

多摩市在宅医療・ 介護連携推進協議会 ニュース



11月30日は人生会議の日

人生会議 (ACP) はじめませんか！

ACPとはあなたの大事
にしていること、どこで
どのように医療・ケアを
受けたいかを自分自身で
前もって考え、信頼でき
る人と共有することです。

アドバンスケアプランニング・ACP・アドバンスケアプランニング・ACP・アドバンスケアプランニング・ACP・アドバ



最期まで

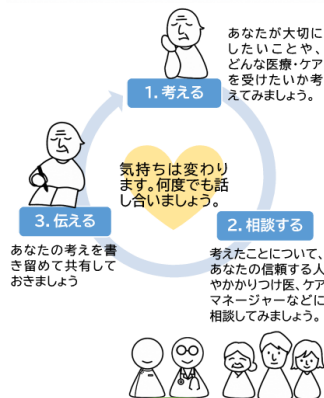
自分らしく生きるための

「生き方・老い方」 ハンドブック



このハンドブックを使って、
自分の生きる意味を考えたり、
家族に希望を伝えられる
メリットがあります。

はじめよう！ACP



自分らしく生きるための ACP 実践シート

あなたが大切にしたいことは何ですか？

これから先、どのように暮らしていきたいですか？
あなたが大切にしていることを選んでみましょう。
(いくつでも)

- 家族や大切な人と一緒に過ごすこと
- 好きなことができること
- 身の回りのことが自分でできること
- 家庭や社会の中で、自分の役割を果たせること
- 痛みや苦しみが少ないこと
- 家族の負担にならないこと
- 納得いくまで治療が受けられること
- その他()

相談メモ

・家族とおいしいご飯も食べたい
・推しのコンサートに行きたい



在宅時の救急時の対応編 医療情報救急キット

対象者：65歳以上の方がいる世帯に1つ、無料で配布しています。

(配布場所)

- ・多摩市役所高齢支援課
- ・各地域包括支援センター
(地域包括支援センターは要事前連絡)

マグネットシートは
冷蔵庫の扉に

筒は冷蔵庫の中に



筒の中に
・お薬手帳や
・資格確認書の
コピー
・自分の写真
等を入れてお
くと良いです

シールは
玄関ドアの内側に

救急・防災情報シート

年 月 日作成
年 月 日変更

● 救急情報

※救急情報に変更があった時は必ず内容を書き換えてください

ふりがな				血液型
本人氏名				型Rh()・不明
生年月日	(明・大・期)	年 月 日	性別	男 女
住 所				電話 () - () -
保険証番号と種類	記号	番号	種類	

● 医療情報

※身体状況をよく把握している医療機関を優先してご記入ください

かかりつけ病院	①	②
科目・担当医	① 科 先生	② 科 先生
住 所	①	②
電 話	① () - () -	② () - () -
持 病		
服薬中の薬名	薬剤情報提供書の写し・おくり手帳の写し・薬袋などを入れて下さい。	
服薬上の注意		
特記事項	人工透析、ペースメーカー、酸素吸入、インスリン注射、青ろう、ストマ等の特記 アレルギー・アレルギーを要する食品・食料の自覚など	

● 緊急連絡先

緊急連絡先氏名	続柄	電話番号	住所
①		() - () -	
②		() - () -	

多摩市及び救急隊と搬送先の医療機関が、書面内の情報を救急医療に活用することに同意します。

本人署名

※裏面もご記入下さい。

東京消防庁多摩消防署より



令和6年度、東京都における119番通報は、年間93万件に届きました。スムーズな搬送のためには自分の情報を準備しておくことが必須です。準備は65歳を目安するといいです。