

漫画でわかる!

～病気や介護の「もしも」にそなえて～

今、自分ごととして考えてみませんか?



自分や家族に「何かあった時のこと」は「何かあった時」に考えればいいと思いませんか?でも、いざ家族が急に倒れたり、介護が必要になったときに慌ててしまいどうしたらよいのかじっくり考えられなかったり、家族の希望を聞くことができなったり...と困ってしまいます。

このリーフレットを見てくださった今日を機会に、

「何かあった時のこと」を考えたり、ご家族と話したりしてみませんか。

上越市・妙高市在宅医療介護連携推進協議会  
市民啓発部会

うちの母親は

一人暮らしをしている。



最近、物忘れが目立つ  
ようになってきた。

実母  
トキさん(84)

ある日、  
母の近所の人から  
電話がかかってきた。

はい、  
もしもし。

あらトキさんの息子さん？  
実はお母さんのことだね。

市内在住 会社員  
佐藤太郎さん(56)

最近、トキさんゴミ出しの曜日  
間違えたり分別もバラバラで、  
ちょっと困るんだよね。  
休みの日にでも来れるかね。

そうなんですか？  
すみません…。

次の週末

母さん、  
お邪魔するよ！

なんだこれは……！  
冷蔵庫に同じ豆腐が  
こんなに……！

どうしたの母さん！  
お豆腐こんなに買ってきて！

ん？  
ちょっと待って

うわー！  
ゴミがこんなに！

分別もしてない。  
できないのかな？

あの綺麗な  
母さんからはとても  
想像できない……。

ということがあってさ……  
なあ、これからどうしたら  
いいと思う？

家や親のことは  
兄さんに任せろわ。  
ごめんね、私の方も  
忙しくて……。

東京在住  
妹(52)

うーん、困ったなあ。  
どこに相談すれば  
いいんだろう……。

こんなときはひとりで  
悩まず相談を。  
(裏面の相談窓口をご参照ください。)

1年後

母は認知症と診断され、介護保険を申請した。



よろしくお願いします。

要介護1の認定がつき、ヘルパーや近所の人たちの助けを借りながら、一人暮らしを続けていた。



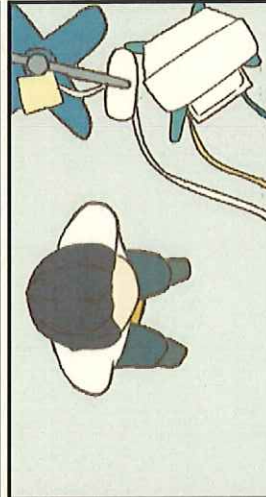
しかし、そんなある日のこと...

トキさん!? 誰か救急車!



母は救急搬送され、脳梗塞の診断だった。

「もう「母さん」と呼びかけても、目もあけない。」



お母様は、今後の回復が見込めず、食事や胃ろうなど方法は色々ありますが、どうしますか?



### 主治医と何度も話し合ったが...

母を苦しめたくない。

もっと生きて欲しい。

母のこと、何も知らなかった。

母はどうして欲しいかな。

一緒に住んでいればよかったかな

俺の判断が、生きることを奪ってしまうのではないだろうか?



その数週間後、母は病院で息を引き取った。

もしも、自分が急に病気になったら? 家族が、治療の選択を求められたらきつと悩ませちゃうよな..... そうならないためにも、希望の生活やもしもの時のことを、きちんと家族で話しておこう。



息子(28)

娘(24)

妻(54)

だから、俺は「人生会議」を試みたい。

なあ、父さんにもしものことがあったらさ



「人生会議」について知りたい方は裏面をご参照ください。

# 困った時の相談窓口



## ◆ 地域包括支援センター

介護・医療・保険・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。  
お近くの地域包括支援センターは下記 QR コードからご確認ください。



上越市



妙高市

### < 上越市 >

施設名	電話番号
地域包括支援センターたかだ	025-526-1155
みんなでききる地域包括支援センター	025-520-8970
センター病院地域包括支援センター	025-527-3880
高田の郷地域包括支援センター	025-521-5133
リポーン地域包括支援センター	025-530-7802
ふもと地域包括支援センター	025-531-1502
地域包括支援センター府中会（拠点）	025-544-3325
名立地域包括支援センター（サテライト）	025-520-8320
しおさいの里地域包括支援センター（拠点）	025-535-1151
しおさいの里地域包括支援センター（サテライト）	025-546-7323
柿崎地域包括支援センター（拠点）	025-536-6312
吉川地域包括支援センター（サテライト）	025-548-3030
浦川原地域包括支援センター（拠点）	025-599-3872
安塚地域包括支援センター（サテライト）	025-592-3033
大島地域包括支援センター（サテライト）	025-594-7109
牧地域包括支援センター（サテライト）	025-529-3181
上越あたご地域包括支援センター三和（拠点）	025-530-7581
上越あたご地域包括支援センター中郷（サテライト）	0255-74-2355
上越あたご地域包括支援センター板倉（サテライト）	0255-78-7531
上越あたご地域包括支援センター清里（サテライト）	025-530-7612

### < 妙高市 >

施設名	電話番号
妙高市地域包括支援センター	0255-74-0017

## ◆ もしもに備えた・・・人生会議

病気や介護などのもしも・・・に備え、家族や信頼する人たちと、大切に生きてきたことや自ら希望する医療や介護等について話し合い、思いを共有する取り組みを、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）と言います。ACPは通常「人生会議」と呼ばれ、上越地域でも取り組みが進められています。

あなたも「人生会議」について考えてみませんか？

詳しくは右記 QR コードをご覧ください。

上越地域人生  
会議協議会

厚生労働省  
（人生会議）



### < 上越市・妙高市在宅医療介護連携推進協議会 事務局 >

上越市福祉部すこやかなくらし包括支援センター 025-526-5623  
妙高市福祉介護課 地域包括支援係 0255-74-0017