



アドバンス・ケアプランニング

人生会議

～もしもの時に備えて…話し合ってみませんか～

■人生会議とは
万が一の時に備えて、自身自身の大切にしていることや望み、どのような医療や介護を望んでいるかについて考えたり、家族や信頼する方たちと話し合ったりすることを「人生会議」(アドバンス・ケアプランニング)と言います。これらの話し合いは、もしもの時に家族や信頼する方が代わりに治療やケアについて難しい決断をする場合に重要な

助けとなります。事前に話し合いしておくことで、自身だけでなく、家族や信頼する方の負担軽減にもつながります。また、話し合いだけでなくエンディングノート(これまでの人生を振り返り、整理することのできるもの)に記録していくことも重要です。

■人生会議・エンディングノートのメリット

- ①今後の人生設計
今後、どのように過ごしていきたいかなどを明確にすることが出来ます。
- ②家族などへの言葉
思い出の振り返りや感謝の気持ちを伝えることが出来ます。
- ③家族負担の軽減
本人の意思を伝えるだけでなく、家族の辛い気持ちも和らげられることにつながります。

■まずはできることから

最初から完璧に思いを伝えることは難しいものです。普段の会話や日記、エンディングノートなどに記録するのも大切です。気が向いたときに進めていくことをお勧めします。

■何度も話し合いを

一度話したから、一度エンディングノートなどを書いたから終わりではありません。人の気持ちは時間が経てば変わっていくものです。いつでも内容を更新できるように、常日頃から話し合い、記録をしておくことが大切です。

■エンディングノートと遺言の法的な効力の違い

基本的にエンディングノートには法的効力がありません。書かれた内容は、あくまでも家族などの意思確認です。これに対して、遺言書には基本的に法的効力があります。

■話し合う内容例

- ①どのように過ごしたいのか(延命治療、施設入所も含む)
- ②病状をはっきりさせたいか?
- ③介護に関して家族はどのように協力できるか?



様々なデザインのエンディングノート

新型コロナウイルス ワクチンについて

Q ワクチン接種後に、効果(抗体ができたか)を確認する目的で、抗体検査を受ける必要はありますか?

A 新型コロナウイルスを接種したほとんどの方でウイルスに対する抗体の産生が認められる一方、抗体検査の結果から実際に予防効果があるかどうかを推測できる状況ではありません。そのため、通常ワクチン接種後の抗体検査は必要ないと考えられています。(厚生労働省ホームページより)

②旭川市総合防災センター
(旭川市東光27の8)
予約専用電話
☎25・3501

※1・2・3回目の接種券が必要
です。詳しくはホームページ参照。

北海道
ワクチン接種センター



旭川市
総合防災センター



Q 武田社ワクチン「ノバックス」は、どこで接種できますか?
A 次の2箇所です
①北海道ワクチン接種センター(札幌市厚別区厚別中央2条5丁目ホテルエミシア札幌)

ノバックス ワクチンについて

ノバックスはファイザー社や武田/モデルナ社の「mRNAワクチン」とは異なり、「組換えたんぱくワクチン」という種類で、この技術を使ったワクチンはB型肝炎ワクチンなどで実用化されています。今までのワクチンで接種が難しかった方は本ワクチンで接種できる可能性があります。

主な副反応として頭痛、関節や筋肉の痛み、注射した部分の痛み、疲労、寒気、発熱などがあります。また、まれに起こる重大な副反応として、ショックやアナフィラキシーがあります。

また、ノバックスの対象者は下表のとおりです。

【問い合わせ】
保健センター
☎85・2555

【接種対象者】

1・2回目接種	3回目接種	4回目接種
12歳以上(7月22日現在)	12歳以上(7月22日現在)	接種できません ※現時点で薬事承認されていません

不妊治療をサポートします 不妊治療費助成 制度のお知らせ

「一般不妊治療」、「特定不妊治療(生殖補助医療)」の費用について、自己負担額の一部を助成します(他の法令・助成事業などによる給付がある場合は、その額を控除した金額を自己負担額とします)。一般不妊治療は年間自己負担額のうち5万円、特定不妊治療(生殖補助医療)は1回の治療につき15万円を上限とします。対象者及び助成回数などの詳細は町ホームページを確認するか、保健センターまでお問い合わせください。

【問い合わせ】
保健センター
☎85・2555

不妊治療費
助成事業詳細
(町ホームページ)

