

上手に老い、最期まで自分らしく生きるための

心積りノート 〔改訂版〕

〔記入編 2018年夏 簡易試行版〕

1-1 私のプロフィール →考え方・書き方編 P18～20 参照

氏名	性別
	男 ・ 女
生年月日	
年	月
日	[年齢 歳]
家族構成	
.....	
.....	
簡単な自己紹介（何をしていたか／どのように暮らしているか）	
.....	
.....	
.....	
.....	

健康状態

●健康状態についての私自身の判断

[すこぶる良好 ・ 良好 ・ なんともいえない ・ あまりよくない ・ 非常に悪い]

●かかっている医療機関と治療の内容

.....

.....

●特に記しておいたほうが良い健康上の状況・問題

.....

.....

社会が提供するサービスを利用しているか

●現在の要介護度・利用しているサービス・施設・関係者

要介護度 [なし ・ あり 程度：]

利用しているサービス：

.....

.....

●暮らしと健康をめぐって利用しているサービス [なし ・ あり]

内容：

.....

.....

関係者・後見人等

●私の医療と介護についての話し合いに参加する方のリスト

(家族／特に関係の深い友人や知り合い／医療・介護従事者等)

.....

.....

●この欄の記入者 [本人 ・ 本人以外：]

.....

.....

1-2 人生：生き方と価値観 →考え方・書き方編 P20～21 参照

これまでの人生

.....

.....

今の暮らし(生きがい、居心地、気になっていること 等)

.....

.....

これからどう生きたいか

● 生き方・暮らし方・活動

.....

.....

.....

● 今後の人生全体について

.....

.....

.....

● 「やりたいことがあれば今のうちに」と言われたら、やりたいこと(あれば)

.....

.....

2 今後の暮らしと活動についての心積り

2-1 私の発達段階 → 考え方・書き方編 P23-27, 29 参照



2-2 発達段階に沿った暮らし → 考え方・書き方編 P28-29 参照

①どこで誰と暮らすか

● 現在の暮らし

=====

● 将来の暮らし

②支援が必要になったら

● 家族の援助の可能性：〔ある / 期待できない / ない〕

● 暮らす予定の場所の周囲の社会的資源

〔豊富にあるので安心 / あまり期待できる内容ではない / 分からない〕

老いの進み方：自立～介助の程度



2-3 今後の活動 →考え方・書き方編 P31-32 参照

=====

=====

=====

=====

★ メモ

3 今後の治療・ケアについての心積り →考え方・書き方編 P33~56 参照

3-1 積極的な活動 (P32~39)

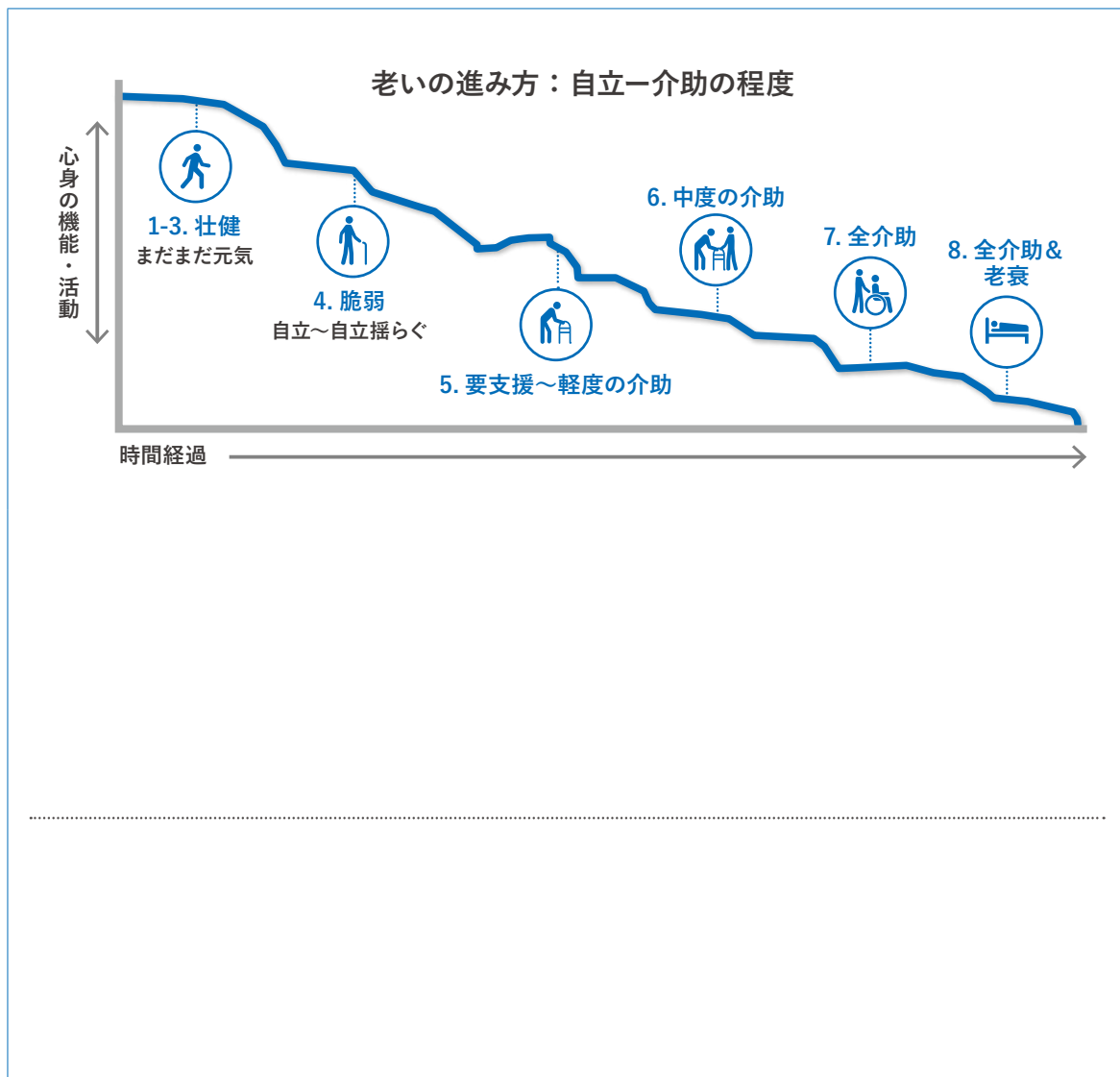
3-2 生命維持 (P40~47)



3-3 快適さを目指すケア (P50~52)

3-4 急変時 (P53~56)

4 お世話になる皆さまへ



- このページには、お世話になっている、ないし将来お世話になるであろう家族、医療・ケア関係者に、頼んでおきたいことを自由に書きます。
- 日常生活の簡単なこと、細かいことで良いのです。ちょっとしたことで、あなたの将来の日々が快適になるでしょう。
- 上図の「老いの進み方」の段階に応じた依頼・希望を書く場合には、「5の時期には……」などとするか、図に矢印や記号を書き入れて、どの時期かを示しながら、書きます。

「心積りノート」のウェブサイト

<http://clinicaethics.ne.jp/cleth-prj/pa/>

(「心積りノート」でウェブ検索すると、上のページに行けるはずですが。もし、うまく行かない場合は、「臨床倫理ネットワーク日本」で検索して、同ネットワークのトップページに行き、そこから「本人・家族の意思決定支援」を訪れてください。)

- 心積りノートについての最新の情報がでています。改訂版のeブック等もアップされています。
- ここから、本冊子《記入編》のpdf ファイルをダウンロードできます。本冊子を書き直したくなった時、家族がそれぞれ書きたい時など、ご利用ください。
- 本冊子の様式に合わせた記入例もダウンロードできます。
⇒ 心積りノート〔改訂版〕解説編 簡易施行版 (P9 以下に所収)

臨床倫理プロジェクト 編

上手に老い、最期まで自分らしく生きるための

心積りノート〔改訂版〕 記入編 簡易試行版

第一版 2015年 11月 1日

改訂版 2018年 3月 30日

簡易試行版 2020年 3月 31日

発行者 臨床倫理プロジェクト (代表 清水哲郎)

020-0045 岩手県盛岡市盛岡駅西通1-6-30

岩手保健医療大学

© 2018 臨床倫理プロジェクト