

おもい
想い

介護から始まる人生会議

わたしーと

お名前：

①出身地 ふるさと

②学業・職業（過去を含む）

③楽しみ、好きなこと、趣味 続けたい活動（反対面の一覧を参考に）

④大切にしたい関わり（家族・友人・同僚・ペットなど）

⑤生活で大切にしたいこと（習慣、座右の銘など）

⑥得意なこと これまでの人生で誇りに思うこと

⑦生活する上で避けたいこと してほしくないこと 苦手なこと

⑧今後どのように生活したいですか

⑨治すことが難しい重い病気になった場合
(番号に○をつける)

- 痛みや苦痛をとりのぞくことを優先して体に負担のかかる治療はしないでほしい
- 体に大きな負担のかかる治療はしてほしくないが、ある程度の医療処置をしてほしい
- なるべく永く命を保てるようにあらゆる治療をしてほしい
- 医療者（医師）が最善と思う方法に任せたい
- わからない

⑩家族・友人・医療介護関係者などで、この話を共有したい、伝えたい相手

- 伝えたい相手のお名前：
○あなたとの関係（○をつける）
・家族（夫・妻・子・孫・その他： ）
・友人、知人 、医療・介護関係者
(職種： 所属)
・その他（ ）

自由記載

医療介護スタッフが記載に協力・代筆した場合は所属と氏名を記入してください

(所属：

氏名：

)

記載日

年 月 日



介護から始まる人生会議

わたしーととは

人生会議は、将来に対する心づもり（生き方・医療・ケア）を関係者みんなで共有し、刻々とかわる希望や想いに寄り添うため、何度も話し合う事が理想です。

豊中市内で活動している医療・介護関係者でワーキンググループを作り、話し合いを重ね、人生会議をすすめていくためには、その人がどんな方が、どんな生活がしたいと思っておられるか等の「人となり」を知ることが第一歩ではないかと考えました。

生活をよく知る介護スタッフなどの情報が非常に大切であり、様々な職種がかかわる場面で、“人となり”を知るツールとしてこのシートを使ってください。

想いを伝えるためのシート、それが「介護から始まる人生会議～想いわたしーと～」です。

下表は、「想いわたしーと」(反対面)③楽しみ、好きなこと、趣味、続けたい活動を記入する参考としてお使いください

生活嗜好品	<input type="checkbox"/> 食べること・グルメ <input type="checkbox"/> 入浴・温泉・サウナ <input type="checkbox"/> タバコ	<input type="checkbox"/> 寝ること <input type="checkbox"/> コーヒー紅茶 <input type="checkbox"/> 甘い食べ物	コミュニケーション <input type="checkbox"/> お酒 <input type="checkbox"/> 友人と会う、遊ぶ <input type="checkbox"/> デート、異性と交流 <input type="checkbox"/> ペット、動物の世話	<input type="checkbox"/> 家族・親戚の団らん <input type="checkbox"/> 孫、子供と過ごす <input type="checkbox"/> 町内会やクラブ活動 <input type="checkbox"/> 文通、メール
家 事	<input type="checkbox"/> 料理を作る <input type="checkbox"/> 洗濯 <input type="checkbox"/> 手芸	<input type="checkbox"/> 掃除・整理整頓 <input type="checkbox"/> 読書 <input type="checkbox"/> ガーデニング・庭いじり		
外 出	<input type="checkbox"/> 近所に出歩く <input type="checkbox"/> 自家用車でドライブに出かける <input type="checkbox"/> 電車やバスで出かける <input type="checkbox"/> 買い物に行く ショッピング <input type="checkbox"/> 外食（喫茶店、居酒屋など含む）	<input type="checkbox"/> 旅行	趣 味 <input type="checkbox"/> テレビ・動画・ラジオ <input type="checkbox"/> SNS <input type="checkbox"/> 写真、カメラ <input type="checkbox"/> テレビゲーム、オンラインゲーム <input type="checkbox"/> 楽器演奏、歌を歌う <input type="checkbox"/> 落語、お笑い <input type="checkbox"/> パチンコ、スロットなどギャンブル <input type="checkbox"/> 有名人の応援、推し活 <input type="checkbox"/> 車や自転車の運転	<input type="checkbox"/> パソコン <input type="checkbox"/> 映画、観劇、鑑賞会 <input type="checkbox"/> 絵画、絵を描く <input type="checkbox"/> 将棋、囲碁、麻雀など <input type="checkbox"/> ダンス、舞踊、演劇 <input type="checkbox"/> 競馬、競輪、競艇 <input type="checkbox"/> グルメ・食べ歩き
労働、仕事、金融	<input type="checkbox"/> 自営・経営 <input type="checkbox"/> 就労、パート、アルバイト <input type="checkbox"/> 株、仮想通貨、投資	<input type="checkbox"/> ボランティア活動	スポーツ、運動 <input type="checkbox"/> お参り	<input type="checkbox"/> 筋トレ ジム通い <input type="checkbox"/> ウォーキングランニング <input type="checkbox"/> スポーツ（種目） <input type="checkbox"/> スポーツ観戦（種目）
信仰・宗教	<input type="checkbox"/> 宗教活動・信仰	<input type="checkbox"/> お参り		
勉強、スキルアップ	<input type="checkbox"/> 勉強、研究 <input type="checkbox"/> 資格取得	<input type="checkbox"/> 人に教える、コーチング		
自由項目				