

## (1) 治らない病気などになり、自分の気持ちを伝えられなくなった時には、 どんな治療やケアを受けて過ごしたいですか

- できるだけ長く生きるための治療を受けたい
- 痛みやつらさを軽減する治療やケアのみをしてほしい
- すべての治療やケアを受けたくない
- その他(.....)

## (2) 治療やケアについて、自分で決められなくなった時には、 代わりに誰に話し合っしてほしいですか (複数回答OK)

- 配偶者  
(.....)
- 子ども・孫  
(.....)
- 兄弟姉妹  
(.....)
- 親戚(姪・甥など)  
(.....)
- 友人・知人  
(.....)
- かかりつけ医  
(.....)
- その他  
(.....)
- 頼める人はいない

※ ( ) 内には名前や連絡先を書いてください

## (3) どこで最期をむかえたいですか

- 自宅
- 病院
- 施設
- その他(.....)

### もしも手帳

“もしも”治らない病気などになったら “もしも”自分の気持ちを伝えられなくなったら…  
人生の最終段階での医療等についての今の自分の気持ちを伝える手帳です。元気なうちから“もしも”の  
ことを考えてみませんか？

「もしも手帳」は自分自身のこと考えたり、ご家族や大切な人、かかりつけ医等との話し合いのきっか  
けに使うことができます。また、気持ちが変わったら何度も書き直しができます。

お薬手帳カバーに入れて持ち歩けます。

「もしも手帳」は市内全域の各区福祉保健センター・高齢・障害支援課、在宅医療連携拠点、地域ケ  
アプラザで配布をしています。上記に加え、一部の薬局や診療所などの医療機関、介護福祉施設  
等でも配布をしている場合があります。

〈お問合せ〉 医療局がん・疾病対策課 ☎ 045 (671) 2444

### 「もしも手帳」と「エンディングノート」をくらべてみると

「もしも手帳」は、人生の最終段階での医療やケアに関する意向を書くもので、  
「エンディングノート」は自分の好きなこと、健康法、趣味、仕事、資産・負債、相続、介護、医療、葬儀、  
お墓、これからの自分のことを書くものです。

どちらも、誰が、いつ書いてもよいもので、書くことで自分の意向を確認でき、  
書いて家族などと話し合いを重ねることで自分の思いをつないでいきます。

「エンディングノート」は、A4の大きさの冊子で、自宅等で大切に保管しておきますが、

「もしも手帳」はお薬手帳とともに、ポケットサイズで持ち運びが可能です。

どちらも、これからの自分のことを考えるきっかけにしていきたいと思います。

### 臓器提供

公益財団法人 日本臓器移植ネットワーク ホームページから

臓器提供は、脳死後あるいは心臓が停止した死後にできます。2010年7月17日に改正臓器移植法が全面  
施行され、生前に書面で臓器を提供する意思表示をしている場合に加え、ご本人の臓器提供の意思が不  
明な場合も、ご家族の承諾があれば臓器提供できるようになりました。自分の意思を尊重するためにも、  
臓器移植について考え、家族と話し合い、「提供する」「提供しない」どちらかの意思を表示しておくこ  
とが大切です。

意思表示の方法は、①インターネットによる意思登録、②健康保険証等の意思表示欄への記入、③意思  
表示カードへの記入です。

〈お問合せ〉 公益社団法人 日本臓器移植ネットワーク

☎ 0120 (78) 1069 (平日 9:00~17:30)

<https://www.jotnw.or.jp/donation/method.html>