

# 住民も医療・介護関係者も 「心づもり」を 考えてみましょう、話し合ってみましょう



～ 住民啓発・多職種研修の実施で見えてきたのは、  
地域全体でACPを考え学ぶことだった ～

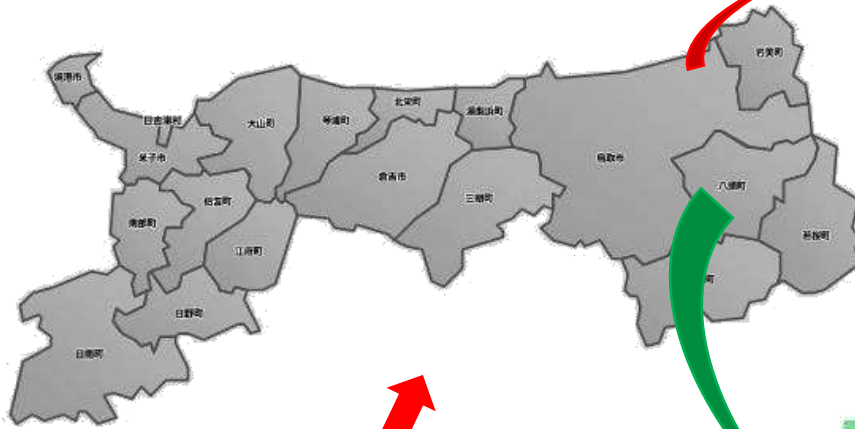


# 日本在宅医療連合学会 COI 開示

廣山 恵

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある  
企業などはありません。

# 鳥取県東部地区とは

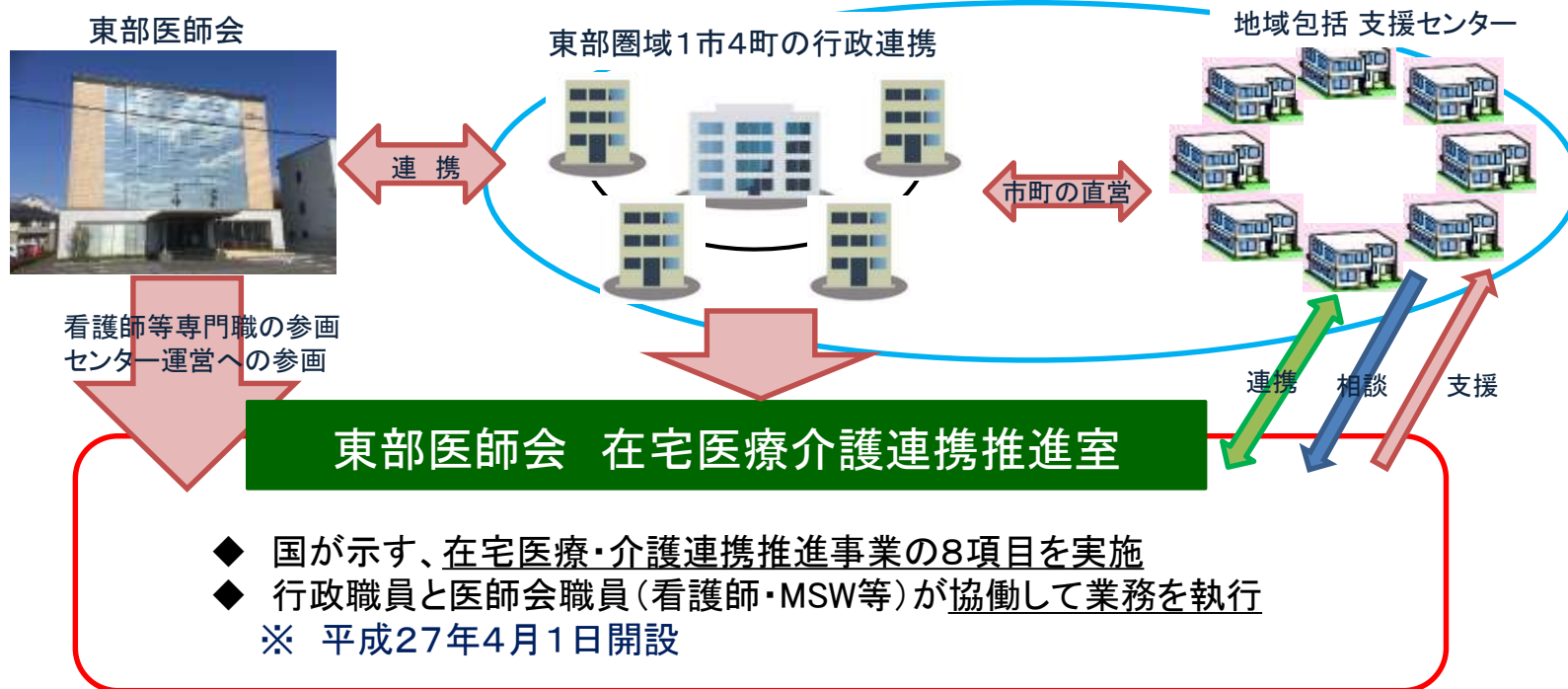


東部地区1市4町全体で取り組んでいます！



- ・面積：1,518.22Km<sup>2</sup>
- ・人口：225,587人(2017年5月)
- ・人口密度：151人/Km<sup>2</sup>(17人から248人)
- ・高齢化率：30.3%(29.6%から48.3%)

# 【 鳥取県東部地域の連携イメージ 】



## 【 東部地域の事業方針 】

- ・行政は、東部医療圏の1市4町が連携し共同実施（医師会エリアも東部）
- ・国のモデル事業を参考にし、鳥取県東部地域の実情にあった、全国に例のない新しい連携推進体制を構築
- ・行政職員と東部医師会の専門職員が協働で事業を実施

# 在宅医療介護連携推進協議会

2018年度までの各ワーキンググループの活動内容

## 総合企画 WG

事業全体の企画、進捗管理、HP開設・運用  
協議会やWGの進捗管理、未検討項目の協議

## 行政WG

情報共有・意見交換、ケアマネアンケート(2回)、住民啓発の推進、  
生活支援・介護予防・認知症対策との情報共有、保健所との連携、  
ファシリテーター育成とフォローアップ(各3回)、終活支援ノート作成

## 地域資源 WG

資源調査内容の検討・実施、医療介護資源マップを作成  
資源マップWEBシステム構築(WGは終了、推進室で情報更新・維持管理)

## 住民啓発 WG

住民啓発の把握、住民学習会(寸劇)の企画・開催(67回)、寸劇DVD作成、  
パンフレット(地域包括ケア、ACP)作成、ファシリテーターと協働

## 多職種研修 WG

多職種研修の把握、ワールドカフェでの研修テキスト項目抽出  
多職種研修の企画・開催(合計9回)、ファシリテーターと協働

## 情報共有 WG

連携ツール(様式等)の現状把握と既存情報のオープン化  
統一様式や新たな情報連携ツールの検討

# 住民啓発:「我が家(うちげえ)に帰りたい」

## 準備期間

- ・ 在宅医療と看取りの研修
- ・ ファシリテーター育成研修
- ・ 地域包括ケアについてのパンフレット作成
- ・ 寸劇＋意見交換＋学習で2時間研修を企画

## 研修開始

- ・ 地域には暮らせる仕組みがある＋本人の意思が大切
- ・ 在宅医療・介護に関する学習会  
～ 我が家(うちげえ)に帰りたい ～
- ・ ファシリテーター活用

## バージョンアップ

- ・ 学習会用に寸劇をDVD化
- ・ ACPのパンフレット作成、行政作成の終活支援ノート協力
- ・ ファシリテーターフォローアップ研修
- ・ 医療・介護関係者へもほぼ同じ研修を実施

# 多職種研修：地域包括ケア専門職“絆”研修

～仲間同士知る・つながる・高め合う～

## 準備期間

- ・ 地域包括ケアシステムのスライド作成
- ・ ワールドカフェで問題抽出
- ・ ファシリテーター育成研修

## 研修開始

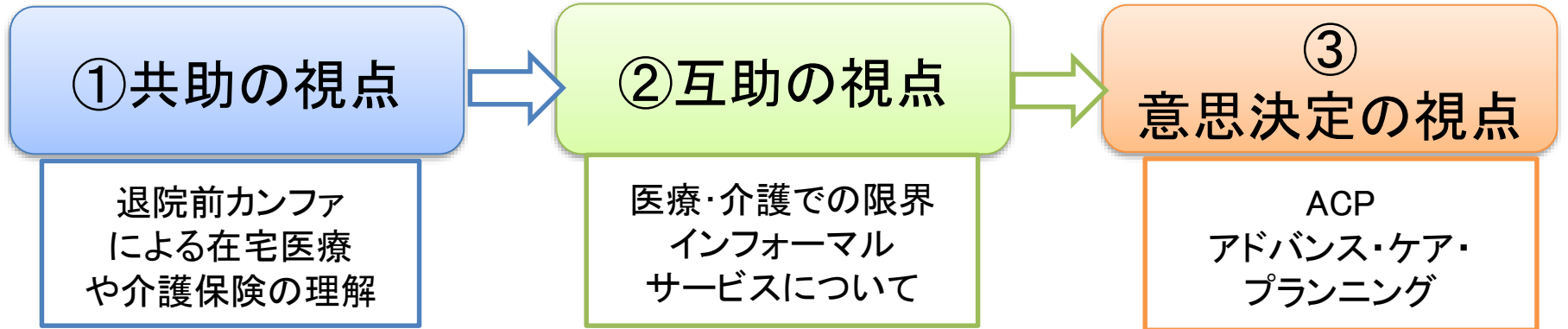
- ・ 退院支援・在宅支援・終末期支援の3回シリーズ、講義と演習
- ・ 地域包括ケア専門職“絆”研修  
～ 仲間同志、知る・つながる・高め合う ～
- ・ ファシリテーター活用（プレゼンも含め）、半日×3回研修

## バージョンアップ

- ・ ACPのパンフレット使用、住民啓発用DVD一部使用
- ・ ACPについてはは住民と同じアンケート実施
- ・ 研修の効果判定のアンケートを2クール目から開始
- ・ ファシリテーターのフォローアップとして準備のみ参加もあり

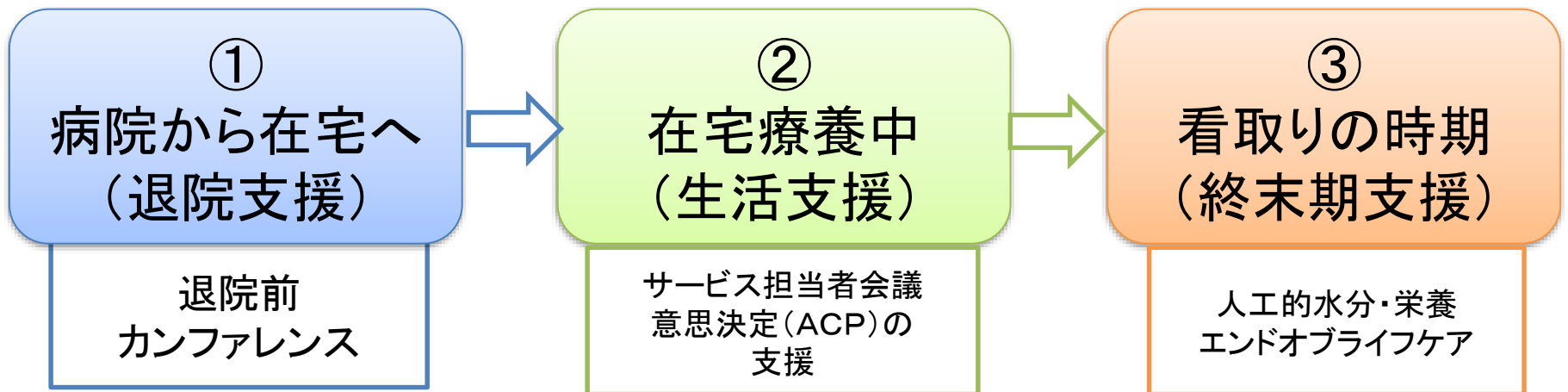
# 住民啓発 & 多職種研修プログラム

(住民啓発) 我が家(うちげえ)に帰りたい (寸劇2部構成)



共通した、仮想の症例で、研修を実施

(多職種研修) 地域包括ケア専門職“絆”研修 (3回シリーズ)





# 住民啓発 & 多職種研修プログラム

## グループワークのお題は！

### もし自分なら・もし家族なら

- 事故や病気などで身の回りの事（食べることも含め）ができなくなり、自分の考えを伝えられなくなった時に、**あなた**ならどのようにしてほしいですか？
- 大切な家族をどうしてあげたいですか？

# ACPパンフレットと終活支援ノート

2019年度版 Ver.2

## さいごまで自分らしく 豊かな人生のための わたしたちの心づもり

～ 考えてみましょう 話し合ってみましょう ～



私もあなたも、いつかは人生の最終段階を訪れて、さいごを迎えます。  
もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて、あらかじめ考え、家族  
や医療・介護関係者など周りの支えてくれる人たちと、繰り返し話し合い共有する  
取り組みを「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」といいます。  
厚生労働省はACPの愛称を「人生会議」に決定し、11月30日（いい看取り、  
看取られ）を「人生会議の日」としACPについて考える日としました。

一般社団法人鳥取県東部医師会  
東部地区在宅医療介護連携推進協議会

 もしもの時のために ～終活支援ノート～  
マチレット

## わたし( )の 心づもり

～ 考えてみましょう 話し合ってみましょう ～

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)のすすめ



因幡・但馬麒麟のまち連携中枢都市圏  
鳥取市・岩美町・若桜町・智頭町・八頭町・新温泉町

令和元年度版

## ① なぜ 考えなければいけないの？



- あなたの思いや考えを伝えられなくなることが  
思わぬ事故や、病気にかかって急に訪れたり、  
認知症の進行によってだんだんと訪れたりすることがあります。  
そのような場面がいつ訪れるかを予測することはできないためです。
- あなたの思いや考えを示しておくことは、将来ご家族などが  
あなたの気持ちを考えて判断するのに役立つでしょう。

## ② 何を 考えればいいのか？

### ① あなたが大切にしていることは、何ですか？

人生観や価値観などあなたが大切にしていることをあらためて考えることは、これからの人生を豊かにするのに役立つでしょう。



もしもの時は

### ② あなたの代理意思決定者は誰ですか？

自分の思いや考えを代弁してくれる人を選んでおきましょう。

### ③ どんな治療をどこまで受けたいですか？ 受けたくないですか？

例えば

- 心停止になったとき、心臓マッサージは？
- 食べられなくなったとき、経管栄養（胃ろう）は？

※病気については、かかりつけ医の先生に相談ください。

### ④ どこで誰と治療やケアを受けたいですか？

- 長年過ごした家で大切な人・思い出と
- 住み慣れた施設でなじみのスタッフと
- 治療した病院のスタッフと 等



自宅でも訪問診療・看護や訪問介護サービスを利用しながら生活できる仕組みがあります。



## ③ いつ 考えればいいのか？



もしもの時は、冷静に考えることが難しくなります。  
だからこそ元気な時に考えておく必要があります。  
今がそのタイミングではないでしょうか。



例えば

- お盆や正月の家族が顔を合わせるときに
- 自分の誕生日に
- 仕事を退職・引退したときに
- 病気になったときに
- 介護が必要になったときに 等

## ④ 誰と、どのように 話し合えばいいのか？



- 自分の思いや考えを伝えたくて、  
家族など周りの支えてくれる人たち、代理意思決定者や  
医療・介護関係者らと話し合っておきましょう。
- 結論が出なくても、お互いの意見を尊重し話し合う過程が大切です。
- 一度決めたら終わりではありません。思いや考えは揺れ動くので、  
何度でも繰り返し、話し合うことが必要です。
- 話し合ったことを終活支援ノート「わたしの心づもり」など  
何か書きとめておきましょう。



治療やケアを受けるときは、  
話し合った心づもりを医療機関  
や介護施設に伝えましょう。

## 第2章

# もしもの時は



### ～わたしの心づもり①～ (例:元氣なとき)

思わぬ事故や病気で、自分の思いや考えを伝えられなくなった時に備えて、パンフレット(さいごまで)から、考えておくのではなく、(同じページが3

●もしもの時が近くなった時に、どこで療養(治療やケア)したいですか？

- 病院
- 介護施設
- 自宅
- その他

●自分の思いや考えを伝えられなくなった時に、あなたの代理として受ける医療やケアなどについて意思決定してくれる人を選びましょう

### わたしの

●もし生きることをあなたにとって

- 家族や友人の身の周りの痛みや苦しみのひとりの時
- 趣味の時間

●あなたはご自身の

- 病名も余命も
- その他(具

※もし、更に知って、次の

●自分の思いや

- 可能な限り
- 苦痛を少なく

●食べられなく

- 胃や鼻から点滴で水分
- その他

6

### ～わたしの心づもり②～ (例:病気になる時)

病気の進行によって、自分の思いや考えを伝えられなくなった時に備えて、パンフレット(さいごまで)から、もう1人で考えるの(同じページ

### わたしの

●もし生きることをあなたにとって

- 家族や友人の身の周りの痛みや苦しみのひとりの時
- 趣味の時間

●あなたはご自身の

- 病名も余命も
- その他(具

※もし、更に知って、次の

●自分の思いや

- 可能な限り
- 苦痛を少なく

●食べられなく

- 胃や鼻から点滴で水分
- 人工的な
- その他

8

### ～わたしの心づもり③～ (例:人生の終活を考えたとき)

例えば、治療をしても回復が見込めない状態で自分の思いや考えを伝えられなくなった時に備えて、パンフレット(さいごまで)自分らしく豊かな人生のためのわたしたちの心づもりをよく読んでから、ふたたび考えてみましょう、繰り返し話し合ってみましょう。また、あなた1人で考えるのではなく、ぜひご家族などと一緒に話し合ってからご記入してください。(ページが足りないときは、新しい終活支援ノートをご希望ください。)

### わたしの思いや考え

記入日 年 月 日

●もし生きることが出来る時間が限られているとしたら、あなたにとって大切な事はどんなことですか？

- 家族や友人と過ごすこと
- 身の周りのことが自分でできること
- 痛みや苦しみが少なく過ごせること
- ひとりの時間が持てること
- 趣味の時間を持つこと
- 仕事や社会的な役割を続けること
- できる限りの治療が受けられること
- 家族の負担にならないこと
- 経済的なこと
- その他

●あなたはご自身の病名や余命を知りたいですか？

- 病名も余命も知りたい
- 病名のみ知りたい
- 知りたくない
- その他(具体的にお書き下さい)

※もし、更に知っておきたいと思う病状等があれば以下に書いてみましょう。そして、次の機会に医療従事者に尋ねてみましょう。

●自分の思いや考えを伝えられなくなった時に、どのような治療を望みますか？

- 可能な限り延命治療を受けたい
- 延命治療を希望しない
- 苦痛を少なくすることを重視する
- その他

●食べられなくなった時に、どうしてほしいですか？

- 胃や鼻からチューブで流動食を入れてほしい
- 点滴で水分を補ってほしい
- 人工的な栄養や水分の補給はしなくていい
- その他

●もしもの時が近くなった時に、どこで療養(治療やケア)したいですか？

- 病院
- 介護施設
- 自宅
- その他

10

●自分の思いや考えを伝えられなくなった時に、あなたの代理として受ける医療やケアなどについて意思決定してくれる人を選びましょう (代理意思決定者といいます)

●自分の思いや考えを伝えられなくなった時に、あなたの代理として受ける医療やケアなどについて意思決定してくれる人を選びましょう (代理意思決定者といいます)

- 配偶者(夫、妻)
- 子ども
- きょうだい
- 親戚(姪・甥など)
- 友人・知人
- 頼める人がいない

名前: 続柄: 連絡先:

●臓器提供・献体については？

- 臓器提供意思表示カードを持っている (健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードに意思表示を記載している)
- 臓器提供・献体を希望しない
- 献体の登録をしている
- その他

メモ ※書き足りないこと等を自由にお書きください。

本人氏名 \_\_\_\_\_ 代理意思決定者氏名 \_\_\_\_\_

一緒に話し合った人 ( 年 月 日 )

一緒に話し合った人 ( 年 月 日 )

話し合った医療(介護)者 ( 年 月 日 )

◆健康なときと病気になるってからなど考えや思いは変化します。何度でも繰り返し話し合うことが大切です。(同じページが3回分あります。3回目です。)

◆このノートには法的効力はありません。法的効力を求める場合は遺言書の作成が必要です。

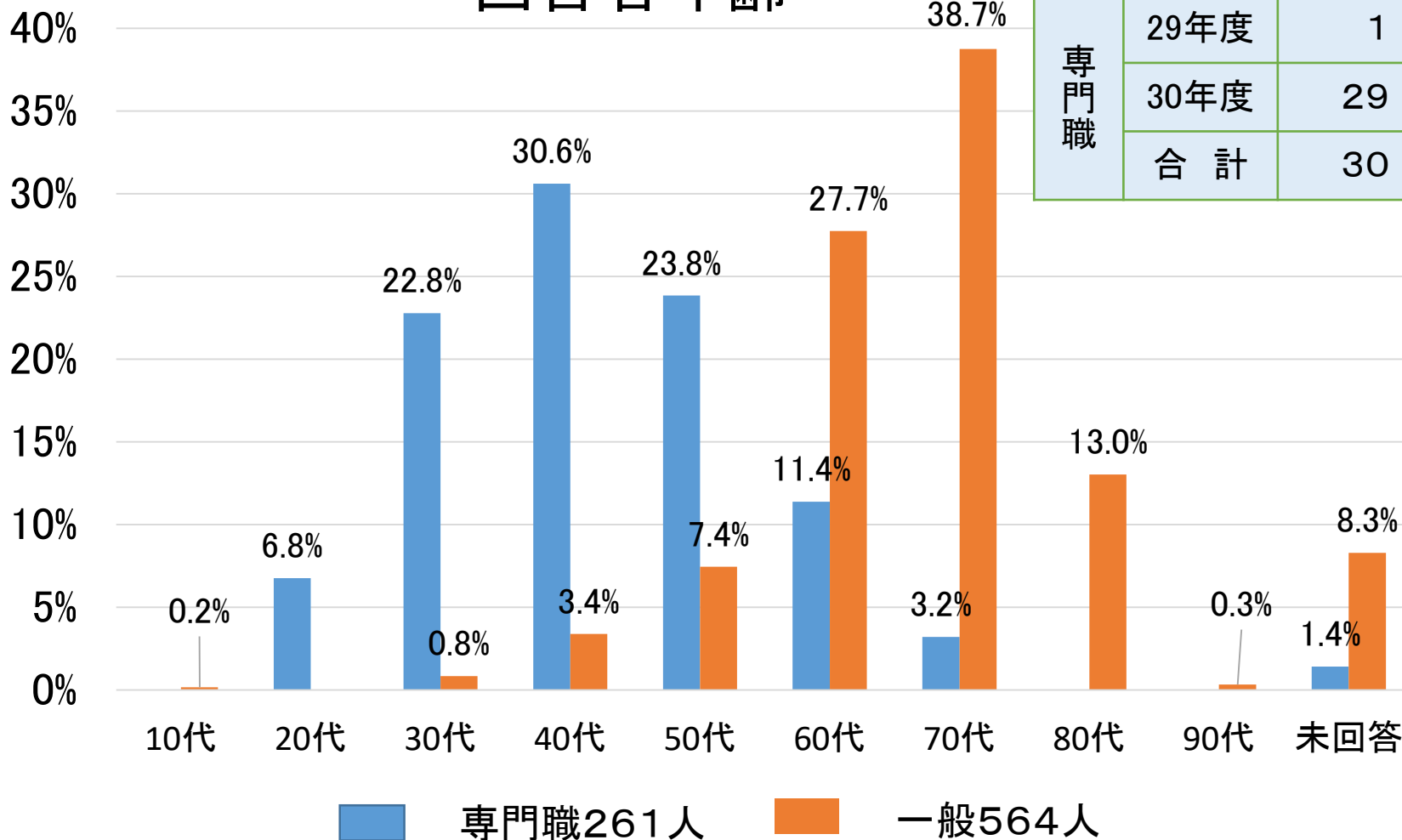
11

# 研修後のアンケート結果

(毎回は、実施できていない)

		研修回数	研修参加数
一般	29年度	8	209
	30年度	38	1705
	合計	46	1914
専門職	29年度	1	51
	30年度	29	1248
	合計	30	1299

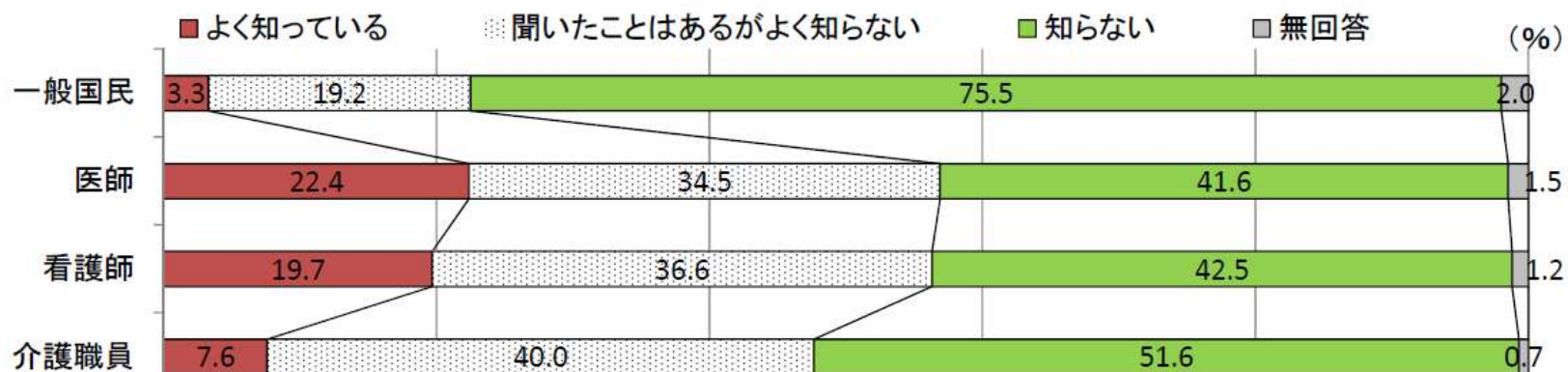
## 回答者年齢



# I-6 アドバンス・ケア・プランニング(ACP)について

平成29年度  
一般国民票

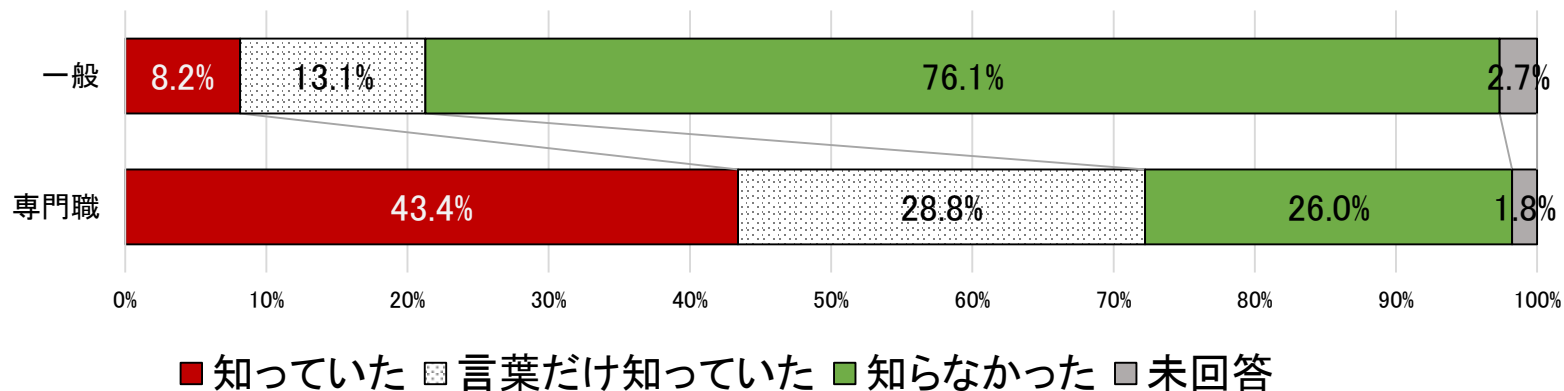
■ 人生の最終段階の医療・療養について、意思に沿った医療・療養を受けるために、ご家族等や医療介護関係者等とあらかじめ話し合い、また繰り返し話し合うこと(アドバンス・ケア・プランニング<ACP>)についての認知度



平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査結果:厚生労働省

## 鳥取県東部地区

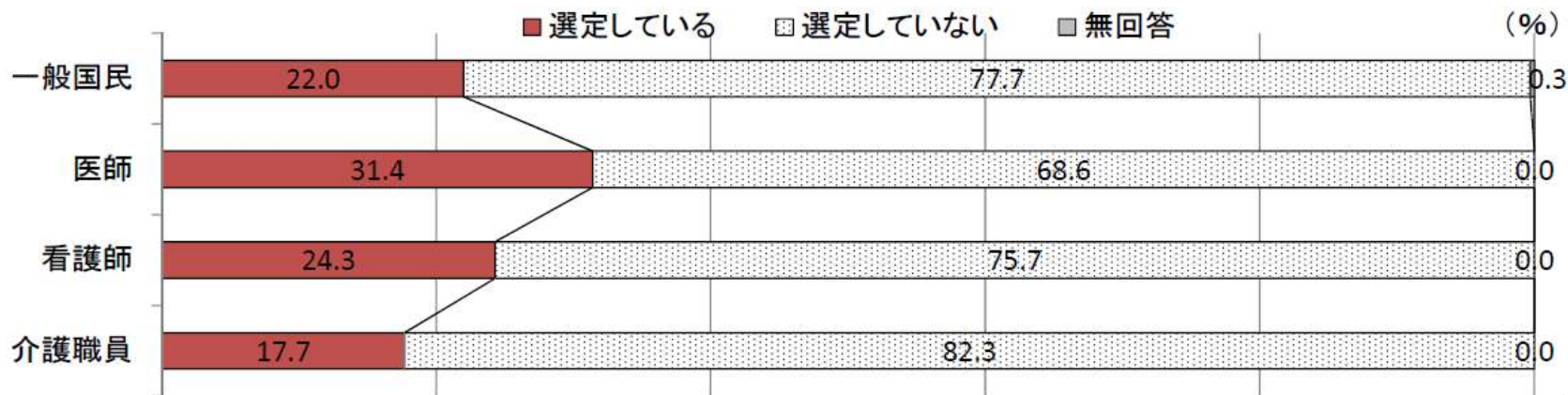
■ アドバンスケアプランニングについて知っていましたか



# I-5 治療方針の決定についての考え方①

平成29年度  
一般国民票

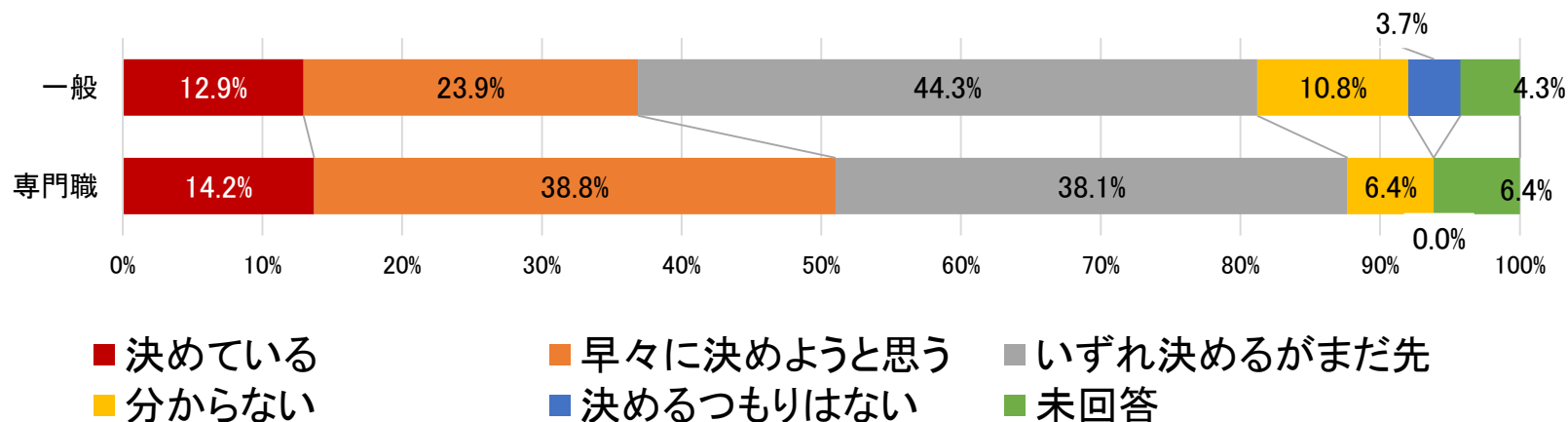
■ 自分が意思決定できなくなったときに備えて、自分が信頼して自分の医療・療養に関する方針を決めてほしいと思う人、もしくは人々の選定状況(選定しておくことに「賛成である」と回答した者)



平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査結果:厚生労働省

## 鳥取県東部地区

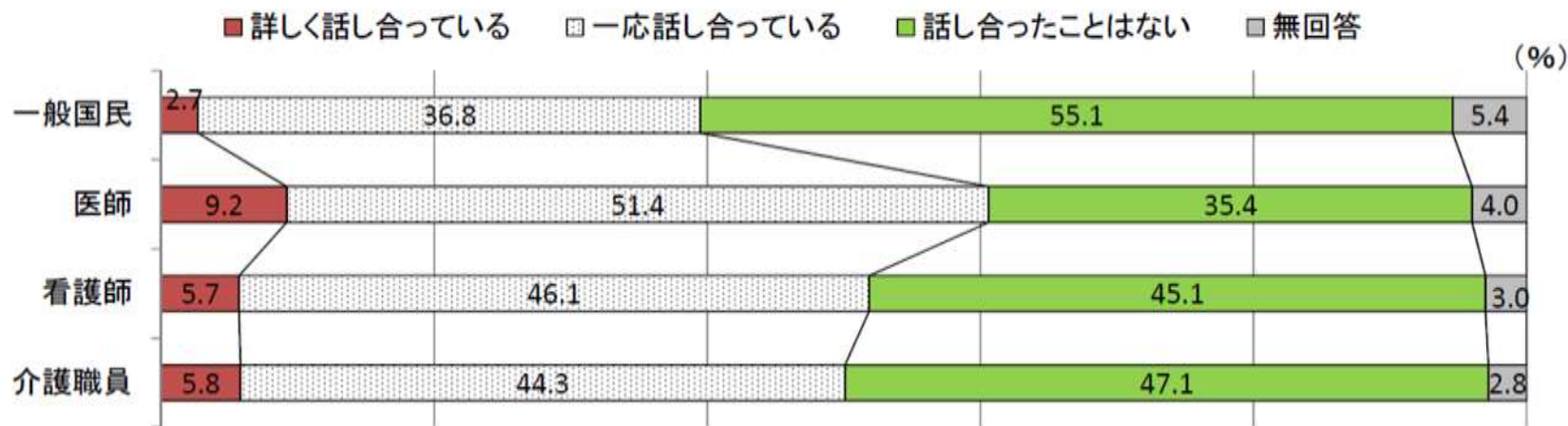
■ 代理意思決定者について決めていますか



# I-1 人生の最終段階における医療に関する関心①

平成29年度  
一般国民票

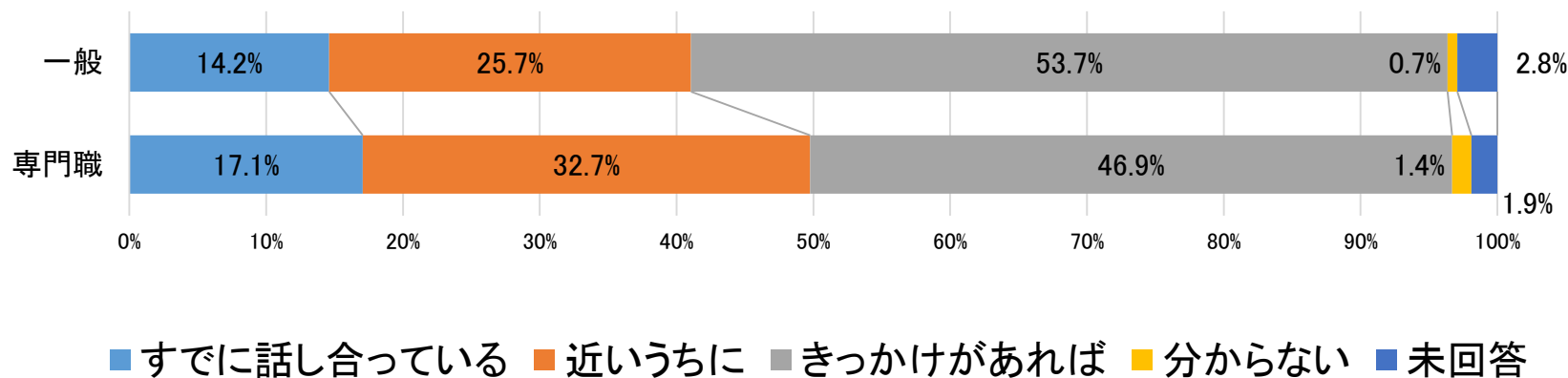
■ 人生の最終段階における医療・療養についてこれまでにご家族等や医療介護関係者と話し合ったことがあるものの割合



平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査結果：厚生労働省

## 鳥取県東部地区

■ 心づもりの話し合いをしようと思いましたか





# 【 研修終了後の声から 】

- 子どもたちと話さなくてはと痛切に思いました
- 身内は元気だが、必要性を感じた
- 「心づもり」はあっても先延ばししてしまう問題だった
- 子ども・孫の理解、認識も伴うので、今後も啓発に努めてほしい
- 今後の自分の生き方を考えたい
- 繰り返し話し合うことの重要性を認識した
- 祖父がこんな話をしようとしたことがあった、今度はちゃんと聞こうと思った
- 突然に伝えられなくなるというイメージが今までなかった
- 今後の自分の生き方を考える良いきっかけになった
- エンディングは悲しくさびしい、「心づもり」が良い
- 悪くなった時のことを考えるとこわいが、いずれではダメな気がする

# 【 研修終了後の声から 】

## (民生児童委員)

- 医療・介護職の自己啓発と実績が前提になると啓発が進む
- 自分自身の研修だったが、多くの人を知っておくべきだ
- 親が長生きするのはうれしいが、反面重い

## (医療・介護関係者)

- ACPを知らなかった、今後重要なテーマになると実感した
- まずは一住民として考え、その後仕事でも活用していきたい
- 自分自身・家族について考えた研修は、初めてだった

# 結 論

- 住民も専門職も一住民である。
- 研修後でも、代理意思決定が「まだ先」とか、話し合うことについて「きっかけまち」が40%～50%以上あり、自分の事として考え、話し合うきっかけがまだ必要。
- 研修は高齢者からの依頼が多い。今後の課題として、その子ども世代(働き盛り)への研修機会がない。
- 終活やエンディングというより「心づもり」という言葉が、親しみやすいという反応があった。
- 研修では参加者同士で話し合ったり発表したりすることで、さらに考えが深まる。

より良い地域づくりのためには、住民だけでなく医療・介護関係者も共にACP(アドバンスケアプランニング)について学び、理解し、実施できることが重要である。

ご清聴ありがとうございました



<http://www.toubu.tottori.med.or.jp/zaitaku>