

もしものとき

もしものときは冷静な判断ができない場合もあるので、自分の希望を記しておきましょう。

● 連絡してほしい人

記入日

年

月

日

名前

間柄

連絡先

知らせたいタイミング

緊急時

入院時

死亡時

● 「あんしんカード」について

記入日

年

月

日



持っている

保管場所

持っていない

※「あんしんカード」は、一人暮らしの高齢者のもしものときの緊急対応への備えとして、緊急連絡先やかかりつけ医療機関等を書いておくものです。詳しくは市社会福祉協議会各区・支部事務所へ。

介護のこと

判断能力があるうちに、介護についての希望をまとめておきましょう。介護の負担をかけるかもしれない人への思いやりです。

● 介護が必要になったら

記入日

年

月

日

介護をお願いしたい人

- できるだけ家族や親族をお願いしたい
- 介護サービスの利用を希望する
- 家族や親族の判断に任せたい
- その他（例）訪問看護師をお願いしたい

介護を受ける場所

- 可能な限り自宅を希望する
- 在宅介護が困難になったら施設入所を希望する
- 早い段階から施設入所を希望する
- 家族や親族の判断に任せたい
- その他（例）家族が無理なく過ごせる場所ならどこでもよい

介護の費用について (22～25 ページ参照)

- 預貯金や年金など自分の財産を使うことを希望する
- 特に用意はしていない
- 保険に加入している
- その他

私が判断できないときは

介護方針については、以下の人の意見を尊重して決めてください。

名前

間柄

連絡先

メモ

絶対にしてほしくないこと

(例) 自分でできることまで手助けしてしまうこと。できるだけ見守っててください。

介護してくれる方への言葉・伝えたいこと

(例) そのとき、自分はどのような状態かわからないけれど、あなたには感謝の気持ちしかありません。本当にありがとう。自分の生活も大切に、無理だけはしないでね。

判断能力が低下したとき、財産管理をお願いしたい人

- 配偶者 名前 連絡先
- 子 名前 連絡先
- お願いしたい人 名前 間柄 連絡先
- 任意後見契約を締結している 受託者 連絡先
- 法定後見制度を利用したい
- その他 (例) すでに民事信託 (家族信託) の契約を締結している

メモ

キーワード

成年後見制度

認知症や知的障害などによって判断することが難しくなると、契約や金銭管理などができなくなったり、その人の権利が侵害されることが起きやすくなったりします。そうした方たちを守る制度の一つ。

成年後見制度には、「**任意後見制度**」と「**法定後見制度**」があります。 → (28 ページ参照)

- この先、自分で判断できなくなる場合に備える → 任意後見制度
- 自分一人で契約等を行うことが難しくなった → 法定後見制度

医療のこと

病気やケガに備え、必要な情報をまとめておきましょう。家族や信頼できる人と話し合っておくことも大切です。

●現在の健康状態など

記入日

年

月

日

かかりつけ医療機関

| 医療機関 | 担当科 | 担当医 | 電話番号 |
|------|-----|-----|------|
| | | | |
| | | | |

| | | | | | |
|----|---|-------|---|------|---|
| 持病 | <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし | アレルギー | <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし | お薬手帳 | <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし |
| | 病名 | | 原因物質 | | 保管場所 |

| いつも飲んでいる薬 | | これまでにかかった大きな病気 | |
|-----------|----|----------------|------|
| 薬の名前 | 目的 | 病名 | 治療期間 |
| | | | |
| | | | |

緊急時に医師や救急隊員に知らせたいこと

(例) 身体の不自由な部分、ペースメーカーなど

医療費について

➡ (22～25ページ参照)

- 預貯金や年金など自分の財産を使うことを希望する
- 特に用意はしていない
- 保険に加入している
- その他

キーワード

人生会議 (ACP)

もしものときにどのような医療やケアを望むのか、前もって考え、家族や信頼する人などと話し合い、共有することを「人生会議 (ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」といいます。人生会議のきっかけに、いくつかの簡単な質問に答えることで作成できる「仙台版 もしもの時の意思表示シート」(仙台市地域医療対策協議会〈事務局:仙台市〉)は市ホームページからダウンロード可能です。また、各区役所・総合支所・地域包括支援センター等でも配布しています。詳細は市ホームページをご確認ください。

詳しくはこちら



● 病気のときは

記入日

年

月

日

告知について

- 病名・余命の告知を希望する 病名だけの告知を希望する
- 病名・余命の告知を希望しない
- その他（例）余命が〇カ月以内だったら告知してほしい

延命治療について

- 可能な限り延命治療を希望する
- 回復の見込みがなければ延命治療を希望しない
- 延命治療よりも苦痛を少なくすることを希望する
- その他（例）治療の内容や費用、効果などを聞いたうえで決めたい

終末期を過ごしたい場所

- 自宅を希望する 病院を希望する ホスピスを希望する
- その他（例）介護施設で過ごしたい

臓器提供・献体について

- 臓器提供を希望する
- 献体の登録をしている
- 臓器提供・献体を希望しない
- その他（例）家族の判断に任せたい

私が判断できないときは

治療方針については、以下の人の意見を尊重して決めてください。

メ モ

ペットのこと

ペットの性格など細かい情報は、飼い主しかわからないことがほとんどです。託す方にしっかり情報が伝わるようにしておくこと、ペットにとっても安心です。

●ペットの基本情報

記入日

年

月

日

| | | |
|-------------------------|---|---|
| 名前 | 種別 | 毛色 |
| 生年月日 | マイクロチップ 番号 | 登録番号 (犬のみ) |
| 性別 | <input type="checkbox"/> オス <input type="checkbox"/> メス | 避妊・去勢 <input type="checkbox"/> 済 <input type="checkbox"/> 未 |
| 性格 健康状態 病歴 その他 | | |
| かかりつけの 動物病院 | 保険 | |

| | | |
|-------------------------|---|---|
| 名前 | 種別 | 毛色 |
| 生年月日 | マイクロチップ 番号 | 登録番号 (犬のみ) |
| 性別 | <input type="checkbox"/> オス <input type="checkbox"/> メス | 避妊・去勢 <input type="checkbox"/> 済 <input type="checkbox"/> 未 |
| 性格 健康状態 病歴 その他 | | |
| かかりつけの 動物病院 | 保険 | |

私がもしものときは

飼ってもらう人 または お世話をお願いできる人

名前

間柄

連絡先

判断を任せたい人

名前

間柄

連絡先

コラム

ペットのお世話ができなくなる前に

ペットを最期まで、責任を持って飼育することは飼い主の義務です。もしものときを考え、預け先は見つけておきましょう。「仙台市動物管理センター（アニパル仙台）」では「わんにゃん命のリレーノート」掲示板を設置し、新しい飼い主を探すサポートをしています。

詳しくはこちら



葬儀のこと

あなたが亡くなったあと、悲しみの中でさまざまな決定を迫られるのは遺された家族などです。負担を軽くするためにも、意思や希望を明確にしておきましょう。

● 葬儀について

記入日

年

月

日

葬儀の希望

- しなくてもいい
 家族や親族だけの葬儀を希望する
 一般的な規模を希望する
 できるだけ盛大な葬儀を希望する
 家族や親族の判断に任せたい
 その他 (例)〇〇新聞に訃報広告を載せてもらいたい

葬儀を行う会場

- 特に希望はない
 葬儀場を希望する
 自宅を希望する
 生前予約している
 予約先 連絡先 預託金 あり なし
 その他 (例) ホテルでのお別れの会にしてほしい

葬儀の形式

宗教 仏教 キリスト教 神式 無宗教 その他 ()

菩提寺や特定の寺社・教会や宗派を希望する場合

名称

連絡先

所在地

喪主について

任せたい人

名前

間柄

連絡先

葬儀の費用について

➡ (22～25 ページ参照)

- 預貯金や年金など自分の財産を使うことを希望する
 特に用意はしていない
 保険・共済に加入している
 その他

遺影について

すでに用意してある

保管場所

希望する写真がある

どんな写真？

葬儀の案内を出してほしい人

名前

間柄

連絡先

葬儀後に伝えてほしい人

名前

間柄

連絡先

メ モ

お墓のこと

選択肢が広がっているお墓。悩んだ場合は、それぞれの資料を集めてみましょう。動いていくうちに、自分の希望が見えてくるかもしれません。

●お墓の希望

記入日

年

月

日

お墓がある（代々受け継がれているお墓、生前契約したお墓など）

| | |
|-----------|-----|
| 墓地の 名称 | 所在地 |
| | 連絡先 |
| 備考 | |

お墓がない

新しくお墓を用意してほしい

希望は 一般墓 永代供養墓 納骨堂 その他（ ）

家族や親族の判断に任せたい

その他

お墓の管理
改葬
墓じまいの
希望など

（例）納骨堂は市内の〇〇へ。故郷のお墓も移して、一緒に納めてほしい。

お墓の費用について (22～25 ページ参照)

預貯金や年金など自分の財産を使うことを希望する

特に用意はしていない

保険・共済に加入している

その他

コラム

仙台市の市営墓地

仙台市には市営墓地が3ヶ所あります。「いずみ墓園」では新規貸出の募集を行っています。「北山霊園」と「葛岡墓園」については、新規の貸出は終了していますが、墓じまいなどで返還された区画がある場合には、整備後に再貸出を行います。

詳しくはこちら



用語の
説明

- 改葬 … 墓地・納骨堂に納めたお骨を、他の墓地・納骨堂に移すこと
- 墓じまい … 墓石を撤去し、墓所を更地にして使用权を返還すること