

～ 2024年3月21日 がん患者サロン「とぽす」 ～

# アドバンス・ケア・ プランニング

---

東京医科大学病院

緩和ケア認定看護師 池谷清香

# アドバンス・ケア・プランニングって何？

人生会議

# A・C・P

A : Advance

(あらかじめ)

あらかじめ (事前)  
将来に備えて今から  
スタートを！

C : Care

(世話・配慮・気配  
り・医療・介護・看護)

医療・介護だけではなく、  
日々の暮らしから  
考えてみよう！

P : Planning

(計画を立てる)

決めることよりも対話  
をし計画を立てていく  
**過程**が大切

# どんなことを考えるの？



1、これからも自分らしく暮らしていくためにはどんなことが大切か

例)

- 住み慣れた家でずっと暮らしたい
- 毎朝の散歩が自分の楽しみ

続けたいこと、やりたいこと、たくさんありますよね。



# どんなことを考えるの？

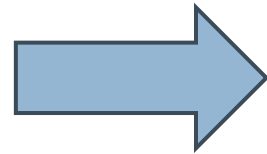
## 2、医療・介護のこと

「してほしいこと」と「してほしくないこと」を  
考えてみましょう

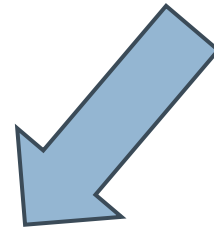
医療や介護のことは体が元気なうちから考えておくことが大切です。  
自分の好きなこと、大切なこと、人生観や価値観、生きがいを思い起  
こしつつ考えてみてください。

# どんな風に進めていくの？

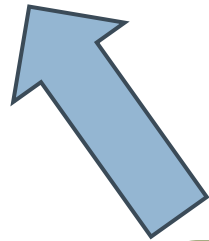
1、自分で考えてみる



2、信頼できる人に話す



3、共有して記録に残す



<大切なこと>

- 結論をすぐに出す必要はありません
- 繰り返し繰り返し考えることが大事です
- 考えは変わっていいものです

# 困ったとき



一人で悩まず、主治医や看護師に相談してください。

自分らしく**生きるための**生活・医療・介護について  
一緒に考えていきましょう。



# 質疑応答・交流会

- 本日のお話に質問や聞きたいこと等ありましたらお気軽に声をかけてください。
- その他聞いてみたいこと等なんでも結構です。

