

今とこれからのことについて、私の考えていること、思っていることなど気持ちを家族や信頼できる友人同士などにお互いに話をしてみませんか。

今とこれからのこと 心づもりを話そう！



「あんなことしたいなあ」「こんなことはしてほしくないなあ」「好きなことはこれだなあ」「こんなときには何を選ぶかなあ」などの思いついたことを、普段からいろいろな人と一緒に話しながら、少しずつ、その気持ちを伝え合うことをしていきませんか？その話の中には「もしもの時」にどんな医療やケアを受けたいかも含まれます。

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が「どんな治療を受けるか」「どんな生活をしたいか」という希望を伝えることができなくなると言われています。

前もっての話し合いは必要ないと思われるかもしれません。

ですが、話し合いをしておけば、万が一あなたが自分の気持ちを話せなくなった時、あなたの心の声を伝えることができるかけがえのないものになります。そして、信頼する人があなたの代わりに治療やケアについて難しい決断をする際の重要な助けとなります。家族や信頼できる方と、あなたの人生で大切にしている事などを繰り返し話し合う機会を持つてみてはいかがでしょうか？ ※厚生労働省ホームページを参考に作成

話すきっかけとなるパンフレット「今とこれからのこと」

あさのクリニックでは、皆さんと心づもりを話すきっかけとして『今とこれからのこと』という記入ができるパンフレットを作成しました。診療の際に患者さんや家族と話すためのものと、啓発配付用の2種類をつくり、順次活用を始めています。ご希望の方はお気軽にお声がけください。

話し合いの進め方(例)

