

地域ですすめるACP（アドバンス・ケア・プランニング）

横浜市における「ACP推進 事業に参加して」

南区医師会訪問看護ステーション 高砂裕子

経緯

- ▶ 2018年に厚労省で「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」の改訂が行われた。改訂の要点は、医療だけでなく介護の現場における普及を図ることとACPの概念が盛り込まれたことであった。
- ▶ 人生の最終段階において意思表示は難しく、本人の意向が医療ケアに反映されるよう、ACPの普及啓発活動により国民の意識が高まる期待が持たれている。
- ▶ 横浜市においては、2017年に医療局が、市民が人生の最終段階をどう過ごしたいかを考え、自ら選択するための情報発信等の啓発や人生の最終段階の医療等に関わる専門職の人材育成等、市民が人生の最終段階を安心して過ごすための体制作りを行うことを目的に、多職種で構成された「横浜市人生の最終段階の医療等に関する検討会」（以後検討会と記す）を設置した。

「もしも手帳」の作成

- ▶ 市民がACPに取り組むきっかけを目的としたツール「もしも手帳」を作成した
- ▶ 作成メンバー間で事前指示書と捉えられないようにすることを確認し、最終的に質問は、①受りたい医療ケアの概要、②代理決定者の選定、③最後を過ごしたい場所の3項目とした。
- ▶ 大切にしたい内容は、話し合い自体が重要であること、信頼のできる人と一緒に考えること、何度でも書き直せること、自主性を重んじることとし、市民同士で「もしも手帳」を紹介し合えるよう、ポイントを示した説明チラシを作成し、一緒に配布した。2019年1月「もしも手帳」発表に合わせた市民公開講座に約800名が参加した。
- ▶ 横浜市内の医療機関、薬局、介護事業所等を中心に配布を開始し、市内の全地域ケアプラザ（地域包括支援センター）、各区役所、在宅医療連携拠点に拡大し配布した。

病気などの種類によって、
からだの機能の衰え方は異なります。

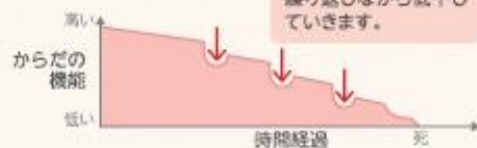
がんの場合

比較的良好な期間が
続き、亡くなる前に急速
に状態が悪化します。



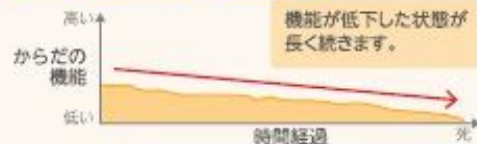
心不全・呼吸不全の場合

急激な悪化と改善を
繰り返しながら低下し
ていきます。



認知症・神経難病・老衰の場合

機能が低下した状態が
長く続きます。



気持ちは変わります。

何度でも書き直してみよう。

書き直したら、またご家族や大切な人と
話し合ってみてください。



ご家族やご本人をささえるみなさんへ

みなさんの大切な人は

「最後に何が食べたい」と言おうと思いますか？
ご本人と話し合うきっかけにしてみてください。

医療・ケアについての

もしも手帳

“もしも”

治らない病気などになったら

“もしも”

自分の気持ちを伝えられなくなったら

あなたは どうやって気持ちを伝えますか？

この手帳は “もしも” に備えて、元気なう
ちに、治療やケアについて、いま思っている
ことを残しておくものです。

あなたのご家族や大切な
人と一緒に話し合ってみて
ください。



横浜市人生の最終段階の医療等に関する検討会
横浜市医療局



人生の最期に至る軌跡

元気なとき

自分の治療やケアについての
希望を、あらかじめこの手帳に
書いておきましょう。



療養生活が

必要になったとき

あなたの状況に応じて、医療・
介護の専門職と一緒に考えて
いきます。





① “もしも” 治らない病気などになり、自分の気持ちを伝えられなくなったら、どんな治療やケアを受けて過ごしたいですか？

- できるだけ長く生きるための治療を受けたい
 - 痛みやつらさを軽減する治療やケアのみしてほしい
 - すべての治療やケアを受けたくない
 - わからない
 - その他
-



② “もしも” 治療やケアについて、自分で決められなくなったら、代わりに誰に話し合っしてほしいですか？（複数可）

- 配偶者（夫・妻）
[]
- 子ども・孫
[]
- きょうだい
[]
- 親戚（姪・甥など）
[]
- 友人・知人
[]
- かかりつけ医
[]
- その他
[]
- 頼める人はいない

※ [] 内には名前や連絡先を書いてみてください。



③ “もしも” 治らない病気などになったら、どこで過ごしたいですか？（複数可）

- 自宅
 - 病院
 - 施設
 - 今はわからない
 - その他、自由に
-

氏名

書いた日 年 月 日

話し合った日 年 月 日

話し合った人

メモ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



「もしも手帳」の周知

- ▶ 市民が65歳到達時（介護保険被保険者証送付時）に「もしも手帳」と周知チラシを送付している。
- ▶ 「もしも手帳」は、毎年増刷し2020年12月現在延べ19万部発行している。「もしも手帳」による市民の行動変容は明らかではなく、今後実態調査などを行い明らかにする必要がある。
- ▶ 「もしも手帳」作成のプロセス自体が、横浜市と専門職多職種の人生の最終段階の医療ケアに対する取り組みへの合意形成に大きく貢献していると考えられる。
- ▶ 健康区民祭りの場では、一般市民に向け「もしも手帳」を紹介している。区民公開講座では、ACPをテーマにした講座を開催、参加した一般市民が、「人生の最期を考えるとということが、どうということか解りました。ありがとうございました。」と受付で一言言って帰られました。「もしも手帳の使い方」は、横浜市のHPで動画で2020年12月に公開されている。

人材育成事業

- ▶ 人生最終段階に医療・介護チームが関与することが望まれているが、現状ACPの周知率は高くなく、特に介護福祉職から具体的な関与の方法がわからないという声を耳にする。そこで、横浜市においてACPに関する人材育成の取り組みを検討し実践している内容を紹介する。
- ▶ 2019年に横浜市医療局は、主に健康な市民へのACPのきっかけ作りを促すことができる人材育成のための多職種で構成された「ACP人材育成研修パッケージ作成作業部会」を設置した。この作業部会での討議の結果、主な対象者を介護福祉職とし、講義＋グループワークを含めた3時間の内容とした。きっかけ作りのツールとして「もしも手帳」の紹介を組み込んだ。また価値観は多様であることを確認し合うための「価値の引き出し」（シート）を活用したGWを考案した。

ACP人材育成研修パッケージを 活用した実践

- ▶ 2020年12月現在、横浜市内2区で開催し、計80名の参加者であった。参加者のアンケートでは、受講者の6割が介護福祉職、3割が医療職であった。満足度は、講義90.3%、GW75.6%と高く、「気持ち揺れることが当然」、「継続的に話し合うことが大切」、「ACPにも影の部分が存在する」といった基礎的な理解や、「ACPを皆が当たり前を考えるようになると、互いに介護が楽になる」などの展望的な意見が得られ、今後横浜市では、18区で研修会を開催する予定である。ACPは、医療現場以前の、健康な時に暮らしの中で始まることが望ましい。研修の中で介護従事者におけるACPの役割をきっかけ作りであることを伝えることで、地域におけるACPが普及することを期待している。

訪問看護師におけるACP推進の取組

- ▶ 訪問看護ステーションの看護師は、終末期に訪問看護の利用者に対し、意思決定支援を行っているが、市民が元気な時から地域で開催している市民公開講座に参加する機会を情報提供したり、都道府県や市区町村で実施されるACPへの多職種での取組に参加し
- ▶ ACPの各ステージに
- ▶ 第1ステージ（健康なとき）から積極的に参加する
- ▶ 第2ステージ（壮年期や高齢期になり疾病になったとき）での関わり
- ▶ 第3ステージ（病状が深刻になったとき）
- ▶ 関わり、地域でACPが推進されることを目指します。