

# わが街で暮らす

諏訪市地域医療・介護連携推進センター  
ライフドアすわの取り組み

40

人は誰しも、一生にひとつの生命しか持つことはできません。一つひとつの生命を大切に、そして人生を大切に生きたいものです。

「人生会議」。それは、アドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning、以下ACP)の愛称です。専門家はACPの定義を「将来の意思決定能力の低下に備えて、今後の治療・ケア・療養に関する意向、代理意思決定者(代理人)などについて患者・家族・医療者があらかじめ話し合うプロセス」と定義しています。



自分の人生そして人生の終えんを、自ら意思決定しながら、どのように生きるかは一人ひとりの大きな課題です。「最後までその人らしい最善の生、そして「良い死」を迎

諏訪市地域医療・介護連携推進センター 担当理事

まつもと ひろあき  
松本 宙明

えるための核となる実践としてACPは発展してきました。では、どのようなものなのか？五つの段階があります。ステップ①『考えてみましょう』

これからのあなたの生活や住まい、医療・ケアなど、あなたの希望や思いについて考えてみましょう。

ステップ②『相談しましょう』

かかりつけ医に相談して、あなた自身が病気にどうして知ることが大切です。出来れば家族や友人など信頼できる人と一緒に医師の説明を受けましょう。

ステップ③『代理人を選びましょう』

予期しない災害や突然の病気で、あなたの希望や思いを伝えることが出来なくなるかもれません。その時に備えて、あなたの希望や思いを伝えてくれる人(代理人)を決めておきましょう。

あなたの希望や思いについて、あなた一人で決めずに、信頼できる家族や友人、かかりつけ医やケアチームと一緒に話し合いをして共有しましょう。多職種を交えた話し合いは互いの信頼関係を築き、知恵や技術を集積させ、様々な不安を解消してくれること

ステップ④『繰り返し話し合いましょ』

あなたの希望や思いについて、あなた一人で決めずに、信頼できる家族や友人、かかりつけ医やケアチームと一緒に話し合いをして共有しましょう。多職種を交えた話し合いは互いの信頼関係を築き、知恵や技術を集積させ、様々な不安を解消してくれること

ステップ⑤『書面に残しましょう』

「人生の最終段階における医療に関する意識調査報告書」によると、ACPの認知度を尋ねた質問では、一般の方で75・5%、医療従事者でも42%前後が「知らない」と回答しました。一方で、ACPを周知し、進めていくこと

については「賛成」が一般で65%以上、医療・介護従事者だと80%と多数を占めています。

「ライフドアすわ」でも毎年、ACPをテーマに講演会を開催してきました。そして、多職種でACP準備委員会を設け、地域の方々と連携

して取り組みへの準備をしています。今後、さらに普及し、理解を深めてもらい、人生会議を開催できるような環境になるといいなと考えます。結果、患者様の意思が尊重され、患者家族の満足度が高まり、遺族の心の負担を小さくすることができると期待されています。そしてどうぞ、これからの人生が素晴らしいものになるよう願っています。

【参考文献】

本人の意思を尊重する意思決定支援事例で学ぶアドバンス・ケア・プランニング(西川満則ほか 南山堂)

人生の最終段階における医療に関する意識調査報告書(平成30年3月 人生の最終段階における医療の普及・啓発の在り方に関する検討会)

(毎月第2日曜日掲載、題字は河西秀樹・前ライフドアすわ事務部長)

## 認知症の家族とともに

作:ライフドアすわ  
絵:山岸久美子

④ どうしたいかも聞いて欲しい



この漫画は、認知症のご本人や介護者などの声に基づいて描いています。