分らしく生きるために ～こんなときどうしたらいい？～

遠くに住む親が脳梗塞で倒れた！  
今までの生活を続けるために何を話し合え  
ばいいのかな… ⇒事例 1



妻のがんが再発。今後、どこでどのように過  
ごしたいか妻の希望について今から話し合っ  
たほうがいいのか… ⇒事例 2

父の認知症が進行。父の希望を  
どのように聞き出せば… ⇒事例 3



がんと診断された。家族とこれからのことを話  
した方がいいのだろうけど、自分でもどうし  
たらいいのかわからない… ⇒事例 5



肺の病気と診断され、自分の今後が  
不安。誰にどのように相談すればい  
いのだろう… ⇒事例 4

ACPを具体的に行ってもらうための  
きっかけとなるために、もしもこ  
ういったことがあったらと問いかけ、  
問題提起する頁とする。

**あなたや、あなたの大切な人、家族の希望を  
今、元気なうちから考え話し合い、共有しておく、将来きっと役立ちます。**

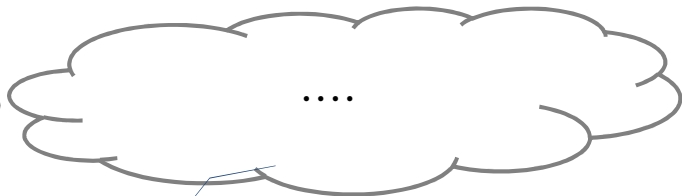
### 事例〇 タイトル

<本人のプロフィール>

...

<家族のプロフィール>

....



話し合う前の、本人、家族それぞれの考えを吹き出しにて掲載



....

この事例における課題を記載

<この事例では、こんなことが課題です>

....



### それぞれの「選択」までの経過

...

- ここでは、各事例の中に盛り込んだ「考えること」との連動キーワードについて考えたり話し合ったりした経過を、ストーリー調に表現。
- 特に、「事例タイトル」にあるテーマを中心に作成する。
- なお、全ての連動キーワードを事例に入れることは難しいため、ストーリーの中で語りやすいものを盛り込む。

「選択」までのポイント

①...

②...

話し合いを進めるにあたっての、役立つアドバイスを掲載  
(事例作成後、何を掲載するか要検討)

事例1 話し合うきっかけが見つからない

<本人のプロフィール>

本人 80歳

・■■歳のころに高脂血症、高血圧と診断されたが体調は良く、退職後の趣味を謳歌。

・△年前に、軽い脳梗塞を発症。〇〇に麻痺が残ったが、自力で生活ができるレベル。

・再度の脳梗塞を起こした場合、更に麻痺が広がり、食事や入浴などが困難になると言われている。

<家族のプロフィール>

子がいるが遠方に在住。配偶者は10年前に他界。



いま、大きな不自由がないし、これからもどういかなるわよ。治療のことだって、医者に任せるしかないんだし。

話し合う前の、本人、家族それぞれの考えを吹き出しにて掲載

いつ再発するか分からないから、できるだけ早めに話し合いをしないと...  
でも、話し合うきっかけが見つからない



この事例における課題を記載

<この事例では、こんなことが課題です>

親が自力で生活ができなくなった場合に、どこで過ごしたいか、話し合えていない。

・本人がこれからの状況像(予後)の把握ができていない。  
話し合うきっかけが見つからない。



看護師等の絵

それぞれの「選択」までの経過

- ここでは、各事例の中に盛り込んだ「考えること」との連動キーワードについて考えたり話し合ったりした経過を、ストーリー調に表現。
- 特に、「事例タイトル」にあるテーマを中心に作成する。
- なお、全ての連動キーワードを事例に入れることは難しいため、ストーリーの中で語りやすいものを盛り込む。

なかなか切り出せなかった〇〇さん...  
意を決して、〇〇〇のとき、話してみました。

母さん、最近...が難しくなったんじゃない？...  
...についてどう思ってる？



事例1での「考えること」との連動キーワード

<まずはここから考えてみましょう>

これまで大切にしてきたこと、これから大事にしたいこと、財産についてどうしたいか

<次に、どんなふうにご過ごしたいか考えてみましょう>

現在の生活を継続するために何をしなければならないのか、再発した場合にどのような医療を受けたいか、受けたくないか、どのような介護を受けたいか、口から食べられなくなったときの希望

<最期まであなたらしく生きるための医療について>

心停止に至った時の心肺蘇生を受けたいか、人工呼吸器をつけたいか、自分が意思表示できなくなったとき自分の代わりに医療や介護について判断してほしい人はだれか

「選択」までのポイント

①話し合うきっかけについて

まだまだ親が元気だと、話し合うきっかけが見つかりませんよね。例えばこんな時も考えられます。

- ・年末年始、お盆などで帰省したとき
- ・テレビや新聞で取り上げられているとき
- ・ご近所の方が亡くなられたとき
- ...

「どうしたいと思う？」「私だったら...だなぁ」というように切り出してみてもいいかもしれません。

②...

話し合いを進めるにあたっての、役立つアドバイスを掲載  
(事例作成後、何を掲載するか要検討)

# ACPってどうやるの？

## ～あなたらしく生きるための準備をしてみましょう～

参考)東京都 最期まで自分らしく暮らし続ける～私が私らしい最期を迎えるために～

ACPの取り組み方を図でわかりやすく紹介  
①から③の流れが循環するイメージで表現

### ① 考えてみる

例)自分はどうなことを大事にしてきたか／大事にしたいか、これからどのように暮らしていきたいか、どのような医療や介護をしてほしいか／してほしくないか等、自分らしい生き方について考えてみましょう

医師の  
絵

看護師の  
絵



### ② 信頼できる誰かに話してみる

あなたにとって信頼できる人に、考えたことについて話し合ってみましょう  
認知症や急な事故などで意識を失ったときなど、自分の意思を示せなくなると、家族や身近な人たちが重要な決定をしなければならないことがあります。

ヘルパー  
の絵

ケアマネ  
ジャーの絵

### ③ 共有し、残しておく

考えたことや話し合ったことを、ノート等  
に書き留めてみましょう。

万が一、あなたが意思を示せない状況になったとき、周りの人たちがあなたの思いを知ったり、確認したりできる手掛かりになります

最期まで自分らしく過ごすためにも、また、身近な人たちの負担を減らすためにも、あらかじめ話し合い、思いを共有することが大切です。

困ったときは、かかりつけ医や、病院の患者相談センターで相談したり、介護や訪問看護を受けている場合はケアマネジャーや訪問看護師等にも相談できます。

### 3章 ② 考えておく必要のある項目（1 / 3）

※デザイン・イラストは業者に委託し制作する。  
※別紙で書き込むことのできるシートを作成する。

どんなことを考えればいいの？

これらのことを、自分自身で、あるいは家族、パートナー等と一緒に考え、話し合ってみましょう。  
なお、ここで考えたことは、いつでも変更できます。自分の状況の変化に合わせて何度でも繰り返し考えることが大切です。

まずはここから・・・

- これまで大切にしてきたこと
- これから大事にしたいこと
- いのちに対する考え方
- 財産についてどうしてほしいか

- ここでは、ACPのやり方として、すぐに人工呼吸器のことや心肺蘇生のことを考え始めるやり方ではなく、自分が大切にしてきたことや価値観等をまず考え、それを踏まえながら、次に過ごし方や、最後に医療に関することについて考えるやり方を提示する。
- 24ページにまでに分けて掲載

例えば・・・

- できるだけ仕事を最期まで続けたい
- 家族との時間を大切にしたい
- 病気になっても趣味の○○は続けたい
- どんな状態になってもいいから治療をあきらめず、少しでも長生きしたい

### 3章 ② 考えておく必要のある項目（2 / 3）

※デザイン・イラストは業者に委託し制作する。  
※別紙で書き込むことのできるシートを作成する。

次に、どんなふうに過ごしたいか考えてみましょう…

- これからどこで過ごしたいか（自宅、病院、介護施設など）
- どんな介護を受けたいか
- 口から食べられなくなったときの希望（胃ろう、点滴、経管栄養など）
- 誰に看取られたいか
- 人生の最期をどこで過ごしたいか

例えば…

- これからも、住み慣れた自宅で過ごし続けたい
- 最期は、住み慣れた自宅で迎えたい、今いる施設で最期を迎えたい
- できる限り最期まで自分の口から食事をしたい
- 家族の〇〇（パートナーの〇〇）に看取ってほしい

### 3章 ② 考えておく必要のある項目（3 / 3）

※デザイン・イラストは業者に委託し制作する。  
※別紙で書き込むことのできるシートを作成する。

これまで考えたことをふまえて、最期まであなたらしく生きるための医療について考えてみましょう・・・

- 自分で呼吸ができなくなったとき人工呼吸器をつけたいか
- 心肺停止に至ったとき心肺蘇生を受けたいか
- 人工透析を行いたい／いつまで継続したいか
- その他、受けたくない医療処置、受けたい医療処置
- 自分が意思表示できなくなったとき、自分の代わりに医療や介護について判断してほしい人はだれか

例えば・・・

- 苦痛を伴っても構わないから、心肺蘇生や人工呼吸器の処置を受けたい・・・
- 最期は心肺蘇生や人工呼吸器の処置をせずに看取ってほしいけど、痛みの緩和のための治療は継続したい・・・
- 最期までできる限り苦痛を緩和してほしいけど、意識がなくなる処置は嫌だ・・・
- いよいよ自分が意思表示できなくなったら、〇〇に代わりに決めてほしい

医療や介護のことは、自分の病気の原因や病状などを踏まえて考える必要があり、自分や家族だけで考えることが難しい場合があります。実際には、かかりつけ医や、病院の主治医、看護師などから説明を受け、一緒に考えながら決めていくことになります。

## 医療・介護について知っておきたいこと

## 「信頼できる人」はだれかを考えてみましょう（参考：神戸大学「これからの治療・ケアに関する話し合い」）

- あなた自身のことをよく理解してくれている信頼できる家族や友人で、病状などによりあなたが自分の考えや気持ちを伝えられなくなったときに、あなたの代わりに「どのような治療や介護を受けるか」「どこで治療や介護を受けるか」などについて相談し話し合う人のことです。

なお、この記載内容に関しては法律的な意味を持っていません。

たとえば、配偶者、パートナー、きょうだい、子ども、親、友人、医療・介護従事者などが考えられます。

## なぜ、「信頼する人」を決めておく必要があるのでしょうか

あなたが意思や希望を伝えられない状況になった時にそなえて、

- ＞ あなたの価値観や人生観を共有しておくため
- ＞ あなたの治療や介護に対する考えを伝えておくため

そうすると、治療や介護の決定の際に、

- ＞ あなたの考えや好みが尊重される
- ＞ あなたの考えを想像して、不確かなまま決めざるを得ない、家族などの気持ちの負担が軽くなる

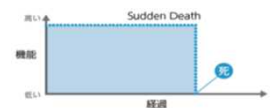
ということがあります。

- 一人だけに決める必要はありません。事例2のように複数の人となることもあるでしょう。その方々に、あなたの気持ちを事前に伝えましょう。

## 病気によって、体の機能が低下していく過程は異なる

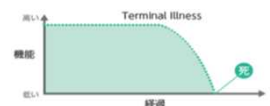
## 急性の病気で亡くなる場合

症状が急に起こり、その進み方が速い病気の場合、本人の意思表示が難しいまま亡くなることがあります。



## がんの場合

比較的元気な期間が続きますが、亡くなる前に急速に状態が悪くなり、身体の機能も低下します。



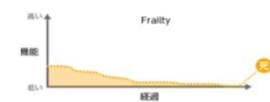
## 慢性期の病気（心臓、肺、腎臓、肝臓等）で亡くなる場合

急な悪化と改善を繰り返しながら、身体の機能が低下していきます。



## 認知症や老衰の場合

少しずつ、身体の機能が低下していきます。



身体の状態の変化に伴って、口から食べることや、一人でトイレを済ませること、お風呂に入ることなどが難しくなります。

また、急性の病気や認知症の進行などにより意思表示ができない状態になることもあります。そのときどんな医療を受けたいか、どんな介護を受けたいか、家族や医療・介護関係者と前もって考え話し合っておくことで、適切な医療や介護を受けられることにつながります。



## 口から食べることが難しくなったときの対応について（参考：浜松市「人生会議手帳」）

### 1 点滴

水分や栄養を血管に刺した管を通して入れる方法です。必要があれば、薬を管の中へ注入にます。点滴をしている時間は、管が身体につながっている状態になります。

### 2 経管栄養

水分や栄養を、管を通して胃の中に入れる方法です。口から食べるのと同じ十分な量の水分と栄養を入れることができ、満腹感もあります。内服薬もここから投与できます。管の挿入は医療者が行いますが、栄養液や薬の注入は、家族が行うことができます。

## 心臓や肺、腎臓の機能が低下した時の対応について

### 1 心肺蘇生

心肺蘇生とは、心肺停止（心臓の拍動と呼吸が停止した状態）に至った際に、心臓マッサージや、人工呼吸、薬物の注射や点滴によって、回復をめざす医療行為です。人工呼吸をする際は、口にマスクをあてるだけでなく、鼻や口から気管にチューブを入れる場合もあります。

### 2 人工呼吸器による呼吸の補助

自身の力による呼吸が不十分になった際に、機械の力によって呼吸を補助する方法です。機械と身体をつなぐ方法には、マスクを口にあてる方法、チューブを鼻や口から気管に入れる方法、のどに穴をあけてチューブを入れる方法があります。

回復後には機械を外すことができます。回復が思わしくない場合には、機械をはずすことは難しく、長期間使用することとなります。

### 3 人工透析

腎臓は血液中の不要物を尿として身体の外に排出しています。人工透析は腎臓のはたらきが極度に低下した際、機械の力によって腎臓のはたらきを代行する治療です。一般的な血液透析の場合、血管に針を刺して、体外に出した血液を機械に通してろ過し、不要物を除去した後に再度血管内に戻します。

急な病気では一時的な透析治療ですむこともあります。慢性の病気で腎臓のはたらきが低下している場合は、概ね1回3～4時間、週に3回以上の透析治療をずっと継続することになります。

## これらの医療行為は受けずに自然にゆだねたい場合

これらの医療行為は行わない（自然にゆだねる）という選択もできます。病気の進行等により体の機能が低下するなかで、口から飲んだり食べたりすることが不可能となったときに点滴や経管栄養を行わない、呼吸が苦しくなってきたときに人工呼吸器をつけない、心臓が止まっても心肺蘇生は行わない、という選択です。

その時が、自然な成り行きを受入れる時なのか、あるいは、少しでも回復の見込みがあって生き続けるためにがんばる時なのか、状況によって判断は大きく変わります。実際にはその時点で、医師から病状の説明を十分に受けたうえで、その状態での医療行為の長所・短所をよく検討することになります。

## 本人の意向を尊重した治療について

医療を行うべきかどうかは、病気の原因や病状により大きく変わります。実際には、患者さんの状態を十分に考慮したうえで、患者さんの望む生き方をお伺いして、一緒に考えながら治療を行うか行わないかを決めていくこととなります。

### パート3 ちょっと待って、誤解してない?! Q&A

#### (1) 一回話し合えばそれでよく、何度も話し合う必要はない?

- ・ 変化していく状況に応じて、繰り返しあなたの思いや希望を考え、それに沿った医療や介護を決めることが大切です。
- ・ また、話し合いを重ねていくことで、あなたの人生観や価値観を理解・共有している人がまわりに生まれてきます。そうなれば、もし、あなたが意思表示の難しい状況になっても、まわりの人たちが、あなたの思いや考えを大切にして、それに沿った医療や介護を決めることができます。

#### (2) 家族に伝えておくだけでいい?

- ・ 実際に受けたい医療や介護について検討する際には、あなたの人生観や価値観、希望と、病気の原因や病状とを踏まえて考える必要があります。
- ・ 特に、治療について決める際には、かかりつけ医や病院の主治医、看護師などから説明を受け、一緒に考えていくことが大切です。

#### (3) 亡くなる間際の治療について決めておくだけでいい?

- ・ 亡くなる間際の治療について決めることも大切ですが、それだけが目的ではありません。その考えに至るまでのあなたの考え方や思いが重要です。
- ・ その過程を信頼できる人と十分に共有していれば、予想外のことにより、あなたが意思表示をできない状況になったとしても、あなたの考えに沿った医療や介護を受けられる可能性が高くなります。

#### (4) 治療については、主治医に任せておけばいい?

- ・ あなたにとって最適な治療を選択するためには、あなたの価値観を大切に、主体性を持って医療者と一緒に考え話し合うことが大切です。自分で決めていいのです。
- ・ もし、治療に少しでも不安や疑問を持ったときや、難しくて分からないと思ったときには、医師や看護師に何度でも相談してみましょう。

#### (5) 医療や介護の希望について、一度決めたら変えられない?

- ・ 「考えや気持ちが変わること」はよくあることです。その都度、主治医や家族と話し合い共有しましょう。
- ・ あなたの希望を医療・介護関係者に伝えた後でも、いつでも訂正をすることはできます。病状や症状が変化したときなど定期的に考えを整理しなおし、主治医や家族と話し合うことが大切です。

### 3章 ②考えておく必要のある項目 別紙 書き込みシート（表面）

#### ❖ ACPことはじめシート

##### ◆ まずはここから

これまで大切にしてきたことは？

これから大事にしたいことは？

いのちに対する考え方

書き込むことのできるシートを別紙や付録として作成する。

...

##### ◆ 次に、どんなふうに過ごしたいか考えてみましょう

これからどこで過ごしたいですか？

...

⇒最期まであなたらしく生きるための医療について考えてみましょう 裏面へ)

### 3章 ②考えておく必要のある項目 別紙 書き込みシート（裏面）

#### ACPことはじめシート

#### ◆ 最期まであなたらしく生きるための医療について考えてみましょう

-----

-----

-----

-----

-----

#### ✓ 例えばこんなことを記載してみましょう

- 苦痛を伴っても構わないから、心肺蘇生や人工呼吸器の処置を受けたい・・・
- 最期は心肺蘇生や人工呼吸器の処置をせずに看取ってほしいけど、痛みの緩和のための治療は継続したい・・・
- 最期までできる限り苦痛を緩和してほしいけど、意識がなくなる処置は嫌だ・・・
- いよいよ自分が意思表示できなくなったら、〇〇に代わりに決めてほしい

▪ 記入日：       年       月       日  
一緒に話し合った人

▪ 修正日：       年       月       日  
一緒に話し合った人

▪ 修正日：       年       月       日  
一緒に話し合った人

書き込むことのできるシートを別紙や付録として作成する。

#### ACPことはじめシートの使い方 ～記入にあたって～

- 気持ちが落ち着いている時に書くことをお勧めします。
- まずは、正直なあなたの気持ちを書いてみてください。
- 最初から順に書かなくてもかまいません。書けるところから書いてみましょう。
- 書いたものは、大切な人（家族や友人など）に見せたり、一緒に考えてみてください。そのうえで変わった点は書き直しましょう。
- 節目節目で定期的に見直しましょう。考えが変わるような出来事があったときには書き直してみてください。
- 書き直した場合には、訂正したことがわかるよう二重線を引き、書き直しましょう。その修正日を書いておきましょう。

#### <医療や介護のことについて>

ACPは、あなたやあなたの大切な人と始めることができます。しかし、実際に医療や介護のことを決める際には、医療・介護関係者から医療や介護に関する十分な説明を受けながら、一緒に考えていくことになります。そのときは、このシートに書いたことを振り返りながら話し合ってもよいかもしれません。

シートの使い方や記入に当たっての留意事項に加え、医療や介護のことについては、自身や家族だけではなく、医療・介護関係者と考えていく必要があることを説明。

ただし、“ACPは医療・介護関係者と一緒でなければできないもの”という誤解が生じないように、記載方法を検討する必要あり。