

● My living will note ●

私の意思表示 ノート

自分らしい尊厳ある最期を迎えるために



お名前

自分らしい幕引きを迎えるために、元気な時から話し合しましょう。

一般社団法人 埼玉県医師会

自分らしい尊厳のある 人生の幕引きを迎えるために

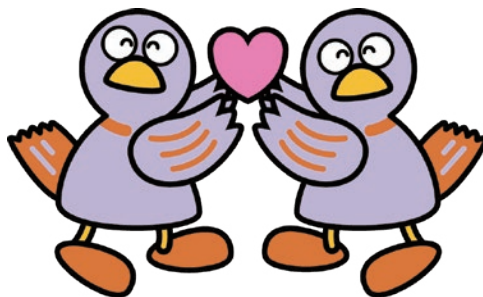
人生100年時代と言われるようになり、「元気で長生き」が理想ですが、残念ながら、やがていつかは皆人生の終焉となります。

その時に自分らしい幕引きを迎えるために、元気な今、医療・ケアチームとご家族で、繰り返し話し合いをしておくことが尊厳のある終焉を迎えるために大変重要です。

そんな人生会議のきっかけとして、このノートを利用していただく事を望みます。

このノートを記載するときのお願い

- ✿ ご本人とご家族と一緒に話し合い、ノートの内容を十分理解したうえで、皆さまの総意のもと署名して頂くことが理想です
- ✿ 定期的（誕生日、結婚記念日など）に、ご家族と内容を見直す話し合いも重要です。ご本人とご家族がこのノートの内容を共有してください。
- ✿ 今後体調・病状の変化、思わぬ事故にも遭遇することもあるかと思えます。それにより、気持ちの変化が起きた時には、このノートの内容を何度でも書き換えてください。



あなたについて書いておきましょう

記入日： 年 月 日

ふりがな			
名 前	男 ・ 女		
生年月日	T ・ S ・ H	年	月 日生
現住所	〒		
電話番号			
緊急連絡先	名 前	関係	連絡先 (電話)
	(1)		携帯： 自宅：
	(2)		携帯： 自宅：
	(3)		携帯： 自宅：
意思代理人			携帯： 自宅：

かかりつけ医 (主治医)	医療機関名	氏名	連絡先(電話) 緊急(夜間)連絡先(電話)
ケア マネジャー	事業所名	氏名	連絡先(電話) 緊急(夜間)連絡先(電話)
訪問看護 ステーション	ステーション名	氏名	連絡先(電話) 緊急(夜間)連絡先(電話)



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、次のページに書き直しましょう。

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・鼻から胃へのチューブ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| ・胃瘻（いろう） | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 7. その他、希望すること（8～10ページにお書きください） | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、次のページに書き直しましょう。

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・ 鼻から胃へのチューブ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| ・ 胃瘻 (いろいろ) | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 7. その他、希望すること (8~10ページにお書きください) | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、次のページに書き直しましょう。

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・ 鼻から胃へのチューブ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| ・ 胃瘻 (いろいろ) | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 7. その他、希望すること (8~10ページにお書きください) | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、次のページに書き直しましょう。

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・ 鼻から胃へのチューブ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| ・ 胃瘻 (いろいろ) | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 7. その他、希望すること (8~10ページにお書きください) | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、次のページに書き直しましょう。

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・ 鼻から胃へのチューブ | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| ・ 胃瘻 (いろいろ) | 希望する ・ 希望しない ・ 今はわからない |
| 7. その他、希望すること (8~10ページにお書きください) | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント



私の意思表示



自分らしい尊厳ある最期を迎えるために

今後あなたの体調や病状が変化したり、思わぬ事故に遭遇したとして
現在の医学の治療では回復の見込みがなく
「まもなく死が訪れる」という病態であり
意思表示が明確にできない状態になった時
あなたは、どういう治療を希望しますか。

ご自身のお考えに○をお付けください。

考えが変わったら、新しいノートに書き直しましょう。

- | | |
|--------------------------------|--------------------|
| 1. 心臓マッサージ | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 2. 気管内挿管 | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 3. 人工呼吸器 | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 4. 昇圧剤や強心剤の投与 | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 5. 中心静脈栄養 | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 6. 経管栄養 | |
| ・鼻から胃へのチューブ | 希望する・希望しない・今はわからない |
| ・胃瘻（いろう） | 希望する・希望しない・今はわからない |
| 7. その他、希望すること（8～10ページにお書きください） | |

本人署名 _____ 年 月 日

または

意思代理人署名 _____ 年 月 日

(ご本人との関係： _____)

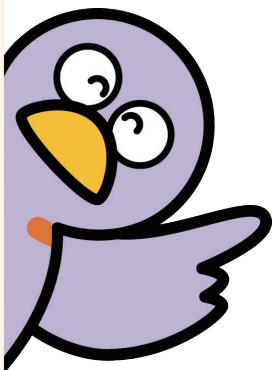
医師署名 _____ 年 月 日

医師のコメント

私が希望すること

(日 付)

A large writing area with horizontal dashed lines for text entry.



私が希望すること

(日 付)

A large rectangular area with a solid orange border on the left and bottom, and a dashed orange border on the right and top. This area is intended for writing the user's wishes.

私が希望すること

(日 付)

A large rectangular area with a solid orange border on the left and bottom, and a dashed orange border on the right and top. This area is intended for writing the user's wishes.

このノートに関する ことばの解説

◇意思表示が明確にできない状態

- ①重大な病気や事故などで意思表示ができない時
- ②認知症や老衰が進んだ時

◇えんめい ちりょう延命治療

生命維持装置を施すことによって、生命の延長を図る治療・処置のことをいいます。主な延命治療には、心臓マッサージや人工呼吸器の装着などによる心肺蘇生や経管栄養、中心静脈栄養などがあります。

◇しんぞう心臓マッサージ

心肺停止などの時に、胸部を圧迫することによって血液を心臓から押し出す処置のことをいいます。また、除細動（じょさいどう）を行うこともあります。

◇き かんないそうかん気管内挿管

自力で呼吸を行えなくなった時、呼吸ができるように口または鼻から直接に気管内にやわらかい管を入れる処置です。

◇じんこう こきゅうき人工呼吸器

呼吸が充分できない場合に、人工的に機械を使って呼吸を助ける方法です。

◇しょうあつざい きょうしんざい昇圧剤、強心剤

血圧を上げるために使う薬で、主に点滴で入れます。血圧を上げて脳や心臓など重要な臓器に血液を送り、機能を保つことを目的としています。

◇^{てんてき}点滴

腕や足の静脈から入れる方法と次のように太い静脈から入れる方法があります。食べたり飲んだりできない場合に適応となり、主に水分を補給します。腕や足の静脈から入れる方法は、一般的で簡便ですが、十分な栄養を投与することはできません。

◇^{ちゅうしんじょうみやくえいよう}中心静脈栄養

鎖骨の下、首、太ももの太い静脈にカテーテル（管）を入れ、点滴を行う方法で、局所麻酔下で医師が管を入れます。点滴と違い長い間、栄養を入れることができます。

また、皮下にポート（注射針挿入口）とカテーテル（管）を埋め込み、薬剤や栄養を入れる方法（CVポート）もあります。小手術が必要ですが、外見上も目立たず日常生活にほぼ支障はありません。

◇^{けいかんえいよう}経管栄養

食べ物を飲み込めなくなったり、必要な栄養や水分を口から取れなくなった場合に使用する方法です。長期間の栄養および水分の補給が可能となりますが、チューブによる違和感があります。

- ・鼻から胃にチューブを入れる方法
- ・皮膚から胃に直接チューブを入れる方法（胃瘻：いろう）

◇^{いろう}胃瘻

胃カメラまたは手術で、腹壁から胃に直接チューブを入れる方法です。鼻から入れるチューブと違って、鼻や喉（のど）の違和感はありません。



私の最期の意思表示



ご自身のお考えに○をお付けください。

救急隊・病院の方々へ

1. 心臓マッサージ

希望する ・ 希望しない

2. 気管内挿管

希望する ・ 希望しない

3. 人工呼吸器

希望する ・ 希望しない

4. 昇圧剤や強心剤の投与

希望する ・ 希望しない

5. 中心静脈栄養

希望する ・ 希望しない

6. 経管栄養

・ 鼻から胃へのチューブ

希望する ・ 希望しない

・ 胃瘻 (いろう)

希望する ・ 希望しない

特に希望すること

本人署名

年 月 日

または

意思代理人署名

年 月 日

(ご本人との関係：)

医師署名

年 月 日



埼玉県マスコット「コバトン」

私の意思表示ノート

—自分らしい尊厳ある最期を迎えるために—

発行日 2019年12月1日 初版

発行 一般社団法人埼玉県医師会

〒330-0062 さいたま市浦和区仲町3-5-1

電話 048-824-2611 (代表)

編集 一般社団法人埼玉県医師会地域包括ケアシステム推進委員会

※この冊子（初版）は、埼玉県の助成を受けて作成しました。