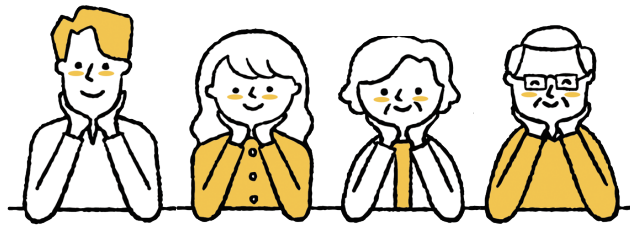


もしもの時に備えて 「人生会議」



～私らしく生きるために、周囲の人との話し合いを～

● 11月30日（いい看取り）は、人生会議の日です

誰にでも、いつ命に関わる病気やけがが起こるかわかりません。命の危険が迫った状態になると、約70%の人が自分で医療ケアの選択や希望を伝えることができなくなると言われています。希望する医療やケアを受けるためには、どんなケアを望むのかを前もって自分で考え、信頼する周囲の人と話し合い、共有しておくことが重要です。

Q. 人生会議って？

A. 人生会議「ACP（アドバンス・ケアプランニング）」とは、もしものときに備えて、自分が大切にしていることや希望する医療やケアについて考え、最期の過ごし方を信頼する人と話し合い、共有することを言います。

01

あなたの気持ちを
考えてみましょう

02

あなたが信頼できる
人は誰ですか？

03

信頼する周囲の人と
話し合って伝えておきましょう

04

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、
何度でも繰り返し考え、話し合いましょう



【終活ノートを書いてみよう】

もしものときのために、元気なうちに「終活ノート」を活用して、自分の希望や思いを記しておくことが、自分らしい生活を送るための準備となります。

● 配布場所：長寿福祉課、地域包括支援センター

市内各図書館（休館日を確認してください）

【終活ノートを書くヒントを学ぼう】

在宅医療、介護連携を推進している下記センターでは、住民向けに終活ノートの活用などについて出前講座を実施しています。

問 申込先 いなべ地域在宅医療・介護連携支援センター ☎ 72-6050

Link 読者の声

Link11月号の感想を教えてください。

Link 読者アンケート▶



生活情報
「まいめる」



携帯用
「モバイルサイト」

救急医療情報

- 三重県救急医療情報センター ☎ 059-229-1199
- いなべ医師会（在宅当番医） ☎ <http://inabe-med.or.jp/>
- 医療ネットみえ ☎ <https://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

人口情報（令和6年10月1日現在）

総人口：44,530（－21）
世帯：19,453（－7）
男：23,002（－1） 女：21,528（－20）



UD FONT
by MORISAWA

いなべ市情報誌 Link11月号 (vol.252) 令和6年11月1日発行
発行／いなべ市 編集／企画部 広報秘書課 ☎ 511-0498 三重県いなべ市北勢町阿下喜31
☎ 0594-86-7740 ☎ 0594-86-7857 ☎ <https://www.city.inabe.mie.jp/>