

「人生会議」しませんか？

アドバンス・ケア・プランニング（ACP）または「人生会議」という言葉を聞いたことがありますか？

ACPとは、人生の最終段階（終末期）になったときに備え、これまでの人生で大切にしてきたことやどのように過ごしたか、最期はどこで迎えたいか、希望する医療やケアなどについて、患者さんやご家族と医療ケアチームがあらかじめ話し合うプロセスのことをいいます。その時々での生活の変化や病状によって気持ちは変わるため、何度も繰り返し話し合いを行います。ACPの愛称として「人生会議」と呼ばれています。

なぜこのような話し合いが必要なのか？約7割の人が突然の事故や認知症、病状などにより、自分の希望を伝えることが難しくなると言われています。あなたが意思を表明することができないときに「あなたならきっとこう考えるだろう」と価値観や考え方を大切に、希望に沿った医療・ケアが受けられるように、前もってご家族や友人など大切な人と話し合いをしておくことで、その希望が医療・ケアに尊重されるだけでなく、代わりに意思決定をするときにご家族の心理的負担が軽くなると言われています。

令和4年の静岡市、人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）に関する市民意識調査結果では、「人生の最終段階における医療・ケアについて話し合ったことはあるか」という設問に対し、「話し合ったことはない」と回答した人は68.7%で最も多く、その理由として「話し合うきっかけがなかったから」が56.7%、「話し合う必要性を感じていないから」が18.5%、「知識がないため、何を話し合っていないかわからないから」13.7%でした。家族等や医療介護関係者と医療・ケアについて話し合う良いきっかけとして「自分の病気」54.0%、「ご家族・友人等の病気や死」51.6%と回答がありました。

当院では話し合いのきっかけ作りとしてポスターの掲示や「人生会議手帳」を作成しました。人生会議手帳には、心肺蘇生術や人工呼吸器などの延命治療を受けたい・受けたくないという希望の他にも、最期を迎えたい場所（自宅、病院、ホスピス、緩和ケア病棟など）

の希望や、これまでの人生で大切にしていることは何か、病気に対する思い、もしものときにあなたの代わりに希望を伝えてくれる人について記載されています。「孫やペット、家族に囲まれて最期まで生活したい」「家族に迷惑をかけたくない」「今はこんな話したくない」「とにかくつらい症状をとってほしい」「できるだけ仕事を続けながら治療を受けたい」など、人それぞれ考え方や希望は違います。どんなことでも自由に記載してください。まずは、ご自身でこれからことを考えていただき、ぜひご家族と話し合ってみてください。その後、当院には医師、看護師、薬剤師、リハビリ職員、臨床心理士、医療ソーシャルワーカーなど多職種が働いていますので、誰でも話しやすい人に話してください。できるだけご希望に添えるような医療・ケアを検討するために、必要に応じて当院だけでなく、かかりつけ医やケアマネージャー、訪問看護師、施設職員など、地域とも連携したサポートをしていきたいと思っています。

私たちががん関連の認定看護師（がん放射線療法看護、がん化学療法看護、緩和ケア）も一人一人の価値観や大切にしていることも把握し、医療・ケアチームの一員として一緒に考えていきたいと思っています。

STEP1 あなたの希望や思いについて考える

生活で大切にしたいことや、人生の目標・希望や思いについて考えてみましょう。

あなたが大切にしたいことは何ですか？

- (いくつ選んでも構いません)
- 楽しみや喜びにつながる可能性があること
- 身の回りのことが自分でできること
- 人として大切にされること
- 社会や家族で役割が果たせること
- 痛みや苦しみが少ない過ごせること
- 人の迷惑にならないこと
- 自然に近い形で過ごすこと
- 先々に起こることを詳しく知って
- 他人に弱った姿をみせないこと
- 信仰に支えられること
- 家族や友人と十分に時間を過ごせること
- 落ち着いた環境で過ごせること

人生会議手帳



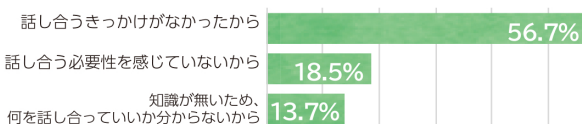
本人名：
住所：
電話番号：
この冊子に記入してください。

静岡市立清水病院
緩和ケア委員会
2022.2

▲「人生会議手帳」はP7をご覧ください。

■「静岡市、人生会議に関する市民意識調査結果」

Q これまで話し合ったことがない理由は何ですか？



Q 家族等や医療介護関係者と医療・ケアについて話し合う良いきっかけは？

