

「私の人生ノート」を紹介します

1 概要

本市では、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けられるよう、医療と介護の連携を推進しています。また、人生の最終段階における医療やケアの希望について、周囲の信頼できる人と共有し実現できるように支援しています。その取組の一つとして、前橋市医師会が中心となり作成した「私の人生ノート」が令和8年2月に第2版として改訂されました。

2 目的・意義

人生の最終段階をどのように過ごしたいか、その想いは人それぞれです。もしものときのために、自分が望む医療やケアについて、前もって考え、信頼できる人と繰り返し話し合い共有する取組を「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」といいます。命に関わる状態になると、多くの方が意思を伝えられなくなります。そのため、家族などが代理意思決定した場合、その後に本当に良かったのかと悩むこともあります。自分が望む医療やケアを受けるためには、大切にしていることや、どこでどのような医療やケアを望むか、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有しておくことが重要です。「私の人生ノート」は、最期まで自分らしく生きるために、人生を振り返り、話し合い、考え、相談することを繰り返しできるような人生会議（ACP）を進めるためのツールです。

3 今後の展開

本市では、医療・介護・地域の連携を強化し、住み慣れた地域で最期まで自分らしく暮らせる体制づくりを今後も推進していきます。このため、人生会議（ACP）の普及と「私の人生ノート」の活用を進め、市民が自らの望む医療やケアについて考え、共有できる機会の充実を図っていきます。なお、「私の人生ノート」は、おうちで療養相談センターまえばし（前橋市医師会1階）、市内12か所の地域包括支援センター、市長寿包括ケア課（市役所2階35番窓口）で配布しています。

担 当 長寿包括ケア課 地域包括ケア推進係
担当者 剣持・横堀
電 話 027-898-6276（内線：6274）