

■私が望む医療の事（回答に○を付けます）

質問	回答
①私が認知症になった事を 必要であれば 公表しても構わない	はい いいえ まだわからない
②意識がしっかりしている事 より、痛みがない事を 優先して治療して欲しい	はい いいえ まだわからない
③意識がしっかりしている事を 優先して治療して欲しい	はい いいえ まだわからない
④呼吸が苦しくない事を 優先して治療して欲しい	はい いいえ まだわからない
⑤医療機器には繋がれたくない	はい いいえ まだわからない
⑥自分の身体がどの様に 変わっていくかを 知っておきたい	はい いいえ まだわからない
⑦病名の告知、余命を知りたい。	はい いいえ まだわからない
⑧おくんできたら、 点滴は命に危険があっても やめて欲しい	はい いいえ まだわからない
⑨食べられなくなっても 胃ろう(*)はしなくて良い ※胃ろう：胃に直接、管を入れて 栄養を確保する方法	はい いいえ まだわからない
⑩私が望む形での 治療やケアを希望する	はい いいえ まだわからない

■私が医療・介護関係者へ伝えたいこと

■その他、して欲しくないことなども含めてご自由にお書きください。



「早いかな」が
ちょうどいい

今から考える
最期までの
生き方

想いを伝える ころづもり書

「もしもの時、私が大切にしたいこと」を
元気なうちから、身近な人とたくさん話をしましょう



①
考える



②
書く



③
伝える



①身近な人と一緒に
あなたが大切にしたい
ことを考えましょう
→ 2 ページへ

②考えたことを
「ころづもり書」に
書き出してみましょう
→ 3・4 ページへ

③もしもの時、あなたの
思いを尊重できる人に
伝えましょう

旅したくころづもりゲーム



「もしもの時、わたしが大切にしたいこと」を
身近な人と一緒に、楽しく、考えるゲームです。
詳しくは、下記までお問い合わせください。



令和5年度 伊豆の国市在宅医療・介護連携推進会議 部会3 作成

【ころづもりゲーム・ころづもり書についてのお問合せ】 伊豆の国市長寿介護課 0558-76-8010

自分らしい最期を迎えるための情報



痛みが少ない

医療の必要性・身体の状態等により、生活の場に医師・薬剤師・看護師・リハビリ職が来てケアをします。



自分で介護の受け方を決めたい

介護認定結果によって、担当ケアマネージャーを依頼します。
ケアマネージャーは、あなたの生活やご希望をお伺いし、一緒にケアプランを作成します。



人生の最期を一人で過ごさない

あなた、親族、ケアマネージャー、地域のご近所さん・民生委員、介護保険サービス事業者、主治医などは1つのチームです。みんなであなたを支援します。



私の価値観や優先順位を代弁してくれる人がある

判断能力に応じて、成年後見人制度が利用できます。一人での判断が難しくなっても、あなたの思いに寄り添ってサービス契約、金銭の管理などをを行います。



お風呂に入りたい

身体の状態により、ディサービス・訪問介護・訪問看護・訪問入浴・ショートステイなど介護保険サービスが利用できます。



介護が必要になったら施設に入りたい

身体の状態等により、有料老人ホーム、グループホーム、特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、療養病床、などが選択できます。



伊豆の国市民のための相談窓口

(65歳以上の市民) あなたのお住まいの地域の包括支援センターにご連絡ください

韭山地域 包括支援センター

韭山福祉・保健センター 内
055-949-9213

長岡地域 包括支援センター

いちごの里 内
055-946-0692

大仁地域 包括支援センター

プレーゲおおひと 内
0558-76-7311

(その他の市民) 伊豆の国市在宅医療・介護連携相談窓口 伊豆保健医療センター内 0558-76-1133

想いを伝える ころづもり書 (法的な効力はありません)

- ①身近な人と一緒に「あなたが大切にしたいこと」を考えましょう
- ②「ころづもり書」に考えたことを書き出してみましょう
- ③もしもの時、あなたの想いを尊重できる人に伝えましょう

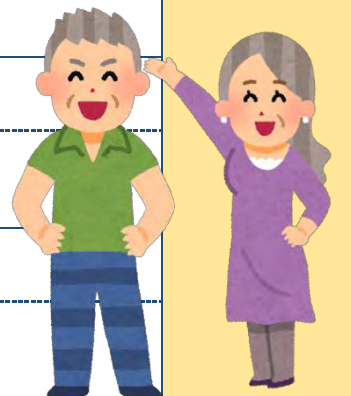
※希望や想いは時間の経過や健康状態によって変化します。何度も繰り返すことが大切です。

■記入日 年 月 日 ■お名前：

■私が「ころづもり書」を一緒に考えたい人、伝えたい人

■もしもの時、私が大切にしたい3つの事

①	(その理由)
②	(その理由)
③	(その理由)



■お金の事

■お葬式の事

■持ち物の整理の事

■家族や大切な人へ伝えたいこと

………

切り取って、「お薬手帳」



や「救急医療情報キット」



と一緒に保管しましょう

………