

ぬち 命しるべ

自分のために…

大切な人のために…

考えてみませんか



内容

ストーリー1

相談先について



ストーリー2

介護保険サービスについて

ストーリー3

人生会議（アドバンス・ケア・
プランニング=ACP）について

ストーリー4

高齢者向けの住まいについて

ストーリー5

延命処置について

命しるべとは？

もしもの時のために、あなたが受けたい医療やケアについてご自身の考えを書き留め、家族や大切な方、医療関係者と共有できるノートです。

自分らしく生き、自分らしく最期を迎えるために、今から考えてみませんか？



お求め先

那覇市在宅医療・介護連携支援センター

ちゅいしーじー那覇

電話：098-860-5666

住所：那覇市東町26番1号



那覇市地域包括支援センターでも
お受け取りできます



ぬち 命しるべ



ストーリーの内容に沿って、ポイントがまとめられています。

例えば、以下のようなことが掲載されています。

ストーリー1 (5ページ)

point

ちいきほうかつしえん 地域包括支援センターとは？

お住まいのすべての市町村に設置され、**保健師**や**社会福祉士**、**主任ケアマネジャー**が中心となって、介護だけでなく、医療、保健などさまざまな**関係機関**と連携し、地域の高齢者とその家族の**暮らしを総合的にサポート**します。

(お住まいの住所によって、担当の地域包括支援センターが異なります。)

地域包括支援センターは、“高齢者のためのよろず相談所”です！

ストーリー2 (7ページ)

point

「ケアマネジャー」とはどんな人？

介護認定を受けた本人や家族の相談を受け、心身の状況に応じ、介護サービスを受けられるように介護サービス等の提供についての計画（ケアプラン）の作成や、市町村・サービス事業・施設、家族などとの連絡調整を行います。利用者は事業所リストから自由にケアマネジャーが従事する居宅介護支援事業所を選択することができます。**本人、家族が何でも相談できるようケアマネジャーと信頼関係を築くことはとても大切**です。居宅介護支援事業所のリストは、市町村の担当窓口や地域包括支援センターで提供していますのでご相談ください。

高齢者が「自分らしい生活」を送れるよう支援します。



ストーリー3 (8ページ)

point

なぜ元気なうちに今後のことを話し合った方がいいのかな？

1. 将来、上手に自分の思いを伝えることができなくなった時に備えて、自分の気持ちや思いを家族や医療介護職者に伝えておくことで、**最期まで自分らしく穏やかに生きる**ことができます。
2. 今後のことを話し合っておくことで、将来、自分の代わりに**難しい決断**をしなければいけない**家族の負担を軽く**してあげることができます。