

上越地域人生の最終段階における 医療・ケア協議会の取り組み (平成30年度～令和3年度)

～それぞれの願いに寄り添い、
最期まで人生を支える医療・ケアを実現するために～



上越地域人生会議協議会

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会
【上越地域人生会議協議会】
(令和5年1月発行)

上越地域人生の最終段階における 医療・ケア協議会の取り組み (平成30年度～令和3年度)

～目次～

1. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の設置・・・・・・・・・・	1
背景	
国の動き	
2. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の取り組み・・・・・・・・	3
平成30年度の取り組み	
令和元年度（平成31年度）の取り組み	
令和2年度の取り組み	
令和3年度の取り組み	
3. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会今後の展望・・・・・・・・	17
目指すところ	
事業展開の柱	
人生の最後について話し合う文化の醸成	
4. おわりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	20
むすび-ACPに想うこと	
これまでの上越地域における人生会議への取り組みの経過、今後の展望など	
資料編	
資料1 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会委員・実行委員名簿・	22
資料2 人生の最終段階における医療・ケア従事者研修会 実施概要・・・・・・・・	30
資料3 市民向け人生会議講演会 実施概要・・・・・・・・・・・・・・・・	32
資料4 令和2年度 上越地域人生会議サポーター研修 実施概要・・・・・・・・	34
資料5 令和3年度 上越地域人生会議サポーター研修 実施概要・・・・・・・・	36
資料6 上越地域人生会議啓発チラシ・・・・・・・・・・・・・・・・	38
資料7 上越地域人生会議ノート・・・・・・・・・・・・・・・・	40

1. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の設置

背景

上越地域の状況

【実態】

- 上越地域は高齢化率が3割を超える超高齢化社会
- 上越地域で病気や怪我で救急搬送された人の数は年間1,000人弱
そのうち、15%程度は症状が重く会話が難しい
- 命の危険が迫った時に7割の人が自分の望みを伝えることができない

【課題】

- ①本人が希望している医療を提供できているか疑問
- ②延命治療を望んでいない人の意思の尊重も必要

課題解決に向けて



医療・ケア関係者と行政が一体となり、本人の意思に沿った医療・ケアが提供できる地域づくりを展開していくことを目的に上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会が発足。

設置年月 : 平成30年7月

組織 : 医師会・歯科医師会・薬剤師会・病院・医療介護の関係機関
弁護士会・看護大学・消防事務組合・行政

急性期、慢性期の
各病院に御参加
いただきました。

医療を差し控えるという危険性を配慮し弁護士会からも御参加いただきました。

◆同時に、協議会で決定した内容について具体的に検討・取り組む機関として実行委員会を設置

協議会の目指すところ

- 医療・ケア関係者と行政が一体となり、人生の最終段階に向けて、本人の意思に添った医療・ケアが提供できる地域づくり
- もしもの時に医療・ケア関係者に自分の意思を伝える文化の醸成

国の動き

人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドラインの改訂
(平成 30 年 3 月)

人生の最終段階を迎えた本人や家族や大切な人と医療・ケアチームが、最善の医療・ケアを上げるための合意形成のプロセスを示したもの。
その中で ACP（人生会議）を推奨

<改定前>

延命措置（人工呼吸器や心臓マッサージ等）の開始や中止に関するルールを定めたもの。

3つの柱

- 1 本人の意思決定を基本とすること
- 2 医師単独ではなく看護師や介護従事者なども入った医療・ケアチームで判断すること
- 3 痛みや不快な症状を緩和するケアを充実させること

<改訂後>

- 3つの柱はそのままに、延命措置だけでなく、生活を支えるケアも重視して、在宅や介護の現場でも活用することを明記。
- 最大の特徴は、本人が意思を決めるまでのプロセスを重視した、「アドバンス・ケア・プランニング」という手法を新たに取り入れることを明記。

ACP(アドバンスケアプランニング)とは

将来の意思決定能力の低下に備えて自分が望む医療・ケアについて、本人が家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み

<厚生労働省は普及を目指して人生会議のロゴマークを作成>



厚生労働省は「いい看取り・看取られ」の語呂に合わせ、11月30日を「人生会議の日」と決めました。

2. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の取り組み

平成 30 年度の取り組み

- ① 平成 30 年 7 月 24 日
第 1 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会

【議事】

- (1) 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会開催要領案について
- (2) 座長選出
- (3) 上越地域の在宅療養支援等の現状について
- (4) 平成 29 年度みんなで支える地域医療推進事業報告
- (5) 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の今後の進め方について

〔話し合われた主な内容〕

《大切にすること》

- ・患者の自己決定権の尊重とその共有
- ・事前に話し合うことの大切さ
- ・多様な死に方と看取り方
- ・住民への啓蒙、情報発信
- ・話し合える環境づくり
- ・幸せに生きるための ACP
- ・最後まで患者に敬意を払う

そのため

課題を整理し、大きな方向性
で柱を立て、患者さんに寄り
添った支援が必要

- ② 平成 30 年 10 月 2 日
第 1 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 平成 30 年度上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の報告
- (2) 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会の開催について
- (3) 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会関連のスケジュールについて
- (4) 医療・介護従事者を対象とした研修会の企画

【研修会の内容】

- ・先進地から講師を招いての講演で ACP の理解を深める。
- ・従事者間で自身の考えを話し、実践につなげる課題を整理する。

- ③ 平成 30 年 11 月 16 日
第 2 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 医療・介護従事者研修会について
(2) 市民向け啓発の内容について

《市民向け啓発の内容で盛り込みたいこと》

- ①なぜ、ACP が必要か住民に理解してもらう
- ②話し合うことが大切であり、その機会を持てるようにする。話した内容を書き残し、大切な人に伝えるようにする。
- ③人はどのように死を迎えるか住民がイメージできるようにする。最終段階で医療従事者と何を話し決定していくか住民に情報提供する。
- ④患者の思いを聞きたいという医療従事者側のメッセージを住民に伝える。
- ⑤高齢者だけでなく、高齢者を支える若い世代も対象とする。

- ④ 平成 31 年 3 月 10 日
人生の最終段階における医療・ケア研修会「ACP を学ぼう」

【内容】

- (1) 情報提供
厚生労働省作成「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」
- (2) 講演
座長 上越総合病院長 箆島 充 氏
テーマ 人生会議しよう“最後まで自分らしく生きる”を支えるために
講師 オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏
- (3) 意見交換



参加者 74 人
○終了後、人生会議を実践できると回答した人は約 7 割でした。
○その反面、自分の意思を伝えても良いという風土を作っていくことが前提、土壌が整っていないという意見もありました。

- ⑤ 平成 31 年 3 月 18 日
第 3 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 平成 30 年度の取り組みの振り返り
- (2) 平成 31 年度の取り組みについて

《今後の方向性の確認》

- ★ ACP の取り組みについて継続的に話し合いができる仕組みづくりが必要
- ★ 医療・ケア従事者を対象に、現在やっていることと ACP がつながることを認識してもらい、医師を含めた多職種間での連携の促進が必要。

令和元年度（平成 31 年度）の取り組み

- ① 令和元年 5 月 23 日
第 4 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

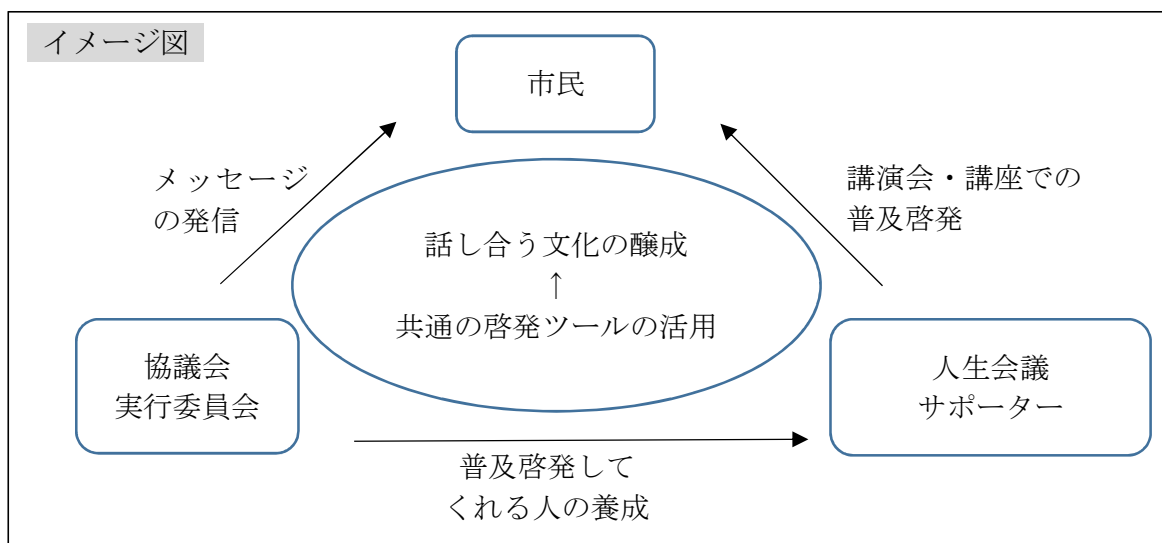
【議事】

- (1) 平成 30 年度の振り返りについて
- (2) 令和元年度のスケジュールについて
- (3) 市民啓発サポーター養成研修会改正計画について
- (4) 上越地域版啓発媒体について

《話し合われた主な内容》

☆ 目指すところ

元気なときから「もしもの時のことを繰り返し話し合う」地域づくり
→医療・ケア関係者に自分の大切にしたいことを伝える文化につながる



☆ 令和元年度の取り組み

啓発ツールの
作成

人生会議
サポーター
養成研修

市民向け講
演会・講座

各分野におけ
る情報発信

② 令和元年 7 月 9 日
第 2 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会

【議事】

- (1) 平成 30 年度の協議会・実行委員会の取り組みについて
- (2) 令和元年度の協議会・実行委員会の取り組みについて
- (3) 協議会の通称及びロゴマークについて
- (4) 上越地域版人生会議啓発媒体について
- (5) 上越地域人生会議サポーター及び今後の研修予定について
- (6) 市民向け人生会議講演会・講座開催計画について

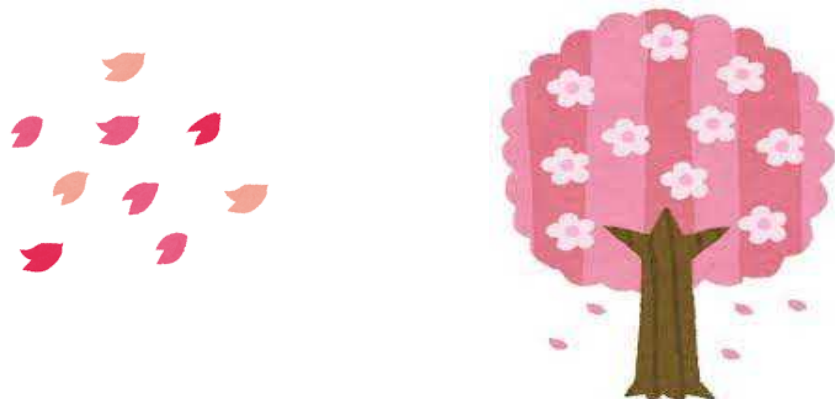
協議会を立ち上げてからの 1 年で「主役である患者本人を中心にどういったサポートができるか」「意思決定支援が大事」というおおよそのイメージが共有できました。

③ 令和元年 7 月 31 日
第 5 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 第 2 回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会の報告
- (2) 上越地域版人生会議啓発媒体について
- (3) 市民向け人生会議講座について
- (4) 市民向け人生会議講演会について
- (5) 上越地域人生会議サポーター及び今後の研修予定について
- (6) 協議会の通称及びロゴマークについて

《啓発媒体の効果的な配布方法や人生会議ノートの構成について検討》
普及啓発を促進するためにロゴマークをつくること。デザインは上越地域ならではの「高田の桜」と、桜の散る様子が人生の散り際を美しく連想させることから、「桜」を採用しました。



啓発媒体（チラシ）の作成・配布

< 表 >

～自分らしい生き方・逝き方のために～

人生会議しませんか

上越地域人生会議協議会

突然の病気や老いなどにより、本人の意思を確認できないまま、医療・ケアがなされる
ことが多い現状にあります。しかし、それが本人の考えと一致しているとは限りません。

「もしものこと」を考えたことはありますか。

- ・食べることができなくなったとき
- ・寝ができなくなったとき
- ・回復が難しい状態になり、治療の終わりが近づいたとき など

わたしたちには、人生の最期をどのように過ごしたいか話し合い伝えていく権利があります。

本人の希望する医療・ケアの姿や、人生の最期の過ごし方などを話し合うことができ、その思いが尊重される上越地域をめざして、「上越地域人生会議協議会」を設立しました。

病気のあるなしに関わらず、これからどう生きたいか、自分の気持ちを見つめて、その気持ちを家族や信頼できる人、医療・ケアチームと話し合ってください。

このような取組は、一人ひとりの考えにしたがって行い、進めてゆくものです。
何回かなくない、考えたくないという思いも大切な考えとして尊重されます。

くわしくは、上越地域人生会議協議会事務局のホームページをご覧ください。
https://www.pref.utsunomiya.lg.jp/soc/jissaiho_senkou/kyo.html

発行：上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会
（通称：上越地域人生会議協議会）

< 裏 >

人生会議とは

もしものときのために、自分が望む生き方・逝き方や人生の最終段階の医療やケアについて前もって考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

人生会議（話し合い）の進め方（例）

ステップ1

大切にしたいことは何かを考えてみましょう

もし生きることができ、時間が限られているとしたら、あなたにとって大切にしたいことは何ですか。

ステップ2

信頼できる人は誰か考えてみましょう

あなたが信頼している、もしものときにあなたの代わりに治療やケアについて話し合ってもらいたい人は誰ですか。

ステップ3

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合みましょう

回復が難しい状態になった場合、どのような治療やケアを受けたいですか。

ステップ4

あなたの思いを伝えましょう

家族や友人、そして医療・ケアチームにあなたの希望や考えを伝えていきます。

心身の状態に応じて意思は変化するものです。
何度でも繰り返し考え、話し合みましょう。

★人生の最期の時間をどのように過ごし、どんな医療・ケアを受けたいかを意識し、話し合うことの大切さについて啓発することを目的に作成しました。

★医療・社会福祉施設・市役所等の窓口を設置しました。

★講演会・研修会などで2,000枚配布しました。

名称・ロゴマークの決定

< 通称 >

上越地域人生会議協議会

< ロゴマーク >



国の動きを先取りし、
「意思は変化するもの」
「本人・大切な人・関係者
と何度でも話合おう」と
いう思いをこめました。
このマークを見かけたら
人生会議を思い出してく
ださい。

④ 令和元年 10 月 19 日 市民向け人生会議講演会

講演：自分らしい生き方逝き方～自分の望む医療・ケアをうけるために～

講師：オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏

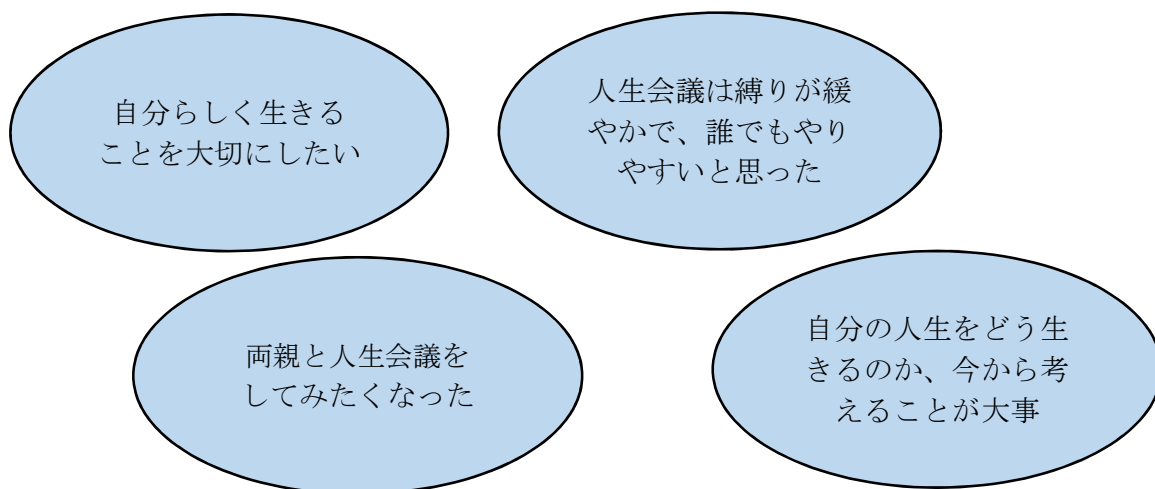
対談

- ・上越地域人生会議協議会 座長 籠島 充 氏
- ・オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏
- ・一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター
センター長 揚石 義夫 氏



- ★ 参加者 202 名
- ★ 地元、顔なじみの
医師との対談で身近な
ことに感じられました。

○参加者の声



⑤ 令和元年9月～11月に4地区で1回ずつ実施

すこやかに老いるための市民講座（上越市）、人生会議講座（妙高市）

テーマ：「最後まで自分らしく生きるために医療・ケアの希望について考えよう」

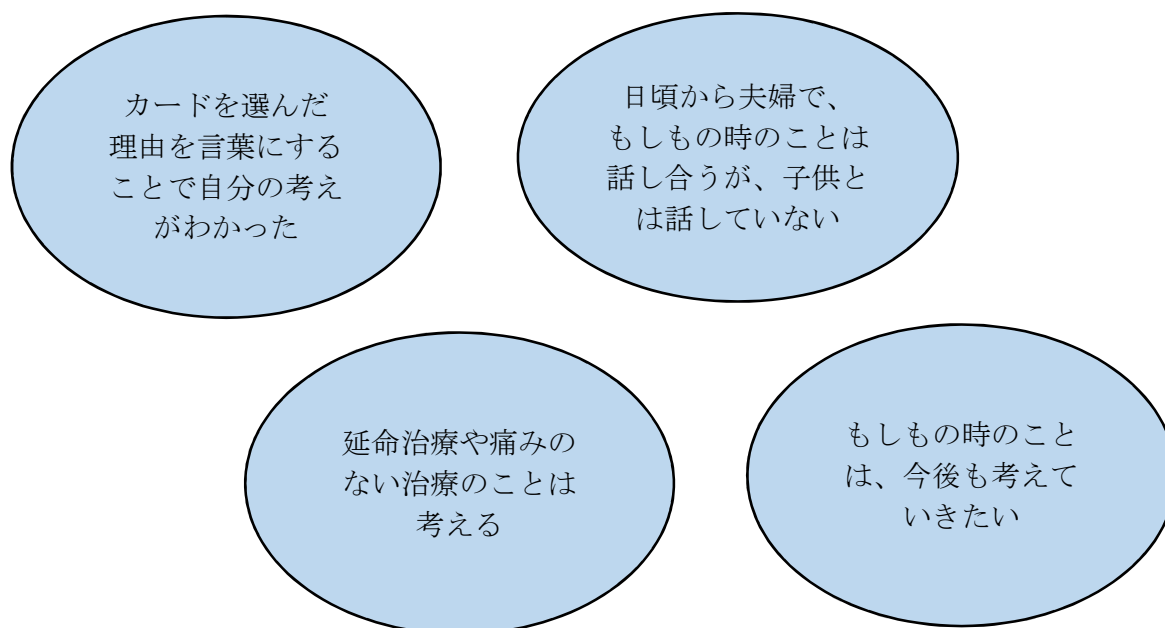
【プログラム】

- (1) 講座の趣旨説明
- (2) もしバナゲーム
- (3) 上越地域人生会議ノートの記入
- (4) 講座の感想についてグループで話し合い



トランプ大のカードを
選んでもしもの時「ど
んなケアをしてほしい
か」「誰にそばに居てほ
しいか」「大切なものは
何か」を考えるゲーム
です。

○参加者の声



⑥ 外部研修受講

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会委員及び実行委員等が、上越地域人生会議サポーター研修の企画に必要な能力を身に付けるため外部の機関が主催する研修等を受講。

(1) 本人の意向を尊重した意思決定のための相談員研修会 (E-FIELD)

主催：神戸大学（厚生労働省の委託事業）

(2) 院内・地域で ACP を進める準備・実施・評価

主催：日総研

(3) もしバナ・マイスタープログラム

主催：一般社団法人 iACP

⑦ 令和2年1月29日

第6回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 平成30年度・令和元年度の協議会・実行委員会の取り組みについて
- (2) 令和2年度の協議会・実行委員会の取り組みについて
- (3) 上越地域人生会議ノートの施行及び作成について
- (4) 上越地域人生会議サポーター研修について
- (5) 市民向け人生会議講座について
- (6) 事業の評価方法について

もしものの時のことを語り合う文化を地域に醸成させていくことが目指すゴール。そのために市民に寄り添う「人生会議サポーター」を研修していくことについて認識を共有しました。

⑧ 令和2年3月18日

第3回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会（書面協議）

1 報告事項

平成30年度・令和元年度の協議会・実行委員会の取り組みについて

2 協議事項

- (1) 令和2年度の協議会・実行委員会の取り組みについて
- (2) 上越地域人生会議ノート案のアンケート結果及び修正について
- (3) 上越地域人生会議サポーター研修について
- (4) 市民向け人生会議講座について

【令和2年度の方向性】

- ★ 人生会議について、市民向けの啓発を引き続き実施する
- ★ 上越地域人生会議サポーターの育成を新たに実施する

令和2年度の取り組み

① 令和2年11月11日

第7回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議事】

- (1) 上越地域人生会議サポーター研修について
- (2) 上越地域人生会議ノートの完成及び活用について
- (3) 取組状況把握のためのアンケート調査について
- (4) 令和3年度以降の事業の方向性について

地域で人生会議を進めていくには、行政機関のバックアップが必要。県から市へ取り組みの一部を引き継ぎつつ、人生会議の推進体制は維持する必要がある。

< 2 ページ目 >

ステップ1

●もしものとき、わたしが大事にしたいこと・生きていく上で欠かせないこと（いくつでも選んでください）

- ☐ 家族や友人のそばにいること
- ☐ 家庭や仕事、地域での役割を続けられること
- ☐ 大切な人に伝えたいことを伝えること
- ☐ 身の回りのことが自分でできること
- ☐ 食べたり飲んだりできること
- ☐ 自分で排泄することができること
- ☐ 痛みや苦しみが少なく過ごせること
- ☐ できる限りの治療を受けられること
- ☐ 今は考えたくない・考えられない
- ☐ わからない
- ☐ その他

ステップ2

●自分の意思を伝えられなくなったとき、医師や看護師などの医療スタッフや介護スタッフなどと、わたしの代わりに話し合って欲しい人を考えている。

☐ 考えている ☐ 考えていない

●上記の項目で考えている人に、わたしの代わりに話し合って欲しい人を伝えてい

☐ 伝えている ☐ 伝えていない

★病気の有無に関わらず、話し合いのきっかけづくりとして作成しました。

★病気・ケアの移行とともに医療機関や施設にリレーされるという考え方から医療的処置の有無については盛り込んでありません。

★人生会議の理解のため、市民の皆様と活用するものであり、法的根拠を持つものではありません。

★保健所のホームページからダウンロードできます。

< 3 ページ目 >

ステップ3・4

●わたしの希望する人生の最期の迎え方

どこで： ☐ 自宅 ☐ 施設 ☐ 病院 ☐ その他（ ）

どのように：

●わたしが大事にしたいことについての家族や大切な人と話し合い

☐ 話し合った ☐ 話し合っていない

●わたしが大事にしたいことについての医師・看護師などの医療スタッフや介護スタッフなどと話し合い

☐ 話し合った ☐ 話し合っていない

人生会議ノート記入日： 年 月 日

氏名： _____

※これは、この人生会議ノート記入時点でのあなたの気持ちです。
心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。

② 令和3年2月2日

上越地域人生会議サポーター研修（オンライン研修）

【目的】

日頃の業務の中で、人生会議を実践するとともに上越地域に普及・啓発を図る人を養成する。

【プログラム】

- 1 なぜ、いま、人生会議なのか
- 2 ACP「アドバンスケアプランニング」の理解
- 3 もしバナゲーム
- 4 上越地域の人生会議啓発媒体
- 5 ロールプレイ
- 6 グループワーク

病院・施設等から
参加者 20名



新型コロナウイルス感染症の
流行のため zoom で実施。
もしバナゲームの体験では涙
あり、笑いありの意義深い時
間を過ごしました。

〔受講証の発行〕

	受講証	
	氏名	山田 太郎
	あなたは、上越地域人生会議サポーター 研修を受講されたことを証します。	
	令和〇年〇月〇日 上越地域人生会議協議会	

修了者には受講証が
発行されました。

○参加者の声

人生会議を初めて知り、自施設の役割を考える機会となった

タブーに思っている人も多いので理解してもらえるように進めるのが難しい

まずはサポーターとして意識することから始めたい

人生最後の時間を自分らしく生きていける環境を考えていきたい

地域に広がればいい、それに協力していきたい

医療者としての考えを優先しがちなことに気づいた



③ 市民講座

新型コロナウイルス感染症の流行のため中止

④ 令和3年3月9日

第4回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会（書面協議）

- 1 報告事項
令和2年度の事業実績について
- 2 協議事項
令和3年度の事業計画（案）について

【令和3年度の方向性】

新型コロナウイルスの感染予防対策のため対面での普及啓発が進まず、認知度が上がっていない



- ★ 市民及び医療ケアスタッフに対して人生会議について普及啓発を継続する必要がある

令和3年度の取り組み

- ① 令和3年7月16日
第8回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議題】

- (1) 第4回上越地域人生会議協議会の書面協議結果について
- (2) 令和3年度の事業計画について
- (3) 上越地域人生会議サポーター研修について
- (4) フォローアップ研修について

フォローアップ研修を受けたサポーターが、サポーター研修のファシリテーターになっていくような循環を目指す。

- ② 令和3年11月5日
上越地域人生会議サポーター研修

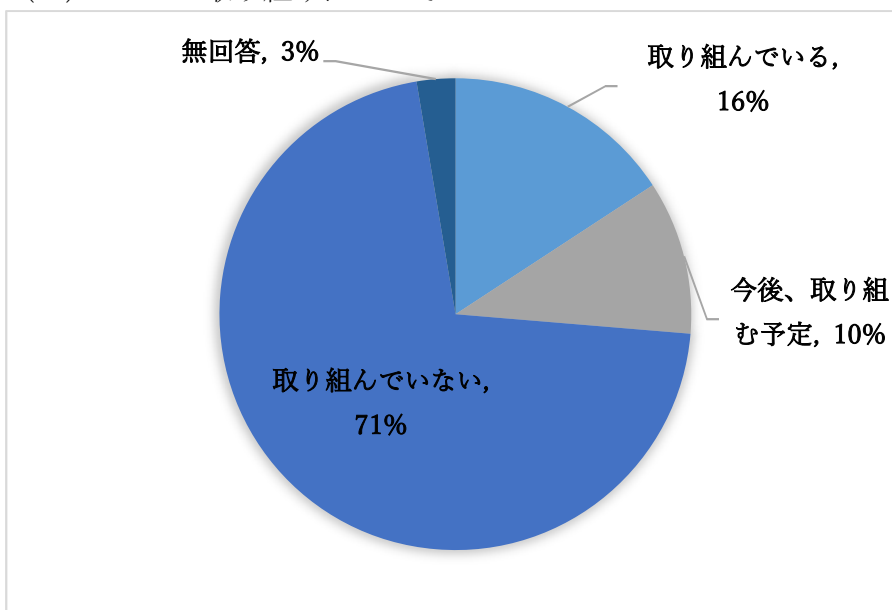
【プログラム】

- 1 事業概要・目的について
- 2 ACP「アドバンスケアプランニング」の理解
- 3 もしバナゲーム
- 4 上越地域の人生会議啓発媒体
- 5 ロールプレイ
- 6 グループワーク

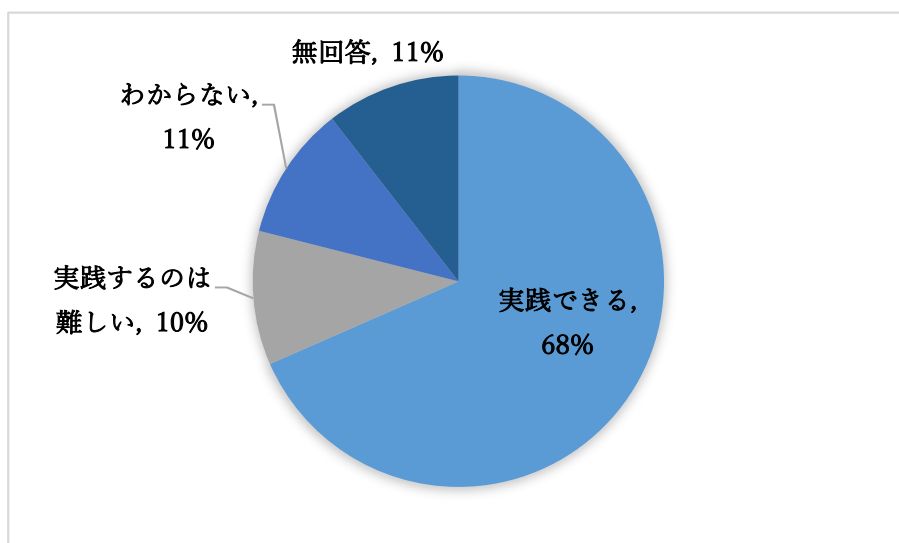
病院・施設等から
参加者 38名

【アンケート結果】

- (1) ACPの取り組みについて



(2) 人生会議サポーターとしての実践について



○ACPに「取り組んでいる」所属は16%でしたが、「今後実践できる」と回答した人は68%と高い結果でした。

○課題としては「始めるきっかけ、タイミングがわからない」「言葉がけ手法」「地域で話し合える環境づくり」「医師、関係職種への啓発」等です。

○皆様の協力をいただきながら研修会や環境づくりを継続していきたいと思います。

- ③ 令和3年12月17日
第9回上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会

【議題】

- (1) 人生会議サポーター研修の振り返り
- (2) フォローアップ研修について
- (3) 事業報告書案について

- ④ 市民講座
令和4年3月に計画も、新型コロナウイルス感染症の流行のため中止。



感染症が落ち着いた時には、
地区単位で継続的に開催します。

3. 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 今 後 の 展 望

- ◎ 人生会議の認知度を向上させ、地域住民の自分らしい生き方・逝き方を支援できる地域づくりに向けて、関係機関と協力しながら事業を継続していきます。

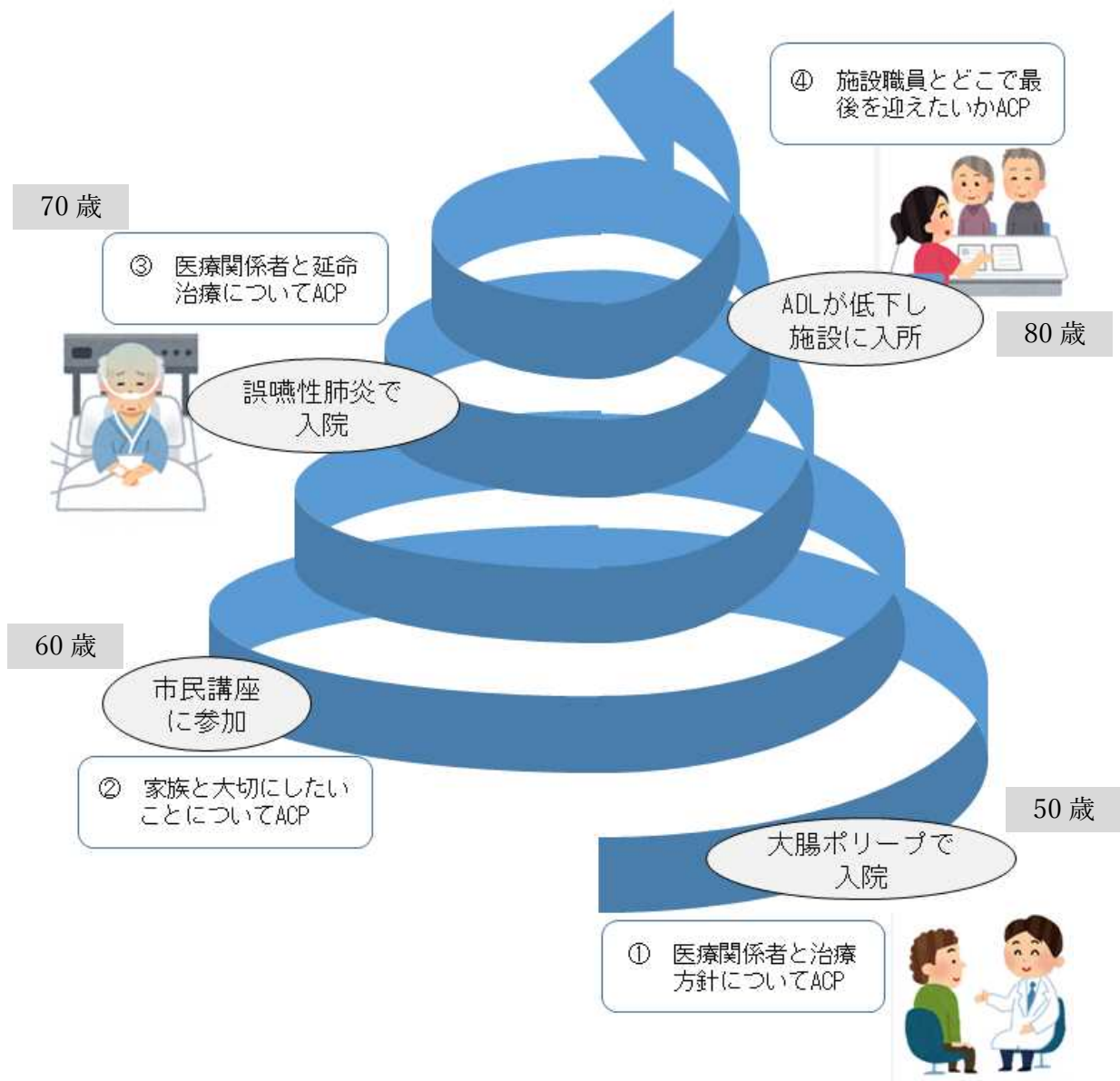
目指すところ

- 医療・ケア関係者と行政が一体となり、人生の最終段階に向けて、本人の意思に添った医療・ケアが提供できる地域づくり
- もしもの時に医療・ケア関係者に自分の意思を伝える文化の醸成（地域における市民啓発）

事業展開の柱

- 医療・ケアを提供する機関、施設の体制整備
- 市民へ情報発信と人生会議の実践
- 普及啓発を図る人材の育成

ある人が人生で出会う ACP の場面



人生会議は「地域」から「施設」や「医療機関」に、想いがリレーされます。
また、その時々で変化するものであり、繰り返し話し合うことが大切になります。

- ① ある日、大腸ポリープで入院、手術を前に初めてもしものことを考えました。
でも自分の意思を周りにも医療チームにも語ることなく、「お任せします」という心境で向かえた手術は幸い無事に終了し、退院しました。
- ② そんなある日、市民講座に参加、「どんな医療を受けたいのか自分の意思を語ってもいい」ということ「そして今の医療はそれを受け入れてくれる」ということを知りました。
それからは時折、お茶のみで、もしもの時のことについて話題にするようになりました。病気になるったり、思うように動けなくなっても「友人と集まってのおしゃべり会は続けたいね」とか「趣味のドライブに時々行くのは諦めたくないよね。」と話しています。でもその時になったら自分がどう思うかわかりません。
- ③ 年を重ね、いろんな病気で体力が低下しました。そんな中で高熱が出て食事が摂れなくなりました。診断は誤嚥性肺炎、医師からは、飲み込む力が落ちてきているので、体力を維持するためには経管栄養か胃ろうを造ってはどうかと話がありました。「もう好きなことは何もできない」と落ち込んだり、迷ったりする自分に医療スタッフは、治療のメリットやデメリットを教えてくれ、自分が今後の人生をどう生きたいか、寄り添って話を聞いてくれました。話しているうちに段々自分がどうしたいか漠然と見えてきて、少し前向きになりました。
- ④ 胃ろうを着けながらもドライブや友人とのおしゃべりは続け、それなりの楽しい日々を送りました。そして自分もうすぐ 100 歳、身の回りのことに手助けが必要になってきました。親族とも相談し施設での生活を選択、施設の中でも「お任せします」だけではなく、「自分らしく、納得のいく人生を送る」を叶えるため、スタッフさんや親族にも応援してもらっています。この先も色々な延命治療にも遭遇し、その時に自分がどう思うか、気持ちは揺れ動くと思いますが、納得のいく逝き方ができるように話し合いを重ねていきます。
- ★ 経験や話し合いを重ねる度に、ゴールに向かう人生は暗いものではないと確信するようになってきています。まだまだ、気持ちは揺れ動きますが、最近、最後の時に流してもらったエンディングソングをどれにしようか話し合っています。

4. おわりに

むすび-ACPに想うこと

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 座長 籠島充

コロナのパンデミックは、わたしたちに思い出させてくれました。誰にも人生の終わりがあること。ときにそれは、何の準備もないところに不意にやってくる。また、わたしたちは知っています。病気や加齢で予期できた最期であっても、自分が望む終わり方ができない人がほとんどであることを。

科学の時代となり、私たちはこれまで信じて来た物語—阿弥陀如来の救済とか、神の奇跡とか—を忘れてしまいました。医療の進歩は寿命を物理的には延ばしたけれど、健康寿命はさほど変わらず、長生きが辛いものになりました。病院や施設で亡くなる人が増え、死が生活から切り離されて、人の死にざまを見たり考えたりする機会も少なくなりました。

一方で、現代は人権の時代でもあります。誰にも生まれてきた意味があり、それぞれの人生にかけがえのない価値がある。それは尊重されなければならない。そう教えます。

ACPは科学万能の反省に立ち、人権の時代の必然として生まれてきた考え方かもしれません。すべての人が、それぞれの価値観に基づき、生涯をかけてその意味を生きることができ。そして、自分らしく、納得できる形で人生を終える権利がある。自分の願いを胸に秘めて、じっと耐える終わりではなく、自分の望みを語り、それが尊重されて、人生の栄光のゴールを迎えることができる。それをかなえる道筋こそが、ACPです。

国の「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」が改訂されたのを契機に、上越保健所からの呼びかけで、この協議会がスタートしました。目指すところは、医療・ケアの関係者や行政が一体となり、上越というこの地域を、人生の最終段階に向けて、本人の意思に沿った医療・ケアが提供できるところにすること、そして、もしものときに備えて、医療・ケアの関係者に、誰もが自分の意思を伝えることができる文化を育むことです。桜を模した美しいロゴマークには、このようなころざしが込められているのです。

発足以来、啓発チラシや人生会議ノートの配布、市民向けや、医療・ケア提供者向けの講演会、ACPの担い手養成のサポーター研修会などの活動をしてきました。そのたびに、協議会のコアメンバーである実行委員会のみなさまをはじめ、関係各位の格別なお力添えをいただきました。この場を借りて、御礼を申し上げます。講演会や研修会の参加者からは、心温まる共感や励ましの声をたくさんいただきました。小さくても、たしかに一步を踏み出せたと言えるかもしれません。

とはいえ、まだ始まったばかりです。上越にACPが根付くためには、もっともっと、その輪を広げてゆかなければなりません。

この協議会のゆるやかなコンセプトの上に、医療やケアの様々な場面で、ライフステージに応じた、それぞれのACPがあるはず。大手術の前ならば、万に備えた話し合いをするでしょう。不治の病に冒されたなら、命について語るでしょう。最期を悟ったそのときには、どんなふうに人生の幕を閉じるのか、願いがこぼれるでしょう。医療やケアに携わるわたしたちは、このような場面に立ち会い、その人のACPの担い手になるのです。それは相手の言葉から、自分が生きている意味を見つめ直すことでもあります。だからこそ、一人でも多くの方にACPに関心を持っていただきたいのです。

ACPが地域に定着することは、互いの考えを尊重し、それぞれの人生を大切に、穏やかに支え合う、コミュニティの絆を取り戻すことでもあります。今後も一所懸命取り組んでまいりますので、引き続きお力添えのほど、何卒よろしくお願い申し上げます。

これまでの上越地域における人生会議への取り組みの経過、今後の展望など

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員 委員長 酒井禎子

平成 30 年 7 月 24 日に「上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会」が発足され、その後年に 1～2 回の集合あるいは書面による協議会によって事業が検討されるとともに、実行委員会が中心となり、さまざまな取り組みを行ってきました。

私たちの活動は、もしものときのために、人生の最終段階の医療やケアについて前もって考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合うプロセスである“アドバンス・ケア・プランニング（以下、ACP）”（愛称：人生会議）の考え方を地域の皆様に広く知っていただくこと、そして、その人生会議の重要性を理解し支援する医療・ケア提供体制を広げていくことを通して、上越地域において地域住民・家族と医療・ケア関係者が人生の最終段階に向けて自分らしい生き方・逝き方を継続的に語れる風土の醸成を目指して進めてきました。主な活動としては、市民の皆様に、人生会議を知っていただくための啓発チラシや、人生会議を行うきっかけとしてご使用いただくための「人生会議ノート」を作成・配布するとともに、オレンジホームケアクリニック理事長紅谷浩之先生を講師に迎え、平成 30 年度には医療・ケア従事者を対象とした研修会を、令和元年度には市民向け人生会議講演会を開催しました。また、令和元年度には、上越市や妙高市の事業を利用した市民向け講座も実施しました。令和 2 年度からは医療・ケア関係者を対象とし、講義やワークを通して ACP の基本的な知識を学び、具体的な支援を考える「人生会議サポーター研修」を開始しました。COVID-19 感染拡大に伴い、第 1 回サポーター研修はオンラインで行いましたが、第 2 回は対面研修で行い、現在 58 名の人生会議サポーターが誕生しています。これらのサポーターの実践を支えていくために、実行委員会では「人生会議サポーター フォローアップ研修」の企画も進めています。

これまでの活動は、「地域住民全体」に向けた ACP の啓発活動を主として行ってきましたが、今後は「人生の最終段階を自分のこととして考える時期にある」人々を対象とした医療・ケアの場での ACP の充実も重要な課題であると考えます。日頃の本協議会の活動に対する皆様のご支援に感謝申し上げますとともに、本協議会の「自分らしい 生き方 逝き方を 何度でも 話そう」という桜を模したロゴマークにもありますように、その人らしい人生を最期まで送ることができるよう、人々が「もしものとき」に大切なことを家族等や医療・ケアチームと自然に繰り返し語り合える文化が上越地域に広がることをめざして、私たちは活動を続けてまいりたいと思います。



平成30年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 委員名簿

所属名	役職	氏 名
一般社団法人上越医師会	会長	早津 正文
一般社団法人上越医師会	理事	揚石 義夫
一般社団法人上越歯科医師会	会長	原 省司
一般社団法人上越薬剤師会	会長	吉澤 光弘
独立行政法人労働者健康安全機構 新潟労災病院	院長	入江 誠治
新潟県立中央病院	診療部長	須田 昌司
新潟県立柿崎病院	院長	太田 求磨
上越地域医療センター病院	院長	古賀 昭夫
新潟県厚生農業協同組合連合会 上越総合病院	院長	竈島 充
新潟県厚生農業協同組合連合会 上越総合病院	救急科部長	丸山 正則
医療法人知命堂病院	院長	森川 政嗣
新潟県弁護士会	弁護士	見竹 泰人
新潟県立看護大学	准教授	酒井 禎子
新潟県看護協会上越地区支部	支部長	浅野 広美
新潟県老人福祉施設協議会	理事	石田 浩二
上越地区訪問看護ステーション連絡会	代表	新井 綾子
上越地区居宅介護支援事業推進協議会	会長	横田 麻理子
上越市老人クラブ連合会	副会長	木澤 茂
妙高市民生委員児童委員協議会	副会長	白石 清子
上越地域消防事務組合消防本部 消防防災課救急室	室長	金井 雅彦
上越市健康づくり推進課地域医療推進室	室長	小林 元
妙高市福祉介護課	課長	葭原 利昌
上越地域振興局健康福祉環境部	部長	森橋 真一
上越地域振興局健康福祉環境部	医監	山崎 理

(敬称略・順不同)

平成30年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会 委員名簿

委員

所属名	役職	氏名	備考
新潟県厚生農業協同組合連合会 上越総合病院	院長	竈島 充	
新潟県立看護大学（委員長）	准教授	酒井 禎子	
一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター	コーディネーター	相澤 由美子	
県立中央病院看護部	主任看護師	西山 美幸	
上越総合病院地域連携センター	主任ソーシャルワーカー	吉崎 幸子	
上越地域医療センター病院	看護部長	古澤 弘美	
上越地区訪問看護ステーション連絡会	代表	新井 綾子	
上越市健康福祉部高齢者支援課	副課長	細谷 早苗	
妙高市福祉介護課	課長補佐	田中 かおる	

（敬称略・順不同）

事務局

上越地域振興局健康福祉環境部 医薬予防課	課長	浅井 正子
	保健予防係長	関矢 和美
	主任	今井 美紗子

令和元年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 委員名簿

所属名	役職	氏 名
一般社団法人上越医師会	会長	早津 正文
一般社団法人上越医師会	理事	揚石 義夫
一般社団法人上越歯科医師会	会長	原 省司
一般社団法人上越薬剤師会	会長	吉澤 光弘
独立行政法人労働者健康安全機構 新潟労災病院	院長	入江 誠治
新潟県立中央病院	小児科診療部長	須田 昌司
新潟県立柿崎病院	院長	太田 求磨
上越地域医療センター病院	院長	古賀 昭夫
上越総合病院	院長	竈島 充
上越総合病院	救急科部長	丸山 正則
医療法人知命堂病院	院長	森川 政嗣
新潟県弁護士会	弁護士	見竹 泰人
新潟県立看護大学	准教授	酒井 禎子
新潟県看護協会上越地区支部	支部長	佐藤 美喜子
新潟県老人福祉施設協議会	理事	石田 浩二
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	代表	新井 綾子
上越地区居宅介護支援事業推進協議会	会長	石田 さとみ
上越市老人クラブ連合会	副会長	木澤 茂
妙高市民生委員児童委員協議会	副会長	片所 昭夫
上越地域消防事務組合消防本部 消防防災課	副課長	高橋 幸次
上越市健康福祉部健康づくり推進課 地域医療推進室	室長	小林 元
妙高市福祉介護課	課長	岡田 雅美
上越地域振興局健康福祉環境部	部長	森橋 真一
上越地域振興局健康福祉環境部	医監	山崎 理

(敬称略・順不同)

令和元年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会 委員名簿

委員

所属名	役職	氏名
新潟県厚生農業協同組合連合会 上越総合病院	院長	籠島 充
新潟県立看護大学（委員長）	准教授	酒井 禎子
一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター	コーディネーター	相澤 由美子
県立中央病院看護部	主任看護師	西山 美幸
上越総合病院地域連携センター	主任ソーシャルワーカー	吉崎 幸子
上越地域医療センター病院	看護部長	藤本 智恵
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	代表	新井 綾子
上越市すこやかなくらし包括支援センター	副所長	柳澤 明美
妙高市福祉介護課	課長補佐	松原 久子

（敬称略・順不同）

事務局

上越地域振興局健康福祉環境部 医薬予防課	課長	浅井 正子
	保健予防係長	関矢 和美
	主任	今井 美紗子

令和２年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 委員名簿

所属名	役職	氏 名
一般社団法人上越医師会	会長	高橋 慶一
一般社団法人上越医師会	理事	金澤 責
一般社団法人上越歯科医師会	会長	原 省司
一般社団法人上越薬剤師会	会長	吉澤 光弘
独立行政法人労働者健康安全機構 新潟労災病院	院長	入江 誠治
新潟県立中央病院	診療部長	須田 昌司
新潟県立柿崎病院	院長	太田 求磨
上越地域医療センター病院	院長	古賀 昭夫
上越総合病院	院長	竈島 充
上越総合病院	救急科部長	丸山 正則
医療法人知命堂病院	院長	森川 政嗣
新潟県弁護士会	弁護士	見竹 泰人
新潟県立看護大学	准教授	酒井 禎子
新潟県看護協会上越地区支部	支部長	佐藤 美喜子
新潟県老人福祉施設協議会	理事	石田 浩二
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	支部長	新井 綾子
上越地域居宅介護支援事業推進協議会	会長	石田 さとみ
上越市老人クラブ連合会	副会長	木澤 茂
妙高市民生委員児童委員協議会	副会長	片所 昭夫
上越地域消防局消防防災課	課長	高橋 幸次
上越市福祉部地域医療推進室	室長	小林 元
妙高市福祉介護課	課長	岡田 雅美
上越地域振興局健康福祉環境部	部長	久我 誠
上越地域振興局健康福祉環境部	医監	山崎 理

(敬称略・順不同)

令和２年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会 委員名簿

委員

所属名	役職	氏名
上越総合病院	院長	籠島 充
新潟県立看護大学（委員長）	准教授	酒井 禎子
一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター	コーディネーター	相澤 由美子
新潟県立中央病院	主任看護師	西山 美幸
上越総合病院	主任ソーシャルワーカー	吉崎 幸子
上越地域医療センター病院	看護部長	藤本 智恵
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	支部長	新井 綾子
上越市すこやかなくらし包括支援センター	上席社会福祉士長	高宮 輝行
妙高市福祉介護課	課長補佐	西條 保

（敬称略・順不同）

事務局

上越地域振興局健康福祉環境部 医薬予防課	課長	渡辺 和仁
	保健予防係長	関矢 和美
	主査	西 友子
	主任	今井 美紗子

令和3年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会 委員名簿

所属名	役職	氏 名
一般社団法人上越医師会	会長	高橋 慶一
一般社団法人上越医師会	理事	金澤 責
一般社団法人上越歯科医師会	会長	渡辺 正
一般社団法人上越薬剤師会	会長	押山 貴光
独立行政法人労働者健康安全機構 新潟労災病院	院長	入江 誠治
新潟県立中央病院	診療部長	須田 昌司
新潟県立柿崎病院	院長	太田 求磨
上越地域医療センター病院	院長	古賀 昭夫
上越総合病院	院長	竈島 充
上越総合病院	救急科部長	丸山 正則
医療法人知命堂病院	院長	森川 政嗣
新潟県弁護士会	弁護士	見竹 泰人
新潟県立看護大学	准教授	酒井 禎子
新潟県看護協会上越地区支部	支部長	藤本 智恵
新潟県老人福祉施設協議会	理事	石田 浩二
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	支部長	丸山 許江
上越地域居宅介護支援事業推進協議会	会長	石田 さとみ
上越市老人クラブ連合会	副会長	木澤 茂
妙高市民生委員児童委員協議会	副会長	片所 昭夫
上越地域消防局消防防災課	課長	笹川 英治
上越市福祉部地域医療推進室	室長	青山 達哉
妙高市福祉介護課	課長	岡田 雅美
上越地域振興局健康福祉環境部	部長	久我 誠
上越地域振興局健康福祉環境部	医監	山崎 理

(敬称略・順不同)

令和3年度 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会実行委員会 委員名簿

委員

所属名	役職	氏名
上越総合病院	院長	籠島 充
新潟県立看護大学（委員長）	准教授	酒井 禎子
一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター	コーディネーター	相澤 由美子
新潟県立中央病院	副看護師長	西山 美幸
上越総合病院	マネージャー （ソーシャルワーク科主任）	吉崎 幸子
上越地域医療センター病院	看護部長	藤本 智恵
新潟県訪問看護ステーション協議会 上越支部	支部長	丸山 許江
上越市すこやかなくらし包括支援センター	上席社会福祉士長	高宮 輝行
妙高市福祉介護課	課長補佐	阿部 光洋

（敬称略・順不同）

事務局

上越地域振興局健康福祉環境部 医薬予防課	課長	渡辺 和仁
	保健予防係長	関矢 和美
	薬剤師	中島 彩

ACPを学ぼう

～それぞれの願いに寄り添い、最期まで人生を支える医療・ケアを実現するために

開催概要

開催日時：平成31年3月10日（日） 10時～12時

場所：新潟県立看護大学 ホール

主催：上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会

参加者数：74名

プログラム

1 開会あいさつ 上越総合病院 院長 籠島充 氏

情報提供 厚生労働省作成「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」

2 講演

座長 上越総合病院 院長 籠島充 氏

テーマ 人生会議をしよう“最期まで自分らしく生きる”を支えるために

講師 オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷浩之 氏

3 意見交換

参加者間で自施設でのACPの取り組みについて意見交換

4 閉会あいさつ 上越地域振興局健康福祉環境部 部長 森橋真一

開催内容

情報提供 上越総合病院 院長 籠島充 氏

「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン及び人生の最終段階における医療に関する意識調査」から

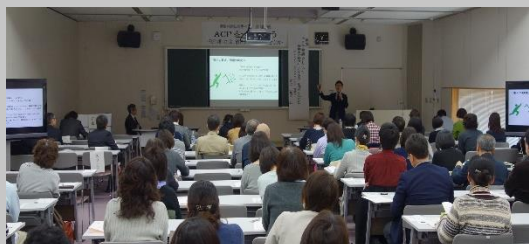
- ・ACPを進めることは賛成意見が過半数であるが、医療・介護の現場ではあまり行われていない。
- ・ガイドラインでは、人生の最終段階の医療・ケアは本人の意思決定を基本とし、本人の意思は変化するものであることから話し合いは繰り返し行われることが重要である。



講演 オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷浩之 氏

テーマ 人生会議をしよう“最期まで自分らしく生きる”を支えるために

- ・ACPとは、将来の意思決定能力の低下に備えて、患者の意向を叶えるために話し合うプロセス。たとえ決まらなくてもかまわない。話し合うことが大事。
- ・胃ろうや延命処置の選択などの具体的な処置を決める事前指示書の形ではなく、共有する時間や雰囲気を含め、話し合いを継続する過程全体のこと。



- ・一人でエンディングノート書かないで、話しの流れを共有することでどう考えているか深く理解でき、複雑な状況に対応可能になる。
- ・認知症や子どもなど自分で判断することが難しいと思われるがちな方のことも本人を囲んで話すと方向性がみえてくる。

意見交換

1 自施設において取り組めるとよいと思うことはありますか。
あるいは、実際に取り組んでいることはありますか。

- ・本人の意思は元気な時から確認したい。
- ・独居など、家族関係が従来と変わってきている。日ごろから関係が築けるとよい。
- ・患者を知るために生活者の視点で見ていく。
- ・退院、在宅支援において、カンファレンスの時に家族も交え、病院だけではわからない生活状況を共有していくことから取り組んでいきたい。



2 自施設においてACPを実践していく上で、難しい、あるいは課題と思うことはありますか。



- ・具合が悪くなってから最終段階の話題は出るが、本人で決定できる場合は少なく、家族の意見が優先されることがある。
- ・支援者側の意識改革が必要
- ・ACPについて、地域での認知度を上げる。
- ・家族間で話しあったが、迷いが残るので、人生会議とずっと続けていくことが大切。家族の心構えを共有、後押しする。

アンケート結果(主な意見)

問:あなたの勤務先でACPについて取り組んでいますか。

(回答結果は、右のグラフのとおり)

問:今日の研修会の内容を今後活用できると思いますか。

活用できると回答した理由

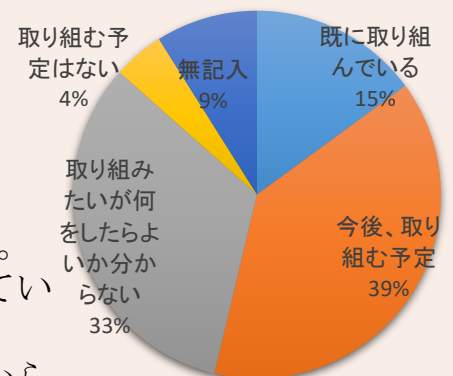
- ・地域での活動の中でACP、人生会議の情報発信ができる。
- ・主治医と家族の面談の際に、患者さんの希望を確認していくよう働きかけたい。
- ・病院で得られない情報を在宅に関わっているスタッフから提供してもらえようようにしたい。

活用するのは難しいと回答した理由

- ・ACPについて話し合う風土をつくっていくことが必要
- ・人生会議について大勢の人へのPRが必要

問:人生の最終段階における医療・ケアの推進について、今後、上越地域で必要だと思うものがありましたら記入してください。

- ・多職種と話し合う機会、多職種との連携、上越地域でのACPの実践ケースの共有
- ・医師を対象とした講演会・研修会
- ・市民向けの講演会・公開講座
- ・地域で話し合える環境づくり
- ・話し合うきっかけとなるような意識づくりを地域全体で整備できるよよいと思う。



勤務先でのACPの取組状況

平成31年度取組予定

医療・ケアスタッフの研修

市民に向けてのACP「人生会議」の啓発

発行: 上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会

人生会議講演会 開催概要

自分らしい生き方逝き方

～自分の望む医療・ケアを受けるために～

☆日時 令和元年 10 月 19 日（土）13:30～15:30

☆場所 リージョンプラザ上越 コンサートホール



疾病の有無にかかわらず、市民一人ひとりが、将来の意思決定能力の低下に備えて、人生の最期の時間をどのように過ごし、どのような医療・ケアを受けたいかなどを元気なときから意識し、家族、友人、医療・介護関係者等と繰り返し語ることについて考えるため、講演会を開催しました。

当日は、200 名を超える方に参加いただきました。

講演

座 長 ▶▶ 上越地域人生会議協議会 座長 籠島 充 氏

テーマ ▶▶ 人生会議しよう！～自分らしい生き方逝き方のために～

講 師 ▶▶ オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏



人生会議とは？

将来の意思決定能力の低下に備えて、患者の意向を叶えるために話し合うプロセス。

日頃から繰り返し話し合うことが大切。

- 人生会議は、胃ろうや延命処置の選択など具体的な処置を決める事前指示書の形ではなく、共有する時間や雰囲気を含め、話し合いを継続する過程全体のこと。
- 決めなくてもいいから、いっぱい話そう。
- 価値観を理解し共有することで、複雑な状況に対応可能となる。
- じっくり話すと心の根っこが見えてくる。
- 認知症や子供など自分で判断するのが難しいと思われがちな人は、本人を囲んでみんなで話すと方向性が見えてくる。



情報提供

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会（通称：上越地域人生会議協議会）の取り組みについて紹介し、協議会で作成した「上越地域人生会議ノート」を会場の皆さんに記入していただきました。



対談

- ◇上越地域人生会議協議会 座長 籠島 充 氏
- ◇オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏
- ◇一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター センター長 揚石 義夫 氏



始めに、会場の皆さんに上越地域人生会議ノートを書いた感想を挙手で質問したところ、「少し難しいと思うが大事なこと」と感じている方が多いようでした。

会場からは「一人暮らしの人生会議は どうしたらよいか？」などの質問があり、先生方から「家族だけでなく、友人やケアマネと話すことも人生会議」とのお話をいただきました。

続いて、先生方から、これまでの臨床経験を通じて「繰り返し話し合うことの大切さ」を語っていただき、人生会議を身近に感じることができました。また、紅谷先生からは、上越地域の取り組みは全国的にも進んでいるとのコメントをいただきました。

参加者の声

- 普段、家族と話をする機会はなかったが、両親と人生会議をしてみたくなった。
- 自分の人生をどう送るのか、今から考えてみることも大事だと思った。
- 自分らしく生きるを大切にしたい。
- 今考えていることが、時の経過により変わってもいいことが参考になった。
- 人生会議が日常的に行える文化の醸成が必要だと感じた。
- 人生会議は、しぼりがとても緩やかで考え方が多方面に渡っているので、誰でも参加しやすい取り組みだと思った。

発行：上越地域人生会議協議会事務局 上越地域振興局健康福祉環境部医薬予防課

上越地域人生会議サポーター研修 開催概要



上越地域人生会議協議会

☆ 令和3年2月2日（火）13:30～16:00

☆ Zoom オンライン研修

人生の最期まで本人の意思に沿った医療・ケアが行われるには、人生会議が、医療・介護現場だけでなく、市民一人一人の生活の中に、浸透することが必要です。

このことから、上越地域人生会議協議会では、厚生労働省の「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」を理解し、地域・医療機関、社会福祉施設等での日頃の業務において人生会議を実践するとともに普及・啓発を図る方を養成するため、研修会を開催しました。

参加者

- | | | |
|----------|-----------------|-----------------|
| ○病院 8 名 | ○地域包括支援センター 4 名 | ○居宅介護支援事業所 2 名 |
| ○診療所 1 名 | ○特別養護老人ホーム 2 名 | ○訪問看護ステーション 1 名 |
| ○薬局 1 名 | ○介護老人保健施設 1 名 | 計 20 名 |

***** 研修内容 *****

なぜ、いま、人生会議なのか

上越総合病院 院長 笹島 充 氏

死や老いることを生きることと一緒に考える視点や先生の御経験を交えて自分の気持ちを言葉にして語ることの大切さをお話いただきました。



ACP「アドバンスケアプランニング」の理解

上越総合病院 院長 笹島 充 氏

厚生労働省ガイドラインのポイントについて解説いただいた後、人生会議のメリット・デメリットや人生会議の具体的な進め方について教えていただきました。

もしバナゲーム

県立看護大学 准教授 酒井 禎子 氏

もしバナゲームは、人生の最期にどう在りたいかを考えるきっかけとなるカードゲームです。研修会では、自分が大切にしたいと思う内容が書かれたカードを選び、選んだ理由について、参加者同士で意見交換を行いました。自分の価値観を見つめ直すと共に人によって多様な価値観があることに気づくきっかけとなりました。



上越地域の啓発媒体

上越地域振興局健康福祉環境部 係長 関矢和美 氏

「上越地域人生会議啓発チラシ」と「上越地域人生会議ノート」を紹介しました。上越地域人生会議協議会では、住民の皆様へ人生会議を知ってもらおうきっかけとして啓発媒体を作成しました。啓発媒体は、ホームページからもダウンロードができます。

ロールプレイ

上越地域医療センター病院 看護部長 藤本智恵 氏
上越総合病院 主任ソーシャルワーカー 吉崎幸子 氏

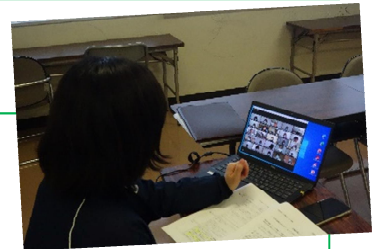
人生会議の話し合いの導入ができることを目標として、患者役と専門職役の2人1組でロールプレイを行いました。参加者からは、「患者さんの楽しみにしていること、価値観を聞き出すことができた。」「もしも・・・と切り出すタイミングが難しかった。」などの声が聞かれました。

グループワーク

県立看護大学 准教授 酒井禎子 氏

人生会議サポーターとして、研修で学んだことを明日からどのように実践していくか、具体的な『行動計画』を立て、グループで発表し合いました。

「職場の人と人生会議の考え方を共有したい。」「夫婦で練習してから親で実践。」「ロールプレイで学んだことを意識して自分が担当している方に接する。」など、身近なところから取り組める行動計画をたくさん立てることができました。



～参加者アンケート～

- ☆ACP を繰り返し行うことが大事で、啓発していくことも大切だと思う。
- ☆講義を聴き、ACP の実際の進め方についてロールプレイを行うことで理解が深まるとともに、進め方の難しさも実感した。
- ☆何が最良なのかは人それぞれ違うことを改めて感じた。
- ☆人生最終段階の意思決定にどのように介入するか悩んでいたのが参加してよかった。
- ☆研修受講者が各部署で講師となり伝達講習を行っていけばもっと人生会議が普及していくのではと思う。
- ☆人生会議の認知度が低いため、市民やスタッフへの普及啓発が必要だと思う。
- ☆人生会議は、できる・できないではなく、やるか・やらないかなので、少しずつでも実践を重ねていきたい。



発行：上越地域人生会議協議会事務局 上越地域振興局健康福祉環境部医薬予防課

上越地域人生会議サポーター研修 開催概要



上越地域人生会議協議会

☆ 令和3年11月5日（金）13:30～16:20

☆ 謙信公武道館 研修室

人生の最期まで本人の意思に沿った医療・ケアが行われるには、人生会議が、医療・介護現場だけでなく、市民一人一人の生活の中に、浸透することが必要です。

このことから、上越地域人生会議協議会では、厚生労働省の「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」を理解し、地域・医療機関、社会福祉施設等での日頃の業務において人生会議を実践するとともに普及・啓発を図る方を養成するため、研修会を開催しました。

※人生会議・・・もしものときのために、本人が望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組

参加者

- 病院 7 名
- 訪問看護ステーション 1 名
- 介護老人保健施設 3 名
- 居宅介護支援事業所 20 名
- 地域包括支援センター 4 名
- その他 3 名

計 38 名

***** 研修内容 *****

なぜ、いま、人生会議なのか

上越総合病院 院長 竈島充 氏

死や老いることを生きることと一緒に考える視点やご自身の経験を交えて自分の気持ちを言葉にして語ることの大切さを話されました。



ACP「アドバンスケアプランニング」の理解

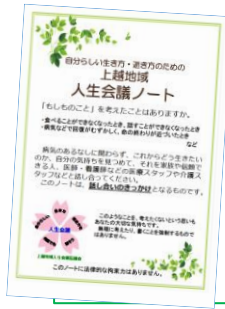
上越地域振興局健康福祉環境部 係長 関矢和美 氏

厚生労働省ガイドラインのポイントについて解説後、人生会議のメリット・デメリットについて説明しました。

もしバナゲーム

県立看護大学 准教授 酒井禎子 氏

もしバナゲームは、人生の最期にどう在りたいかを考えるきっかけとなるカードゲームです。研修会では、自分が大切にしたいと思う内容が書かれたカードを選び、選んだ理由について、参加者同士で意見交換を行いました。自分の価値観を見つめ直すと共に人によって多様な価値観があることに気づくきっかけとなりました。



上越地域の啓発媒体

上越地域振興局健康福祉環境部 薬剤師 中島彩 氏

「上越地域人生会議啓発チラシ」と「上越地域人生会議ノート」を紹介しました。上越地域人生会議協議会では、住民の皆様へ人生会議を知ってもらうきっかけとして啓発媒体を作成しました。啓発媒体は、上越地域振興局健康福祉環境部のホームページからダウンロードができます。

ロールプレイ

上越地域医療センター病院 看護部長 藤本智恵 氏
上越総合病院 主任ソーシャルワーカー 吉崎幸子 氏

人生会議の話し合いの導入ができることを目標として、患者役と専門職役の2人1組でロールプレイを行いました。参加者からは、「もしも…と切り出すタイミングが難しかった。」「声掛けの手法を見れてよかった」などの声が聞かれました。

グループワーク

県立看護大学 准教授 酒井禎子 氏

人生会議サポーターとして、研修で学んだことを明日からどのように実践していくか、具体的な『行動計画』を立て、グループで発表し合いました。

「職場の人と人生会議の考え方を共有したい」、「死後の話はタブーなものかと思っていた」、「今回の行動計画を参考に、実践していきたい」など、人生会議の実践に向けて行動計画を立てることができました。



～参加者アンケート～

- ☆地域で、人生会議の存在について知っていただく機会があればすすめていきやすくなると思いました。自分も周知していけるようころがけていきたいです。
- ☆職場以外の人と事例を通していろいろな意見が聞けて良かったです。
- ☆医療ケアだけでなく、人生の最後の時間をいかに自分らしく生きていける様な環境を考えていきたい。
- ☆どこから手をつけてよいかわからないと思っていましたが、やれるところからやってみようと思えました。
- ☆もしもの時のことについて考えたくない人の意思も尊重することが大切だと思いました。ロールプレイでも言葉につまってしまうところがあり、実践の場面でもなかなかスムーズにできないかもしれませんが、まずはサポーターとして意識するところから始めたいと思いました。

発行：上越地域人生会議協議会事務局 上越地域振興局健康福祉環境部医薬予防課



～自分らしい生き方・逝き方のために～

人生会議しませんか

突然の病気や老いなどにより、本人の意思を確認できないまま、医療・ケアがなされることが多い現状にあります。しかし、それが本人の考えと一致しているとは限りません。

「もしものこと」を考えたことはありますか。

- ・ 食べることができなくなったとき
- ・ 話ができなくなったとき
- ・ 回復が難しい状態になり、命の終わりが近づいたとき など



わたしたちには、人生の最期をどのように過ごしたいか話し合い伝えていく権利があります。



本人の希望する医療・ケアの姿や、人生の最期の過ごし方などを話し合うことができ、その思いが尊重される上越地域をめざして、「上越地域人生会議協議会」を設置しました。

病気のあるなしに関わらず、これからどう生きたいか、自分の気持ちを見つめて、その気持ちを家族や信頼できる人、医療・ケアチームと話し合ってください。

このような取組は、一人ひとりの考えにしたがって行い、進めてゆくものです。知りたくない、考えたくないという思いも大切な考えとして尊重されます。

くわしくは、上越地域振興局健康福祉環境部のホームページをご覧ください。

https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/jouetsu_kenkou/acp.html



発行：上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会
(通称：上越地域人生会議協議会)

人生会議とは

もしものときのために、自分が望む生き方・逝き方や人生の最終段階の医療やケアについて前もって考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

人生会議(話し合い)の進め方(例)

ステップ1

大切にしたいことは
何かを考えてみましょう

もし生きることができる
時間が限られているとしたら、
あなたにとって大切に
したいことは何ですか。

ステップ2

信頼できる人は誰か
考えてみましょう

あなたが信頼してい
て、もしものときにあな
たの代わりに治療やケア
について話し合っ
てほしい人は誰ですか。

ステップ3

信頼できる人や医療・
ケアチームと話し合
いましょう

回復が難しい状態になっ
た場合、どのような治療や
ケアを受けたいですか。

ステップ4

あなたの思いを
伝えましょう

家族や友人、そして医
療・ケアチームにあな
たの希望や考えを伝えてい
ますか。



心身の状態に応じて意思は変化するものです。
何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。



改訂後

自分らしい生き方・逝き方のための 上越地域 人生会議ノート

「もしものこと」を考えたことはありますか。

- ・食べることができなくなったとき、話すことができなくなったとき
- ・病気などで回復がむずかしく、命の終わりが近づいたとき
など

病気のあるなしに関わらず、これからどう生きたいのか、自分の気持ちを見つめて、それを家族や信頼できる人、医師・看護師などの医療スタッフや介護スタッフなどと話し合ってください。

このノートは、話し合いのきっかけとなるものです。



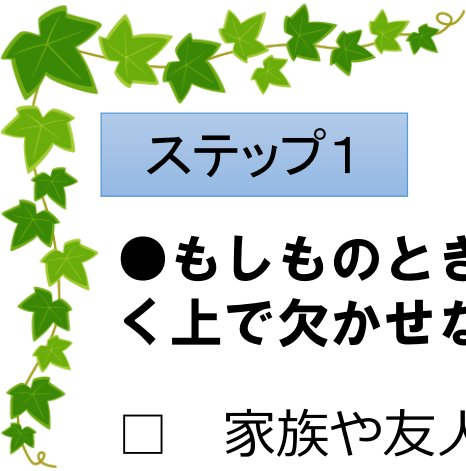
上越地域人生会議協議会

このようなことを、考えたくないという思いもあなたの大切な気持ちです。

無理に考えたり、書くことを強制するものではありません。

このノートに法律的な拘束力はありません。





ステップ1

●もしものとき、わたしが大事にしたいこと・生きていく上で欠かせないこと（いくつでも選んでください）

- ☐ 家族や友人のそばにいること
 - ☐ 家庭や仕事、地域での役割を続けられること
 - ☐ 大切な人に伝えたいことを伝えること
 - ☐ 身の回りのことが自分でできること
 - ☐ 食べたり飲んだりできること
 - ☐ 自分で排泄することができること
 - ☐ 痛みや苦しみが少なく過ごせること
 - ☐ できる限りの治療を受けられること
 - ☐ 今は考えたくない・考えられない
 - ☐ わからない
 - ☐ その他
-

ステップ2

●自分の意思を伝えられなくなったとき、医師や看護師などの医療スタッフや介護スタッフなどと、わたしの代わりに話し合って欲しい人を考えている。

☐ 考えている

☐ 考えていない

●上記の項目で考えている人に、わたしの代わりに話し合って欲しいことを伝えている。

☐ 伝えている

☐ 伝えていない

ステップ3・4

●わたしの希望する人生の最期の迎え方

どこで： ☐ 自宅 ☐ 施設 ☐ 病院 ☐ その他（ ）

どのように：

●わたしが大事にしたいことについての家族や大切な人と話し合い

☐ 話し合った ☐ 話し合っていない

●わたしが大事にしたいことについての医師・看護師などの医療スタッフや介護スタッフなどと話し合い

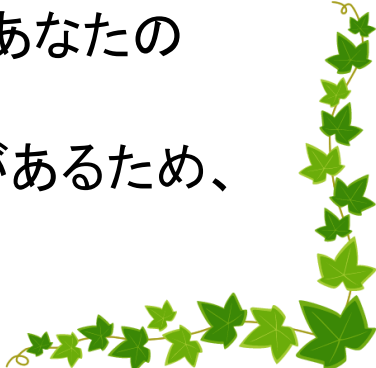
☐ 話し合った ☐ 話し合っていない

人生会議ノート記入日： 年 月 日

氏名：.....

※これは、この人生会議ノート記入時点でのあなたの気持ちです。

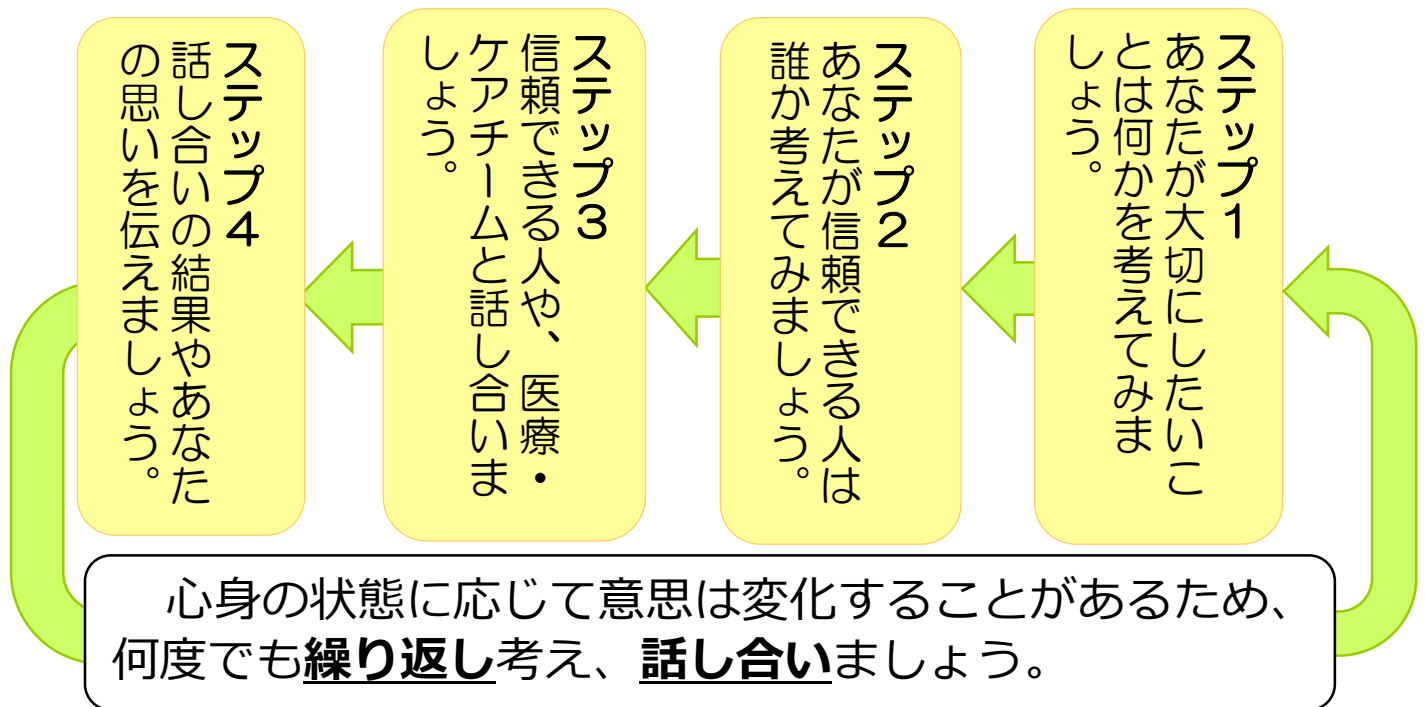
心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。



人生会議とは

もしものときのために、自分が望む生き方・逝き方や人生の最終段階の医療やケアについて前もって考え、家族や大切な人、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

人生会議（話し合い）の進め方（例）



上越地域人生会議協議会は、みなさんのご意向を尊重する地域づくりを支援します。

「上越地域人生会議ノート」は、下記のホームページから無料でダウンロードできます。

https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/jouetsu_kenkou/acp.html

上越地域人生会議ノート

検索



2020年11月 作成

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会
(通称：上越地域人生会議協議会)

人生会議ノートに関する問い合わせ：

上越地域振興局健康福祉環境部医薬予防課 電話 025-524-6134