「もしも」の時あなたの思いを伝えるきっかけづくりに

「もしもシート岬」ができました。

もしもの時、あなたの代わりに医療・介護関係者や
あなたを支える人に「大切なこと」を伝えてくれる。
そんな小さなシートができました。
A4 サイズを４つに折って、お薬手帳と持ち歩く
だけで安心が広がります。





「もしもシート岬」のメリット

○ 「緊急連絡先」「かかりつけ医」がすぐわかる。

○ あなたの「楽しみ」や「好きなこと」を伝えられる。

○ もしもの時に希望する医療やケア、過ごしたい場所
を伝えられる。

「もしもシート岬」があなたの代わりに伝えてくれます。



◆お薬手帳と一緒に持つだけ。

◆途中で気持ちが変わってもいい。書きたいところだけ書いても構いません。「もしもシート岬」は契約書ではありません。
鉛筆での記入によって、何回書き直しても大丈夫です。

※もしもの時とは、例えば認知症での判断能力の低下や急病によって、自分の思いを伝えることができなくなった時のことです。
※元気なうちから思いを伝える必要性について（詳細は裏面にあります。）

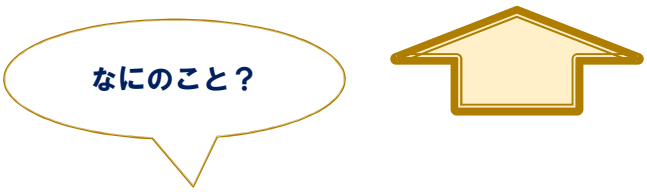
もしもシート岬制作：泉佐野泉南医師会/与田病院/岬町社協地域包括支援センター
岬町社会福祉協議会/岬町しあわせ創造部高齢福祉課

約７０％

この数値は一体何？

・誰でも大きな病気やケガなどで、突然、自分の意思を伝えることができなくな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％の人が医療やケアについて自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

・前もって医療やケアに対する希望を、周囲の信頼できる人に伝えておくことで、あなた自身が安心できるだけでなく、あなたの代わりに医療の選択をする人の心配や不安を和らげることができます。



・上記の取り組みから、人生会議（ACP）が必要と言われています。

人生会議（ACP）って何？

・人生会議（ACP）とは、もしものときのために、自らが望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組みのことで、アドバンス･ケア・プランニング(Advance Care Planning 略称 ACP)といいます。

※人生会議についての取組みは、個人の主体的な考え、行いによって進めるものなので「知りたくない」「考えたくない」という人への十分な配慮が必要です。

まずは、「もしもシート岬」で元気なうちから思いを伝える

きっかけ作りを行いませんか。