

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、担当ケアマネジャーを依頼します。
ケアマネジャーは、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いる

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、金銭の管理などを行います。

お風呂に入りたい

身体の状態により、デイサービス・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。

自分らしい最期を迎えるための相談窓口

修善寺地区地域包括支援センター	0558-99-9301
中伊豆地区地域包括支援センター	0558-83-5488
天城湯ヶ島地区地域包括支援センター	0558-85-0570
土肥地区地域包括支援センター	0558-98-3001
伊豆市健康長寿課 高齢者支援スタッフ	0558-72-9860

あなたのお住まいの地域の

地域包括支援センターにご連絡ください

「早いかな」が
ちようどいい

伊豆市版

今から考える
最期までの
生き方

想いを伝えるこころづもり書

「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



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
書く



②考えたことを
「こころづもり書」に
書き出してみましょう

③
伝える



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。



【こころづもりゲーム・こころづもり書についてのお問合せ】

在宅医療・介護連携推進事業受託病院
JA 静岡厚生連中伊豆温泉病院(地域連携室)
0558-83-3333

伊豆市健康長寿課
0558-72-9860

想いを伝える **こころづもり書** (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

(宗教のこと)

■持ち物の整理の事

■家族や大切な人へ伝えたいこと

■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むくんできたら、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 <small>※胃ろう：胃に直接、管を入れて栄養を確保する方法</small>	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。

