

これからノート

(私の伝えたいこと)



奥出雲町マスコットキャラクター

『すさのおくん』『いなたひめちゃん』

書き始めた日付: 令和 年 月 日

- 高齢期になると、医療や介護が必要になることや急に入院することもあります。これからよりよい人生を送るために、ご自分の思いを普段から考えておくことが大切です。
- 書いておきたいところからスタートしましょう。全部書く必要はありません。ご自分が書きたい内容について書きましょう。
- 気持ちは変わっていくものです。何度書き直したり、追加しても大丈夫です。(書き直す場合、新しい「ノート」が必要でしたら下記にご連絡下さい)
- ご自分の希望をご家族に伝えておくことも大切です。この「ノート」があることをご家族に伝えておきましょう。
- この「ノート」には個人情報がかかれていています。取り扱いに注意が必要ですので、保管場所をご家族や信頼できる人に伝えておきましょう。

奥出雲町・奥出雲町在宅医療介護連携支援センター

2022年版 連絡:0854-54-2512

1. 私のこと

(1) 基本情報

ふりがな

名前:

生年月日: 年 月 日生

現住所:

家族構成:



(2) 何かあったとき、連絡を取ってほしい親族の連絡先

(優先順位が高い順に)

①氏名:

関係(続柄)

連絡先住所

電話番号

②氏名:

関係(続柄)

連絡先住所

電話番号

③氏名:

関係(続柄)

連絡先住所

電話番号

2.人生のこと

(1)これまでの人生の歩み

(例えば、幼少期、学生時代、仕事、結婚、子育て等)

(2)これまでで心に残っていることや印象に残っていること

(例えば、楽しかったこと、つらく感じたこと等)

(3)会いたい人

(4)これからやってみたいこと

・そのために必要なこと



3.介護や医療のこと

介護や医療の希望は、元気なうちから考えておくと安心です。

(1) 介護が必要となった時の希望

① 介護をしてほしい場所(あてはまるものに☑)

自宅

家族の家

介護施設

家族等に任せる

わからない

② 介護をお願いしたい人(あてはまるものに☑)

家族(名前:) (名前:)

介護サービス利用

家族等に任せる

わからない

③ 介護の費用(あてはまるものに☑)

年金や貯金を費用に充ててほしい

家族等の判断に任せる

わからない



(2) 医療についての希望

①告知について(あてはまるものに☑)

- 病名も余命も告知してほしい
- 病名だけは告知してほしい
- 病名も余命も告知してほしくない
- 家族には告知してほしい
- 家族にも告知してほしくない
- わからない



自由にお書きください(決めた理由等)

② 治療が困難な病気にかかり病状の悪化により、ご自分の考えを伝えられなくなった時の治療について

ご自分とご家族（同居でなくても、子どもなどの近い親族）の意思統一が出来ていることが望ましいです。

③ 口から食べることが出来なくなった場合の栄養摂取について

（あてはまるものに☑）

鼻チューブや胃ろうによる栄養補給を希望する

鼻チューブは、鼻の穴からチューブを通して胃の中に栄養を注入。手術はしないが、鼻や喉に違和感があり、定期的に交換する必要があります。

胃ろうは、お腹のところで直接胃に穴を開けて管を通し、その管を使って流動食を注入するものです。穴を開けるための手術が必要です。

点滴による栄養摂取を希望する

太い血管に管を入れて水分や栄養を補給する高カロリー輸液などの点滴です。

コメント:「太い血管に管を入れて水分や栄養を補給する高カロリー輸液の点滴」とは中心静脈栄養(IVH)のことを示します。在宅では、通常の点滴(高カロリー輸液ではない)を投与することが多いです。

できる限り自然に任せてほしい

わからない



④ 終末期に病気の治療ではなく延命(救命治療)を目的とした

心臓マッサージや人工呼吸器の装着など。

人工呼吸器は、口や鼻、または気管切開(喉を切開し、直接気管に管を入れる)をして呼吸を補助するために用いる機械です。

(あてはまるものに☑)

回復が難しくても可能な限り行ってほしい

希望しない

希望しないが、苦痛をやわらげることがしてほしい

わからない

自由にお書きください(決めた理由、手術は嫌だ等)

⑤ 最期のときを過ごしたい場所(あてはまるものに☑)

自宅

病院(ホスピスを含む)

介護施設

家族等に任せる

わからない

ホスピスは、末期がんや重い病気などで死期が迫った患者に緩和ケアを行い、穏やかな日常を送れるよう支援することを目的として作られた施設です。

⑥ 「(2)医療についての希望」を主治医に見てもらった方は、☑をしてください。

主治医に「(2)医療についての希望」を見てもらった

(3)医療や介護においてご自分で判断が出来なくなり、誰かが判断をしなければいけない場合、どなたの意見を尊重してほしいですか。

名前:

続柄:

連絡先:



4. 財産管理のこと

具体的な遺産相続に関しては書かないで下さい

このノートには、遺産相続に関しては法的効力はないので、相続に希望がある場合は、別途、遺産相続に関する遺言書が必要です。

(1) 判断力が落ちたら財産管理などをお願いしたい人

(あてはまるものに☑)

配偶者(名前: _____ 続柄: _____)

子ども(名前: _____ 続柄: _____)

その他(名前: _____ 続柄: _____)

成年後見制度を利用したい

わからない

成年後見制度とは、認知症等で判断能力が十分でない方のために、家庭裁判所が援助者を選び、ご本人を保護する制度です。財産管理や日常生活を送る上で必要となる契約を「成年後見人」がご本人に代わって行います。

自由にお書きください

5. その他に私が伝えたいこと

自由にお書きください

伝えたい人

伝えたい内容

(メッセージや希望等)

