

市民公開講座

- 開催日時：2026年2月13日（金）13:00～
- 開催場所：中分集会所（津乃峰町）
- 参加者：20名
阿南市民（地域住民）、中部高齢者お世話センター職員、阿南市在宅医療・介護連携支援センター職員 他
- 報告者：センター長 湯浅

【要約】

本説明会では、阿南市在宅医療・介護連携支援センター長 湯浅より、「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」の重要性と具体的な取り組みについて説明。将来の医療や介護に関する自身の希望を明確にし、家族や医療・介護関係者と共有するための「もしものときに」ノートの活用方法、および阿南市版エンディングノート「たまたま箱」の連携について解説。本音を記し、定期的に更新・共有することの意義が強調され、参加者は前向きな意見交換を行った。

【開会・趣旨説明】

- 阿南市在宅医療・介護連携支援センター長の湯浅より開会の挨拶と自己紹介。同センターが在宅での医療・介護に困る方々に対し、医療と介護の架け橋となり、相談支援を行う役割について説明。
- これまでの大規模な説明会に代わり、今後は各地域に出向き、より具体的に情報を提供していく方針を示した。
- 本日の説明会は「人生会議（ACP）」について理解を深めることを目的としている。

【議題 1：人生会議（ACP）について】

- **ACPの定義と重要性**
 - ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とは、将来の医療や介護について、本人がどうしたいかを考え、家族や医療・介護関係者と共有する取り組み。厚生労働省は「人生会議」と称している。
 - 一度決定したら変更できないものではなく、本人の状態や気持ちの変化に応じていつでも更新可能である。
 - 突然の病気や事故で自身の意思を伝えられなくなった場合でも、事前に意思を明確にしておくことで、本人の望む医療・ケアを受けることができる。
 - 介護施設や医療機関が、本人の希望に沿った支援を提供するために不可欠な情報となる。

- **「もしものときに」ノートの活用方法**
 - 阿南医療センター等で配布されているパンフレット形式の「もしものときに」ノートを用いた具体的な記入項目と活用ポイントが説明された。
 - **主な記入項目：**
 1. **代理決定者：**信頼して医療・介護に関する意思決定を任せられる人物（家族、友人等）を記載。
 2. **生き立ちと人生の振り返り：**子供の頃の思い出、仕事、家庭、人生が変わった出来事、自慢話、支えになった人物などを記入し、自身の価値観を明確にする。
 3. **現在の目標と希望：**今後の人生で達成したい目標や希望を具体的に記す。
 4. **健康状態：**現在の健康状態、治療中の病気、過去の大きな病気を記載。
 5. **病状説明・治療に関する希望：**深刻な病状の説明を受ける際の希望（全て話してほしいか、代理決定者に任せるか等）、受ける治療、もしもの時の延命治療、療養生活（病院か自宅か等）、やってほしくないことなどを記載。
 6. **最終判断：**最終的な医療・介護の判断を代理決定者に任せるか否かを明記。
 - **記入と活用のポイント：**
 - 正直な「本音」を記載することが最も重要である。
 - 気持ちの変化に応じて随時内容を更新し、複数冊のノートを保管することも有効。
 - 記入したノートの存在と内容を、信頼できる家族（代理決定者）に必ず伝え、共有することが不可欠。
 - 病院受診時に医師に提示することで、本人の希望に沿った治療方針の検討がスムーズに行える。
- **家族との対話の重要性**
 - 本人の意思と家族の希望が異なる場合があるため、事前に話し合い、意思を共有することが重要である。
 - 事前の話し合いが、本人が望む最期を迎えられるだけでなく、残された家族が意思決定に際して抱える負担や後悔を軽減することにつながる。
 - （事例として、ノートを活用したことで「お母さんが望む最後を看取ることができた」という感謝の手紙が紹介された。）

【議題 2：阿南市版エンディングノート「たまたま箱」の活用について】

- **概要と役割**

- 阿南市版エンディングノートである「たまたま箱」は、暮らしの金銭管理など、より具体的な情報を整理・保管するためのツール。徳島県でもそのコンセプトは評価されている。
- **「もしものときに」ノートとの連携**
 - 阿南市では「たまたま箱」と「もしものときに」ノートをセットで保管することを推奨している。これにより、本人がもしもの状況になった際にも、安心して生活や医療・介護に関する情報にアクセスできる体制を整える。
- **注意点**
 - 「たまたま箱」と「もしものときに」ノートは法的拘束力を持つものではなく、あくまで本人の意思を示す資料である。
 - 「たまたま箱」に預金通帳や口座番号を記載する際は、パスワードなどの機密情報は絶対に記載しないよう注意喚起。
 - 保管場所や内容の共有は、金銭など個人的な資産・情報との兼ね合いも考慮し、慎重に行うべきである。

【質疑応答・意見交換】

- 参加者からは、すでに家族と同様の話し合いを進めている、遺言に近い形で自身の意向を共有しているといった肯定的な意見が聞かれた。
- 話し合いの場がないことで、残された家族が本人の意思が分からずに困るケースが多いこと、特に救急搬送時などに延命治療の判断を迫られる場面での、事前の意思決定の重要性が改めて確認された。
- 本音が書かれたノートは、家族間の争いを避け、全員が納得できる形で本人の意向を尊重するために非常に有効であることが強調された。

【今後の対応・アクションプラン】

- **対応予定：**
 - 参加者は、各自で「もしものときに」ノートに記入し、自身の将来の医療・介護に関する希望を明確にする。
 - 記入したノートの存在と内容を、信頼できる家族（代理決定者）と必ず共有する。
 - 気持ちの変化があった場合は、ノートの内容を随時更新する。
 - 阿南市独自の「たまたま箱」の活用についても検討する。
 - 「もしもの時のために」ノートの記入や、医療・介護連携に関する不明点や困りごとがある場合は、阿南市在宅医療・介護連携支援センターに相談する。
 - 説明会終了後、参加者はアンケート調査票への記入に協力する。

【講座風景】

