

伝えられていますか？  
あなたの大切な想い

大阪大学医学部附属病院

緩和医療センター

林みずほ 西尾敦美 大野由美子

# 今日のテーマ

- 自分の「大切な想い」に目を向けること
- その想いは誰かに話していますか？

「あなたの想いは大切な人に伝わっていますか？」

# よくある場面①

家族：「がんが分かったお母さんに、この先の話をすると傷つけてしまうかも」

本人：「将来の話をして、家族に心配をかけたくないと思う」



## よくある場面②

家族：「抗がん剤を受けてる夫には頑張って  
としか言えない」

本人：「応援してくれる家族に、もうしんどい  
なんて言えない・・・」





# 「大切な人とあなたの人生会議」

「知ってみよう 人生会議Suita」



本資料は吹田市と大阪大学の共同研究により作成したものです。  
スライドの内容を無断で変更することを禁止しています。



# 「大切な人とあなたの人生会議」

大事なポイント💡  
気持ちが変化することもあります。  
いつでも、何度でも  
くり返しましょう。

ここから  
スタート!

**STEP 01**  
あなたの大切にしたいこと  
はどんなことを考えましょう

好きなこと、嫌いなこと  
人生の目標や大切にしていること  
どんな医療・ケアを受けたいか

**STEP 01**  
考えてみましょう  
～例えば、こんなこと～

音楽が大好き  
ペットと過ごしたい  
命を伸ばすだけの治療は  
受けたくないなあ

少しでも長生きしたい  
食べることはいつまでも  
楽しみたいなあ

**STEP 05**  
考え、話し合ったことを  
書き留めておきましょう

家族や医療・介護関係者と内容を  
共有しましょう

伝えていきますか  
あなたの気持ち  
最期まであなたらしく  
あるために

**STEP 02**  
あなたの代わりに気持ちを  
伝えてくれる人を選びましょう

あなたの希望を理解し、尊重できる人は誰？

友人 妻 兄弟

**STEP 04**  
あなたが大切  
あなたの思いについて  
信頼できる人や医療・介護関係者と  
話し合しましょう

なぜそう思うのか？  
その理由も話し合しましょう

**STEP 03**  
かかりつけ医に相談しましょう

あなたの今の健康状態について  
理解していますか？

病状や治療について  
分からないことを聞きましょう  
(病気療養中でない方は省略)





# STEP 01

例えば..



あなたの大切にしたいことは  
どんなことか考えてみましょう

●いつまでも健康であり続けたい。



●外出や旅行を楽しみたい。



●健康づくりは継続したい。



●食事、飲酒（適量）を  
楽しみたい。



STEP  
01

# STEP 01

あなたの大切にしたいことは  
どんなことか考えてみましょう

もしもの時…



## ●病に伏せることになったら●

家族に  
面倒は  
かけたく  
ないなあ



費用のこと…



痛い治療はイヤ…



STEP  
01

前もって自分自身で考えて  
おくことも大切です。

# STEP1

あなた大切にしたいことは  
どんなことか考えてみましょう



子どもの幸せ



父親のお世話



食べること



人に面倒を  
かけないこと

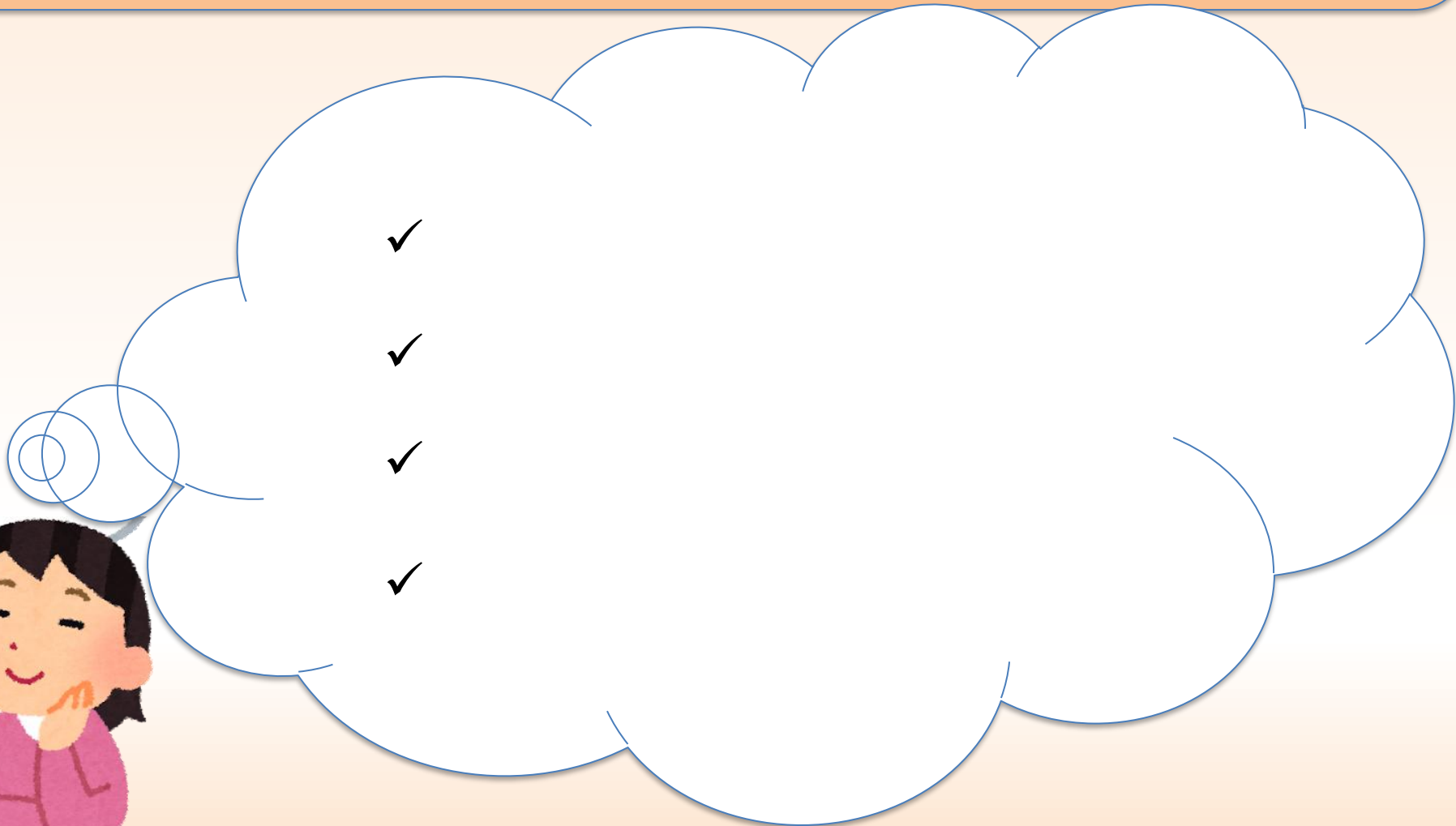


ライフワーク



# STEP1

あなたの大切にしたいことは  
どんなことか考えてみましょう





# STEP 02

## あなたの代わりに気持ちを伝えてくれる人を選びましょう



家族



主治医・  
かかりつけ医



看護師等の  
医療スタッフ



ケアマネージャー

あなたの希望を理解し、尊重してくれる人



夫・妻

友人・知人



ヘルパー



兄弟・姉妹・親戚

STEP  
02

## STEP 2

あなたのかわりに気持ちを伝えてくれる人  
を選びましょう





## STEP 03

# かかりつけ医に相談しましょう



(現在病気療養中でない方はこのステップは省略して構いません)

## ● なんのために相談するの？ なにを相談するの？

これからの医療やケアのことを考えるためには、自身の病状を知る必要があります。病状や予後について知っておくことで先のことや“もしも”のときのことイメージしやすくなります。



- ・今の病状
- ・治療のメリット、デメリット
- ・今後の病状や治療の見通し
- ・治療による生活への影響

STEP  
03

## STEP 3

# かかりつけ医に相談しましょう

かかりつけ医がいますか      いる      いない

聞いておくこと

今の病状

( )

治療のメリット・デメリット

( )

今後の病状や見通し

( )

治療による生活への影響

( )



# STEP 04 あなたの思いについて 信頼できる人や医療・介護関係者と 話し合しましょう



家族



夫・妻



友人・知人



今日、こんな  
パンフレット  
もらったわ。



「信頼できる人」  
「医療・介護関係者」

ケアマネジャー



看護師



ヘルパー



主治医  
かかりつけ医



私はあなたと、  
「人生会議」  
したいわ。

STEP  
04

# STEP 4

あなたの想いについて信頼できる人や  
医療介護関係者と話し合しましょう

イメージしてみてください

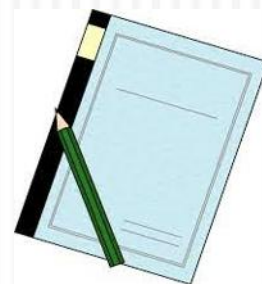
いつ ( )  
どこで ( )  
だれに ( )  
なにを ( )



# STEP 05 考え、話し合ったことを 書き留めておきましょう。



例えば



・ノート、日記など



・パンフレット



STEP  
05



あなたが希望する  
医療やケアの選択がかなう可能性

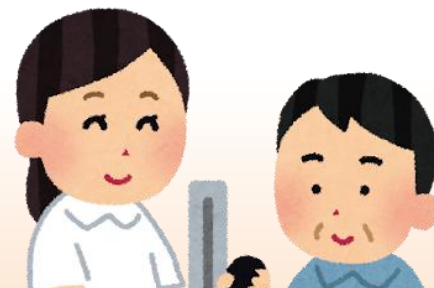
# 入院するとき大切なあなたの想いを伝える機会があります

## 日頃大切にしていること

- 家族や友人のそばにいること
- 好きなことが出来ること
- 1人の時間が保てること
- 家族の負担にならないこと
- 痛みや苦しみが無いこと
- 家族が経済的に困らないこと
- 身の回りのことが自分でできること
- 仕事や社会的な役割が続けられること

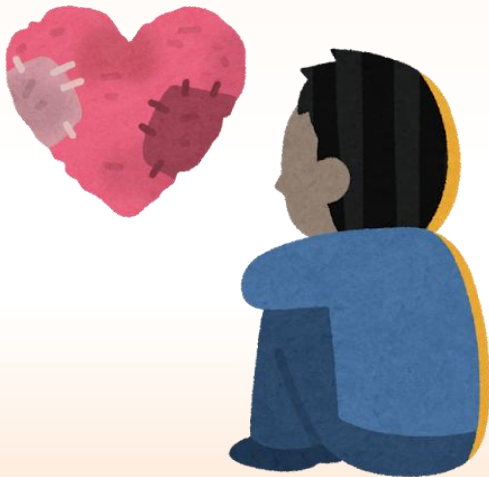
## 今回の入院において、受きたい医療やケアに対する希望

- 病気を治すことを目指してどんな治療でもうけたい
- 苦痛を和らげることやこれまでの暮らしを大切にしたい治療を受けたい
- 一日でも長く生きられるような治療を受けたい
- 考えたことはない
- その他



# なぜ伝えにくくなるのか

- 誰かが悪いわけではありません
- 思いやりがあるからこそ言葉にしづらくなります



# 今日のメッセージ

- 大切な気持ちを言葉にすることは、とても勇気がいることです
- うまく言葉にならなくても、「伝えよう」と思うことが大切です
- 「今は考えたくない」という想いも大切です

## 「家族・周囲の方へ」

- 同じ気持ちでいられなくても大丈夫です
- 違いに気づくことが支え合いにつながります