



よりよい人生のための「人生いきいきノート」

～もしものときのために… 大切な人に伝えておきたいこと（終活支援ノート）～

高齢者の方が、人生の最期まで、自分自身の意思が最大限に尊重され、自分らしく、いきいきと安心して暮らすことができることを目的として「人生いきいきノート（終活支援ノート）」を作成した。

このノートの活用を通じて、これまでの人生の振り返りや、今後の人生を考える機会とし、市が目指す、人生の最期まで自分らしく、いきいきと暮らせるための準備の一助としてもらう。

1 事業主体

高岡市 ※ 行政で作成した終活支援ノートとしては県内初である。

2 ノートの主な内容

- (1) 在宅医療と介護、各種相談窓口（認知症相談窓口、医療と介護の相談窓口一覧）の紹介
- (2) 本人の基本情報（本人の嗜好、これからやりたいこと、かかりつけ病院、服薬状況など）
- (3) 本人の希望（病気の告知、延命治療、終末期医療、介護、判断能力が低下した時に関する希望など）
- (4) エンディングに関する本人の希望（葬儀、お墓、遺言書、財産に関すること、大切な人々へのメッセージなど）

3 ノートの活用により想定される効果

- ・ 高齢者がノートを記入することで、自らの人生の最期について考え、備えるきっかけとなる
- ・ 本人の希望について、ノートを活用しながら家族や支援者が共に考え共有することで、家族・支援者側の心構えや備えができる
- ・ 本人の判断能力が低下した場合においても、ノートに記載された本人の希望を予め家族や支援者が共有しておくことで、最期まで本人の意思を尊重した、多職種によるチーム支援を行うことが可能
- ・ ノートの活用効果の普及により、市民全体の在宅医療、在宅看取りに対する意識啓発が可能

4 活用方法及びスケジュール

- ・ 7月～ 医療・介護支援関係者や関係機関等に対し、ノートの配布・活用について周知を図る。
市内地域包括支援センター等での介護予防教室や、各種相談窓口、医療・介護関係機関等において希望者（本人又は家族）に主旨を説明の上、配布し、活用を促す。
- ・ 7月22日 高岡市医師会主催の市民公開シンポジウムにおいて参加者に配布する。
（当日のプログラムである寸劇にてノートの主旨を啓発する。）