

# 愛称は、「人生会議」

# ACPって何？

話し合いの進め方の例



(厚生労働省「ACP普及・啓発リーフレット」より抜粋)

誰でも、いつでも命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めたりすることが困難になる可能性があります。

自らが希望する医療や最期を迎える場所について自分自身で前もって考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有することが重要です。

「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」とは、人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族などや医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組みのことです。厚生労働省は、昨年11月30日に公募した中から愛称を「人生会議」に決定し、また、11月30日（いい看取り・看取られ）を「人生会議の日」とし、人生の最終段階における医療・ケアについて考える日としました。

そこで今回は、「ACP」についての取り組みなどを紹介します。



## 約4割の人が「最期は自宅で看取られたい」

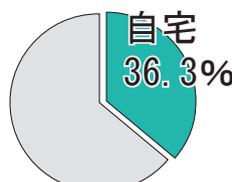
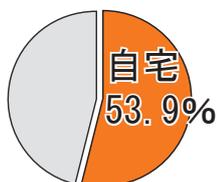
約8割の人が病院で最期を迎える中、本市の65歳以上の市民の約4割は、自宅で最期を迎えたいと希望しています。しかし、実際は家族への負担や病状への対応の不安から病院での療養を選択せざるを得ない現状があります。

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため繰り返し考え、話し合うことが重要です。

### ■最期の時間を過ごす場所が住み慣れた我が家の割合

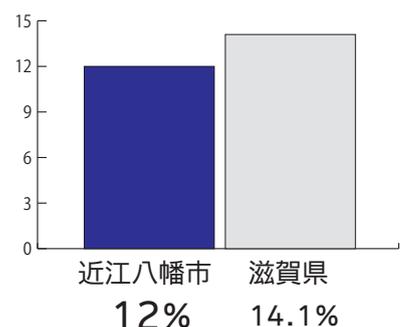
介護が必要となった時の生活を希望する場所

死期が迫っている時の療養生活を希望する場所



(出典：第7期市総合介護計画ニーズ調査)

### ■自宅で死亡する割合 (平成29年)



(出典：平成29年滋賀県人口動態統計)

いつまでも自分らしく生きるために

もしもの時のために、医療・ケアについて話し合ってみませんか

自分自身で前もって考え、何度も繰り返し話し合う「ACP」。なぜ、今このような取り組みを進めていくことが重要なのか、在宅療養支援病院であるヴォーリズ記念病院理事長の三ツ浪健一さんに在宅医師の立場からお話しをお聞きしました。

**なぜ今、ACPが求められているのですか**

当院にも医療療養病棟があり、多くの患者さんが中心静脈栄養（心臓に近い太い静脈から高濃度の栄養輸液を行う）や経鼻経管療法（鼻から管を通して胃へ直接栄養を届ける）

を受けながら、長期の療養生活を送っておられます。その多くの人が、自らの意思でそれらの治療法を選ばれたのではなく、家族の意向によることが多いのですが、それがその患者さんにとって最善の治療であるのかどうか、疑問に思われることもよくあります。治療を行う者としては、患者さんのその時点における意向を最大限に尊重したいと考えています。残念ながら、その時点で自らの明確な意思を示すことができない人は極めてまれです。従って、元気な頃から、人生の目標や価値観、将来の医療に関する望みについて、自分が信頼できる人や医療者と話し合っておくことにより、自分が意思決定で

きなくなったりときに備えることは大事だと考えます。

**いつから始めたらいのですか**

意思決定ができなくなる病気やけがは、いつ起こるか分かりません。ACPを始めるのは、早ければ早いほうがよいと思います。しかし、実際には何らかのきっかけがあった時が始めるチャンスになると思われます。例えば、高血圧・糖尿病・高コレステロール血症などの慢性病が見つかったとき、がんなどの命に関わる病気が見つかったとき、あるいは体力が弱って病院への通院が困難となり在宅医療を受け始めるときなどが、ACPを始めるチャンスになると思われます。

**ACPを行うにあたり**

**大切なことは何ですか**

まず、自分で意思決定ができなくなったときに代わりに意思決定をしてほしい、自分が最も信頼できる人を選ぶことが大切です。その人には日頃から、自分の価値観や人生観、自分がどこでどのような治療を受けたいのかなどについて十分に話ししておきましょう。このときに重要なのは、「どこでどのような治療を受けたいのか」については、その時の病状によって変化しう

ることを考慮しておくことです。「最期は自宅で」と考えていても、とても苦しくなって、その苦しみが一時的に入院して治療を受けて治まるのであれば、そうしたいと思う人もあるでしょう。いろいろな状況を想定し、また、状態が変わることに繰り返し、自分がどうしてほしいのかについて代理意思決定者と話し合っておくことが大事です。

また、延命治療として問題になる心肺蘇生、気管内挿管、人工呼吸器、中心静脈栄養、経鼻経管療法なども、治療が不可能な病気については、患者さんにとって有効なものではなく、負担になりうるものですが、回復の見込みがある状態については有効なこともあります。回復の見込みの有無を十分に検討した上での選択が、患者や家族の満足度向上につながることに注意するべきです。

**市民一人一人ができることは**

意思決定ができなくなる病気やけがは、いつ起こるか分からないので、普段の元気なときから、自分が信頼できる人に、自分の価値観や人生観、自分がどこでどのような治療を受けたいのかについて話ししておきましょう。また、自分の親や兄弟・姉妹などの価値観や人生観、望む医療について、日頃から耳を傾けるようにして、それらの人たちに意思決定ができなくなる病気やけがが起きたときに、良き代理意思決定者となれるよう心がけたいものです。



三ツ浪健一さん  
(ヴォーリズ記念病院 理事長)

地域のすべての人が、住み慣れた地域や自宅でいつまでも暮らすことができるよう、地域包括ケアの推進に力を注いでいます。



「友愛の家ヴォーリス」(北之庄町)の施設正面(上)

施設内のデイルームの日常風景(右)



当事業所は、県内5番目(東近江圏内では初めて)の施設として平成29(2017)年5月1日に開設し2年半が経過しました。『看護小規模多機能型居宅介護事業(通称:看多機)』は、「訪問看護事業」と「小規模多機能事業」を組み合わせた事業で、「訪問(看護・介護)」「通い(デイサービス)」「泊まり(ショートステイ)」「ケアプラン作成」と統括的に支援させていただく介護保険の地域密着型事業です。医療依存度の高い人

「看護小規模多機能型居宅介護事業所」の特徴と魅力を教えてください



友愛の家ヴォーリス 管理者 向 美保さん

看護小規模多機能型居宅介護 「友愛の家ヴォーリス」での取り組み

「さまざまな病気があっても医療機器を必要とされていても、最期までご本人や家族の思いに寄り添い柔軟に対応できるのが強みです」

在宅医療介護のニーズに応える看護小規模多機能型居宅介護事業所におけるACPの取り組みについて「友愛の家ヴォーリス」管理者の向 美保さんにお話を聞きました。

にも対応し、人生の最期まで、住み慣れたご自宅などで暮らせるように支援します。ご利用は、29人の登録制で、要介護の認定を受けられた人を対象としています。

看護小規模多機能型居宅介護事業所におけるACPの取り組みについて教えてください

当事業所では、『最期まで安心して、その人らしく生活できるように、温もりのあるケアで寄り添う』ことをモットーに、がんや認知症などさまざまな病気をお持ちでも同居の人でも今後の生活について一緒に考え、できるだけご本人・ご家族の希望に合わせてられるよう24時間・365日営業でサービスを提供しています。



デイサービス利用者の問いかけに耳を傾ける向さん

ある利用者さんには、「もうあとのくらい生きられるかわからへんけど最期まで頼むわな」と言っていたいたり、ある利用者さんのご家族は、「すぐく頼りになります。何かあってもすぐ相談できるし、預かってもらえる。安心して任せられます」と喜んでいただいたりしています。昨年は、5人の利用者を看取らせていただきました。

最期の場所は、ご自宅や当事業所・病院などさまざまな選択肢がありますが、よく話し合い、できるだけご本人・ご家族が満足していただける「最終章(療養生活)」となるよう職員一同努めています。

# もしもの時のことを 考えてみませんか



1 ページ ▲

人生の最期は年齢に関わらず、いつ訪れるかわかりません。その場合、多くの場面で自らの意思決定をすることが困難であるといわれています。

市では、自分自身と家族の最終段階における医療やケアのあり方を自分事として、ご家族や周囲の信頼できる人たちと話し合っただきたいと考え「今、考える私のエンディング」を作成しております。ご家族などとの今後の生活について話し合うきっかけとしてご活用ください。

エンディングノートは、市のホームページからダウンロード・印刷できます。最初の画面右上のサイト内検索から入れます。

[エンディングノート](#) [サイト内検索](#)



2 ページ ▶



3 ページ ▶

## 認知症地域支援推進員の情報発信コーナー 「かかりつけ医」を持つことの重要性

皆さんは、かかりつけ医をもっておられますか。かかりつけ医は「健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師」と位置付けられています。超高齢社会へと進む中、かかりつけ医は病気や生活習慣などを知った上で継続的に診察を行い、さまざまな健康問題も気軽に相談できます。また、家族が見逃しがちな認知症の症状に気付いたり、地域に密着した存在なので、必要に応じて、地域包括支援センターやケアマネジャーと連携していただけます。認知症になっても安心して住み慣れた地域で暮らしていけるよう、日頃から心配なことがあれば相談できるかかりつけ医を見つけておきましょう。

