



専門職のための

人生会議

ハンドブック

中能登町・あじさい会

目次

1. 「人生会議ハンドブック」作成にあたり
2. あじさい会（中能登町在宅医療介護連携を考える会）の紹介
3. それいけ！人生会議クイズ！（全6問）
4. 人生会議のタイミングと段階に応じたポイント
5. 人生会議チャ～ンスはどこ？
6. みんなの体験談 1) ケアマネジャーとして
2) 訪問看護師として
3) 家族として



あじさい会のロゴマークです
背中に「人」「医療」「介護」「地域」をのせ
ゆっくりゆっくり着実に前に進むかたつむり
あじさい会もそんな会でありたいと願い
作成しました

1. 「人生会議ハンドブック」作成にあたり

私達「あじさい会」では、「もしもの時だけ」でなく、「もしもの時のため」に、ある程度元気な時から「今後の人生をより良く生きる」ことと、「人生をよりよく終える」ことについて、家族や自分の周りの人達といろいろ話し合う取り組みを進めてきました。

昨今、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)で、今まで会えていた人達と会えなくなっています。今まで以上に「人生会議のタイミング」と「誰と一緒に人生会議をするか」で本人が望むその後の生活が左右されます。

そこで今回、専門職として「人生会議」の実践を重ねる中で、みなさんが悩んだ時、困った時に、手（ハンド）に取りたくなるような本（ブック）を作成しました。

おー、まさに「ハンドブック」ですねー。

少しでも皆様のお役に立てればと願っております。



あじさい会会長

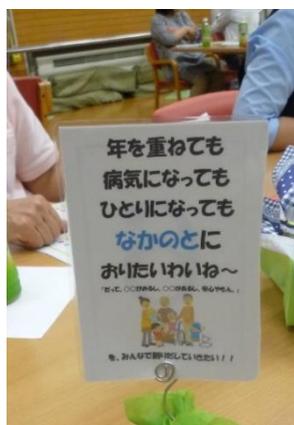
安田医院院長 安田紀久雄

2. あじさい会の紹介

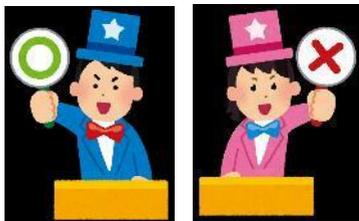
中能登町で療養している方々やそのご家族の暮らしを支えるため、いろんな職種がお互いに「顔の見える連携」が取れるよう「中能登町在宅医療介護連携を考える会」が発足しました。「あじさい会」の愛称は、親しみやすく誰もが気軽に仲間になれるよう、安田紀久雄先生が名付けました。

「年を重ねても、病気になっても、ひとりになっても、なかのとおりにおりたいわいね～」の思いを支えるため、在宅療養に関わるいろんな職種が、2000年から勉強会をしています。

新型コロナウイルス感染症の影響で、集合研修の開催は難しいですが、あじさい会の原点である「顔の見える連携」が続くよう、2019年からはリモート研修に切り替え、現在も勉強会を重ねています。



3. それいけ！人生会議クイズ！（全6問）



第1問

人生会議とは
もしもの時に備えて、自分の大切にしていることや
どんな医療や介護を望んでいるかなどを
家族や大切な人、医療や介護に関わる人たちに
1回だけ伝えておけばいい。

答. 人生会議とは

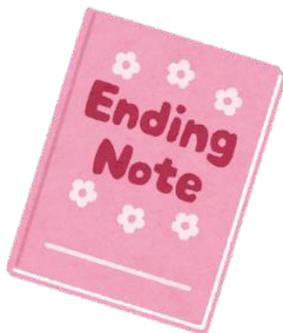
何度も話し合う取り組みのこと



もしもの時に備えて
自分の大切にしていることや
どんな医療や介護を望んでいるかなど
家族や大切な人、医療や介護に関わる
人たちと共に、あらかじめ何度も
話し合う取り組みのことである。

第2問

利用者さんが、ひとりでこっそり「エンディングノート」を書いたそうなので、人生会議をしなくてもエンディングノート通りにしてあげればいい。



答. エンディングノートは



「個人的な記録」

本人の思いや望みを知るきっかけにはなるが、全てではない。

気持ちはその都度変わるものなので繰り返し何度も話し合うプロセスが大切。

第3問

人生会議の目的は
医療処置や介護サービスを決めていくことなので
必ず決定事項が必要だ。



答. 意思決定会議ではない



人生会議は、医療処置や介護サービスを
決めることが目的ではなく、
その考えに至る理由をみんなで知る
話し合いのこと。

どう生きてきたか
どんな生活をしたいか
どう生きていきたいか が大切。

第4問

「もしもの話」は縁起が悪いので、
元気で自分のことができるうちは、人生会議を
しなくてもいい。

「もしもの時」に話せばいい。



答. もしもの時は



だいたい冷静ではない

元気な時から、もしもの時を
繰り返し話をする事で
将来、周りの大切な人たちが
本人の気持ちを考えて「判断」するの
に役立ちます。

第5問

専門職が関わっている人は、
必ず人生会議をしなくてはならない。



答. 「この先どうなるか」を
「考えたくない」「知りたくない」と



いう人やご家族もいます

人生会議の取り組みは、主体的な考え
の中で進めていくものです。知りたく
ない、考えたくないという方への十分
な配慮が必要です。

関わりの中で、その気持ちに変化がある
時は、ぜひタイミングをみて人生会議し
てみましょう。

第6問

あじさい会には「人生会議」を支援に取り入れながら「その人らしい人生」「その人らしい最期」を一緒に考え、「そばにいるよ」と伝えられる人たちがいっぱいいる！



答. ピンポンピンポン！



頑張ろう！あじさい会！

「あじさい会」では
人生会議での対話を大切にしながら、
専門職としての選択肢を提供しつつ
ご本人・ご家族が
「選ぶことができる」
支援を目指していきたいですね！

4. 人生会議のタイミングと 段階に応じたポイント

元気な時は「話し合うきっかけづくり」



また話したいね～
楽しかったね～
の余韻が残るような話合いに

**誕生日や結婚記念日、
親せきが毎年帰省する時など**

例えば

一日の中で大切にしている時間は？
大切にしている言葉って何？
自分の性格ってどんな性格？
人生で影響を受けた人って誰～？ など

そんな入口から
誰の世話になりたい？
こんな風に生きていきたいな～
理想の最期の過ごし方は？など
深い話まで



病気がちな時は、一番話し合いが必要

でも家族だけでは難しいので

専門職も一緒に参加の時期



聞かせてくれてありがとう～
また一緒に考えましょう
次もまた話しせんかね～と声かけ

病気の診断を受けた時や退院の時、 退院後、自宅の生活が落ち着いてきた時など

例えば

好きな食べ物は？嫌いな食べ物は？

居心地のいい場所は？

誰なら頼みやすい？

将来の事、どう考えてる？



病気の進行に伴って、周りの人に伝えておきたい
ことはある？

口から食べれなくなったら、どうしたい？

息が辛くなったら、どうしたい？

最終段階で受けたい医療の希望はどう？

介護が必要になった時は 本人・家族の想いを、体調に合わせて ゆっくり聴く



本人の理解力、病気に対する理解
今後を知りたいかによって
話し合う内容を考えましょう

介護サービスを導入する時期や 病状に変化があった時 など

例えば

食べたいものは何？

食べづらくなったり、水も喉を通りにくくなったら
病院に行きたい？

それとも家で過ごしたい？

そんな時、点滴はしたい？

最期、どこで過ごしたい？

など



専門職は「本人の願いに少しでも近づける努力をしていく支援をしていきたい」と伝えよう。

5. 「人生会議チャ～ンス」はどこ？

「じわじわ・ふ～(JJH)」編

90歳代の女性。長男夫婦と3人暮らし



あんまり食べんなくて
点滴でもしてもらったら
いいのかなあ

**はい！ここ！
人生会議チャンス！**

状態が変わってきて
おり、本人や家族が
次どうすれば、と
思う時期

**はい！また！
人生会議チャンス！**

本人が望む生活って？
家族はどうしてあげたい？
家族の迷いを
一緒に紐解く時期

ほとんど寝ているし
本当にこのままで
いいのかなあ

**専門職は「人生会議チャ～ンス！」を逃さずに。
「どうしたい？」「どう思う？」**

世の中みんなが憧れる「ピンピンコロリ」では、
本人もご家族も何の準備もできませんね。
ちなみに「じわじわ・ふ～(JJH)」は安田紀久雄先生の
造語です。

「遠方の娘問題」編

70歳代男性、妻と2人暮らし。県外に娘が2人
末期がんの診断が出たが、自宅療養を希望

積極的な治療はいらん。
入院せんと、最期はうち
におりたいんや。



子ども達も
分かってくれる
はず

何してんの!!!
早く病院に行って、点滴でも
呼吸器でもしてもらわな
ダメでしょ!!



「人生会議チャ〜ンス！」はどこだったでしょう

普段のケアに関わっていない親族が、終末期の状態だけを聞き、それまでに話し合っていたことをひっくり返す。

「分かっているはず」「分かってくれているはず」はない

人生会議のタイミングの時期に、子供たちやきょうだいなど家族の中での発言力が強い人達を必ず入れて、話しあっておくことが大切。その上で、在宅でも病院でもと、療養場所を「選べる」ことが大切。

6. みんなの体験談

1) ケアマネジャーとして

介護が必要な時期に
病状が変化した時

誰と

本人、妻、娘

どんなタイミングで

前回退院時「入院せず最期まで自宅で」と希望されて生活してきたが、肺炎等の発熱で3日間自宅での点滴終了。このまま熱が下がらない状況でも家で過ごすのか、入院しての治療を望んでいるのか、気持ちを確認してほしいと医療者から依頼があった

どんな内容を

本人は今後、どこで過ごしたいかな？

今後の医療についての希望や家族の希望はどうか？

どう切り出した



この先、この状態が続いても
入院せずに、自宅で看ていけますか？

やってみた感想

気持ちは変わるもので、それが生きているってことだと思った。本人を目の前にして思いを言えない家族関係もあるが、夫婦お互いを思いやる気持ちを改めて理解できた。

2) 訪問看護師として

介護が必要な時期に
いつものケアを
しながら

誰と

本人、息子、ケアマネジャー
訪問看護師

どんなタイミングで

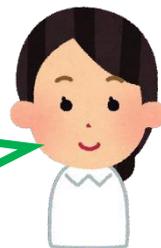
食事量のムラがあり、寝ている時間が長くなっており、
食事による窒息の可能性が高くなってきた時期にケアマネ
ジャーも同席し定期訪問でケアをしながら

どんな内容を

今後、体調が悪くなった時、どうしたいかな？
(本人と息子の思いを知り、支援者と共有したいな)

どう切り出した

息子さんから見て
最近のお母さんのご様子はどうですか？



やってみた感想

人との関わりが難しい性分の息子さんであり、人が集まり改まって話をすると聞きづらいこともあるが、いつものケアをしながらだったので、むしろ聞きやすかった。普段の生活の中で話をしたことで、息子さんは自然体で受け答えしていたと思う。息子さんの思いに本人がうなずかれ、親子ともに良い笑顔が見られて良かった。

3)家族として

家族でテレビを
観ながら

誰と

夫、息子と

どんなタイミングで

コロナ患者が人工呼吸器を装着するのをテレビで観た時

どんな内容を

病気で「延命治療」って言われたらどうする？

人工呼吸器付ける？

口から物を食べれなくなったら？

自分で決められなくなったら、誰に決めてもらう？

どう切り出した

このテレビの人みたいに、
コロナに限らんけど、病気で医療処
置が必要になったらどうする？



やってみた感想

以前、夫に延命処置のことを聞いた時は「縁起が悪い！」と怒られたが、今はコロナ禍ということもあり身近に感じているのか、割とスムーズに切り出すことができた。前回の研修で「テレビを見ていてきっかけになった」と聞いたので、このタイミングで聞けて良かった。

人生会議は
「医療処置や介護サービスの組み立て」ではなく

「あなたの人生は、どうでしたか」
「今、どんな生活をしたいですか」
「これから、どう生きていきたいですか」

対話の中で
思いを受け止め

専門職として
選択肢を提供しながら

ご本人とご家族が
「望む生活を選択」できる支援を。

もっと詳しく「人生会議」を知りたい
【厚生労働省公式 HP】



https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html

2022年2月
石川県医師会在宅医療連携リーダー研修補助金で作成