

# 「私の人生ノート」 について

前橋赤十字病院

相談支援センター ソーシャルワーカー

(社会福祉士・精神保健福祉士

認定社会福祉士【医療分野】)

中井 正江

# 前橋版事前指示書作成の経緯

- 2016年5月始動
- 人生の最終期における医療の事前指示冊子に関する勉強会
- 人生の最終段階における医療の事前指示冊子作成ワーキンググループ
- 勉強会を計3回
- ワーキンググループ計6回
- 2016年12月パブコメ募集



# ワーキンググループ

- 前橋市医師会
- 前橋赤十字病院
- 群馬大学大学院保健学研究科
- 群馬中央病院
- 群馬県済生会前橋病院
- おうちで療養相談センターまえばし
- 居宅介護支援センターいしかい
- 群馬県看護協会訪問看護ステーション
- 前橋協立診療所
- 前橋市役所

# 勉強会で

- 在宅で胃瘻をした家族を看取ったご家族へのアンケート  
胃瘻をして良かったか？ YES  
自分も胃瘻をしたいか？ NO の方が多かった

本人の思いと家族の思いは必ずしも一致しない

# 「人生の最終段階における医療の決定プロセス に関するガイドライン」

医療従事者から適切な情報の提供と説明



患者が医療従事者と話し合い



**患者本人**による決定

# 患者の意思が確認できない場合

① 家族が患者の意思を推定できる場合→**推定意思**の尊重

② 家族が患者の意思を推定できない場合

→**患者**にとっての最善を話し合う

③ 家族がいない場合及び家族が判断を医療・ケアチームに委ねる場合

→**患者**にとっての最善

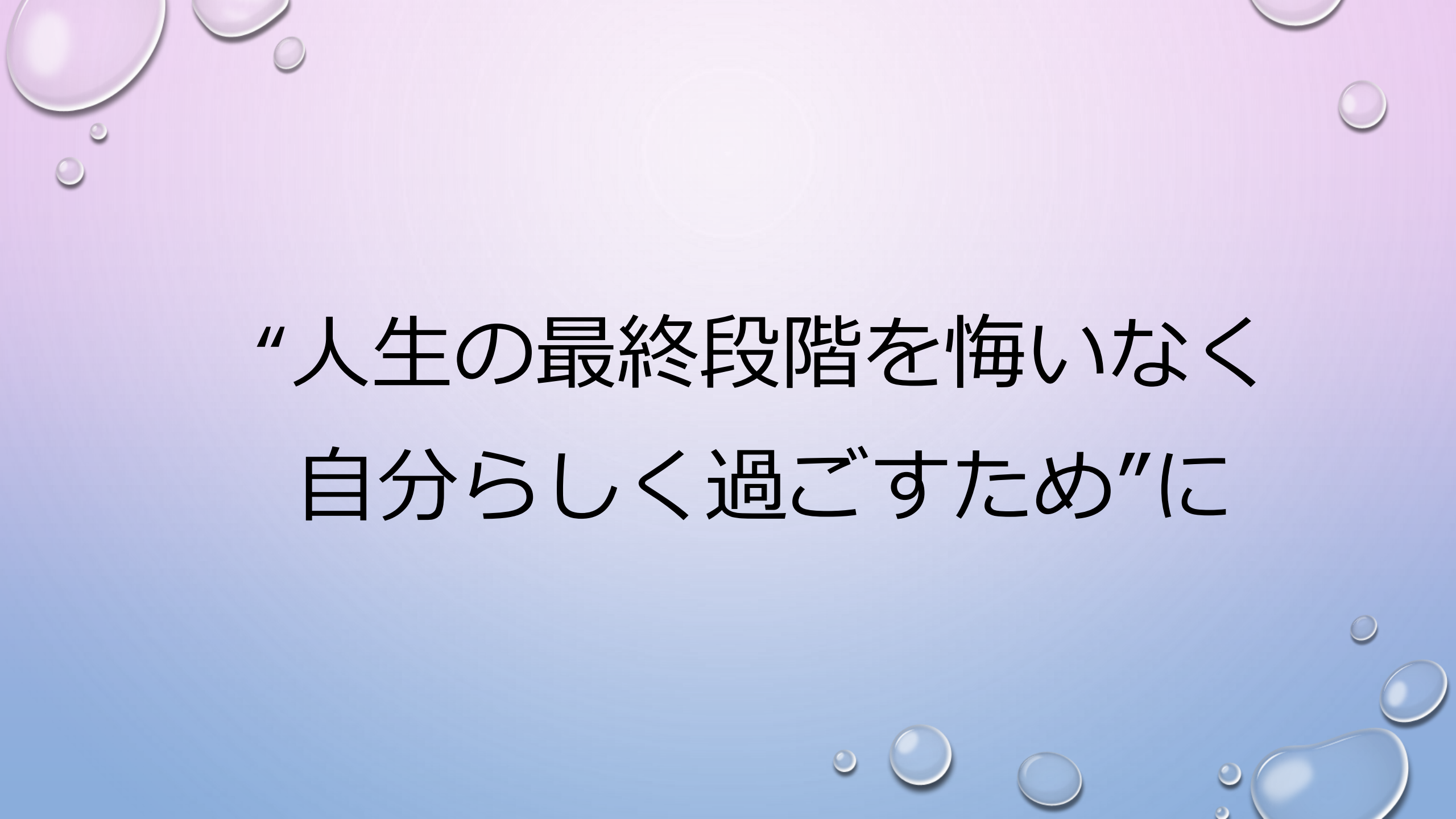
# 日常の相談支援において

- 患者自身の希望や願いより家族や時に医療者の判断、意見が優先される場面に出会う
  - 患者本人の希望や願いよりも家族の思いや都合（？）が優先
  - 生命の延長や身体的改善の可能性が優先
- 本人の意向がわからず迷い、悩む家族の苦悩
- 家族間の意見が一致しない

“自らが望んでいない医療”を受ける  
人を減らしたい

代理意思決定者の苦悩を  
少しでも軽減したい





“人生の最終段階を悔いなく  
自分らしく過ごすため”に

自分らしく過ごすとは・・・

- それを考えるきっかけづくり



「私の人生ノート」を作成

# 私の人生ノート

従来型の事前指示だけでは本当の「こころ」はわからない！？

## 前半

これまでの「人生」、そしてこれからの「生き方」について、ご自身で考え、大切な方にも伝える

- ① 「振り返る」  
：自分にとって大事なことは何なのか振り返る
- ② 「つたえる」  
：自分にとって大切なひとにつたえる

## 後半

前半の内容をもとに、医療や介護についての希望を考え、わからないことは専門家とも相談する

- ③ 「考える」  
：自分のスタイルにあった医療・介護を考える
- ④ 「相談する」  
：わからないこと、迷ったことは専門家に相談する

# 活用法

- 完成形を書いてもらうことが目的ではない
- 相談するプロセス、つまり アドバンスケアプランニングが重要である。
- 自分が考えるきっかけ、家族と語るきっかけ、専門家と相談するきっかけ、対話を促進する媒体として活用してもらえれば。
- 運用が重要となってくる。  
記入サポーターの養成を。

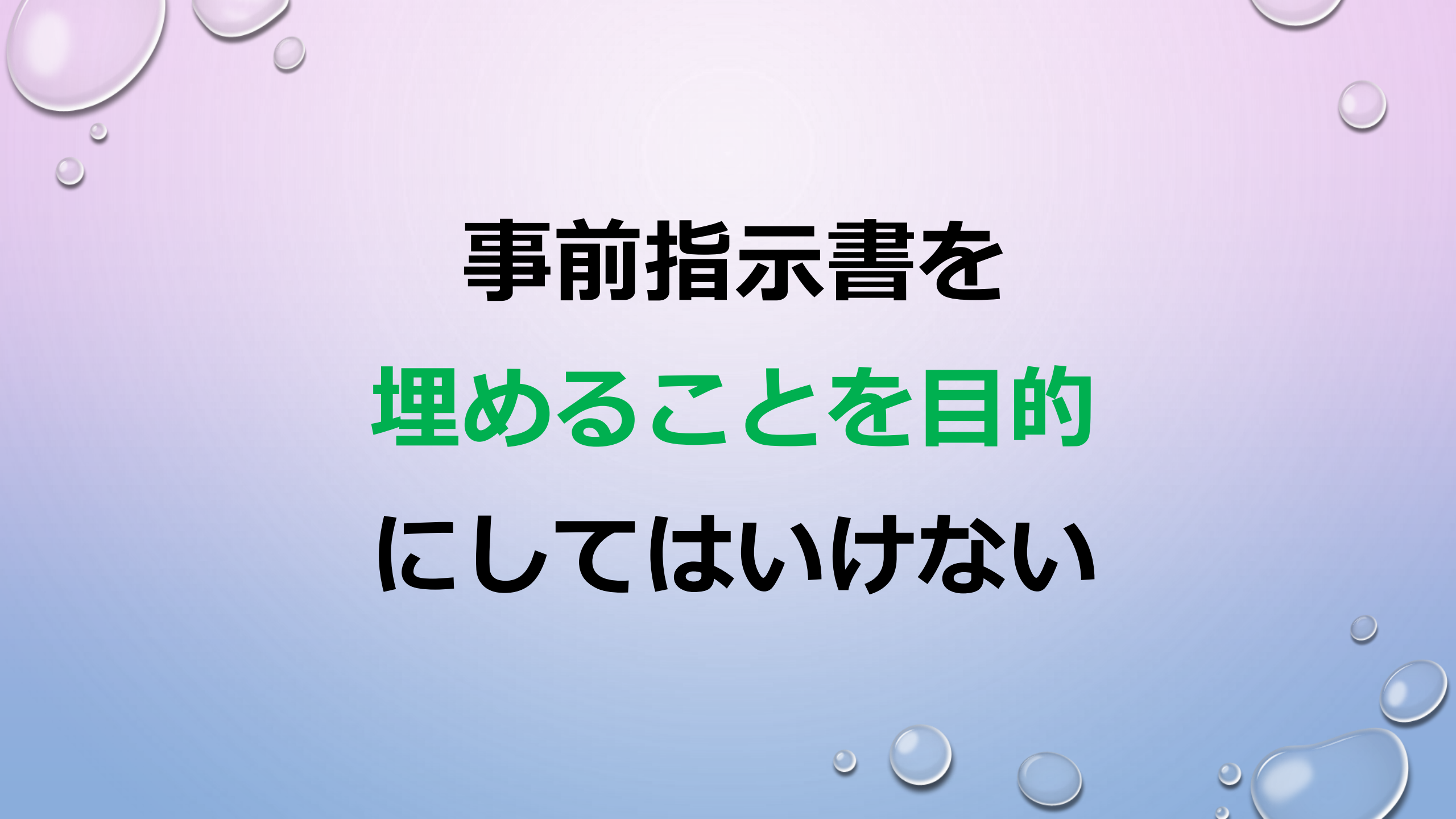


# 事前指示の問題点

- **これまで経験したことのない状況を想像して決定しなければならない**
  - 健康な状態で決定せねばならない
  - 予後を予測すること自体が難しいことが多い
  - すべての状況を網羅した想定は困難である
  - 新たな選択肢が登場する可能性がある
- **気持ちや状況の変化で希望内容は変化する**

## 事前指示の問題点

- 内容を誤解されたり、表明した複数の希望の間に矛盾が生じる可能性がある
- 指示書にある選択肢に規定されてしまう
- 代理人、家族、医療従事者の中で解釈の食い違いが生じうる
- 家族が指示内容に納得しない可能性がある
- 事前指示が本人の利益に反すると思われる場合に指示を尊重すべきか悩ましい



**事前指示書を  
埋めることを目的  
にしてはいけない**

# どうすれば良いのでしょうか？

- **何度も語り合う**

人の気持は変わる。

病気になって初めて気がつくことも。

- **あらゆることに備えておくことは不可能！**

語り合っているうちに**価値観**を共有

想定していない場面でも想像できるかも

- **信頼する医療介護の専門家と一緒に**が望ましい

- **出来れば書き残しておく**

川口篤也. 「人生覚書～話し合っで決める人生の最終段階～」講演資料. 函館ジェネラリストカレッジ. 2015年12月16日.





# 「私の人生ノート」 活用の勧め例

# ノート記入の勧め方

- もしものときや、いよいよのときに受けたい医療・介護の内容は人それぞれ
- あなたの、ひととなりがわかるように、今まで大切にしてきたことや、医療・介護に期待することを、記入してみませんか？
- よろしければ、私がお話しをうかがって、記入のお手伝いをさせていただきます。

## ノート記入の勧め方

- ひとりで記入するだけでなく、ご家族やご友人との「対話」や、主治医など専門家との「相談」に利用しましょう。
- 筆筒の奥にしまいこまずに、節目、節目で見直し、書き足しましょう
- 医療・介護に関する希望を書く項目では、なぜそのように希望したのか「理由」も書き添えましょう。

## がんサロンで紹介

- がんになった時に本屋で厚い本をかったが、それきり。この位の量が丁度いい。
- 父ががんになり、既に身の回りを片付けている。しかし何を望んでいるかわからない。これをきっかけにいろいろ話し合ってみようと思う。
- がんになってから子どもたちに向けていろいろ書いている。自分の意思を伝えることが大切。

書き込むことが目的ではない

人生の最終段階における医療・ケアに関して

**話し合う**

**きっかけ・ツール**になりたい

話し合うことがタブーではなく普通のこと

⇒**文化**に

ご清聴ありがとうございました。

前橋市医師会下田先生、前橋協立診療所高柳先生のスライドを許可を得て一部使用しています。