



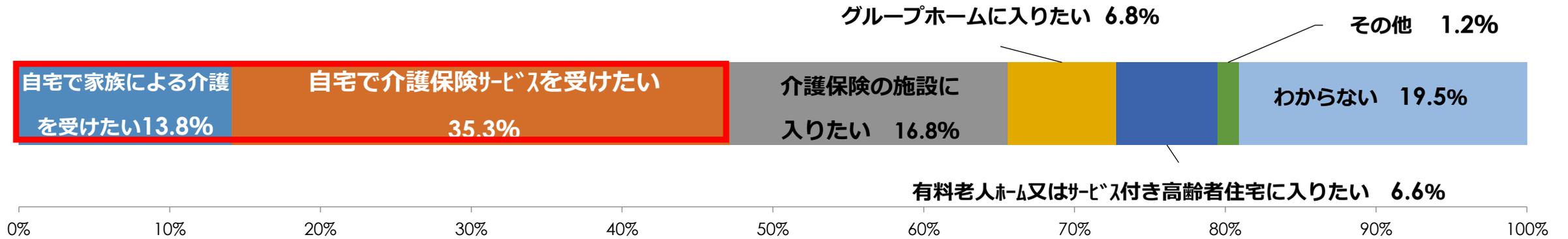
人生会議（ACP）と元気なうちから手帳について



本人が望む介護形態・終末期の療養場所（長崎市）

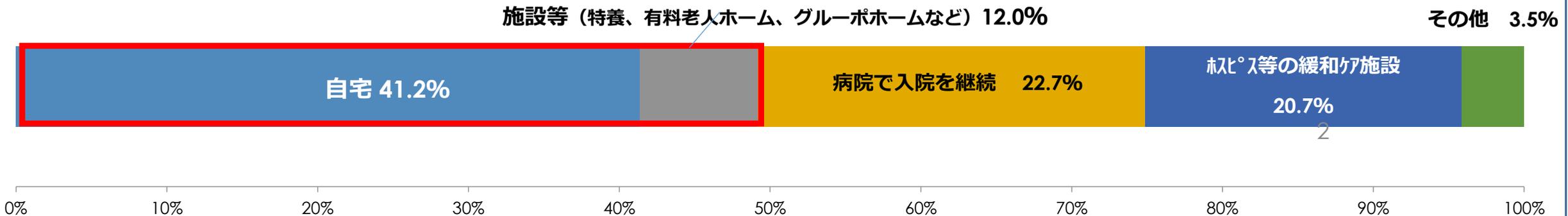
ご本人が望む介護の将来形態

◆「自宅で介護を受けながら生活したい」と考えている割合が約 5 割

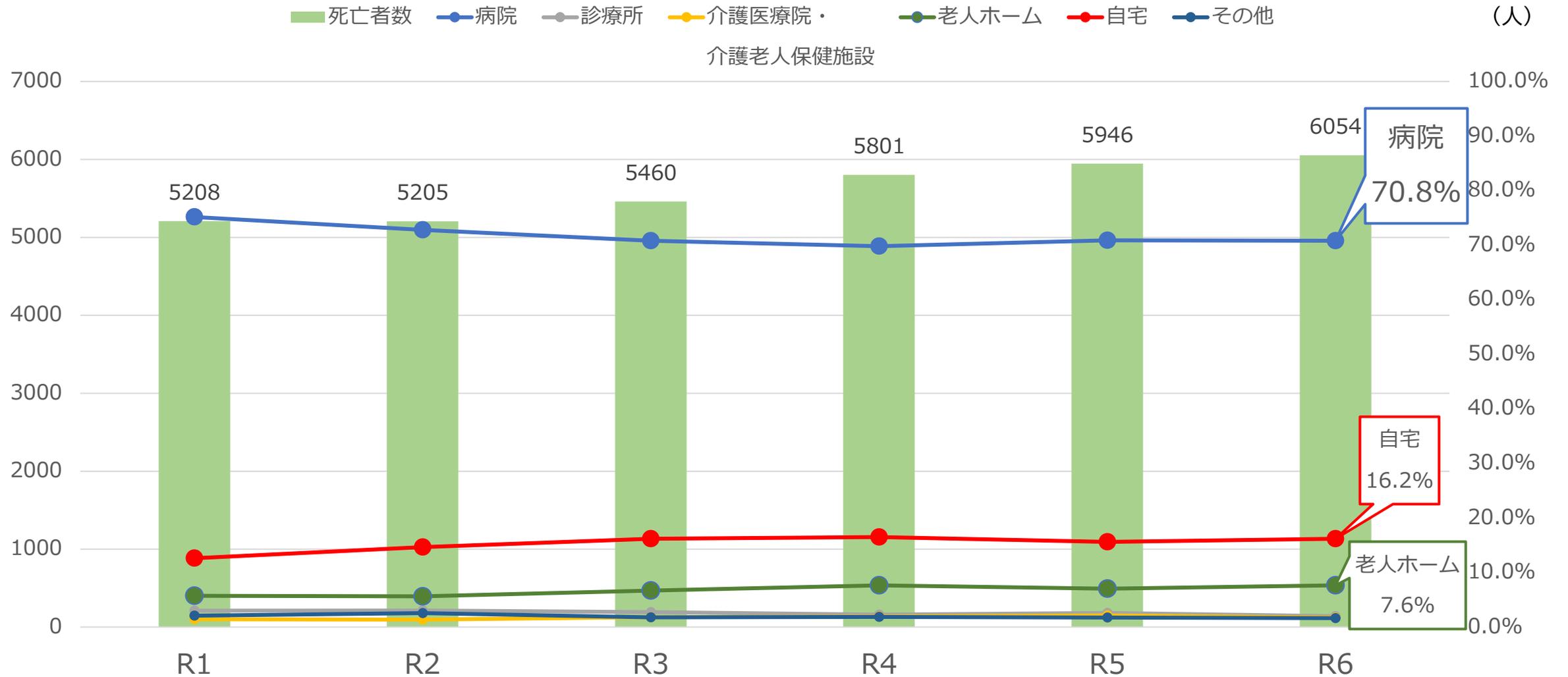


終末期の療養場所

◆「終末期」を自宅や施設で過ごしたいと考えている割合が約 5 割



長崎市の死亡者数と死亡場所の割合



R5年人口動態統計より

※「自宅」には、グループホーム・サービス付き高齢者向け住宅を含む。

※「老人ホーム」は、養護老人ホーム・特別養護老人ホーム・軽費老人ホーム及び有料老人ホームをさす。

人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）

- 「人生会議」とは、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、共有する取組のことです。
- 本人が希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを本人自身が前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

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

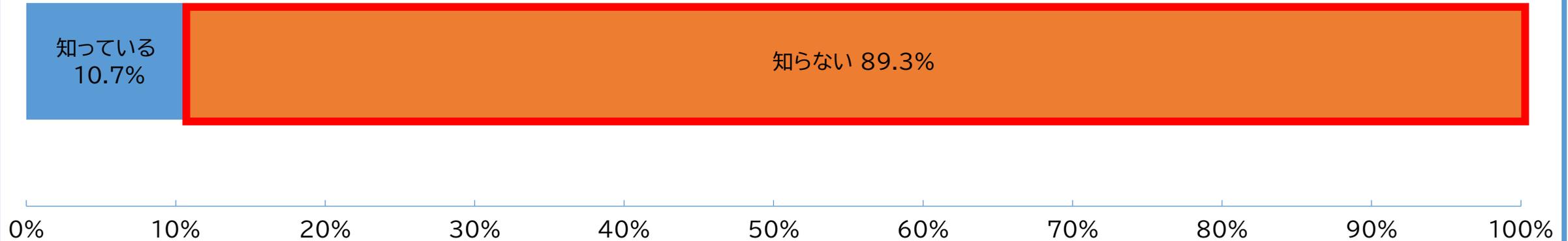
＜人生の最終段階における医療・ケアの在り方＞

- 医師等の医療従事者から適切な情報の提供と説明がなされ、それに基づいて医療・ケアを受ける本人が多専門職種[○]の医療・介護従事者から構成される医療・ケアチームと十分な話し合いを行い、本人による意思決定を基本としたうえで、人生の最終段階における医療・ケアを進めることが最も重要な原則である。
- さらに、本人の意思は変化しうるものであることを踏まえ、本人が自らの意思をその都度示し、伝えられるような支援が医療・ケアチームにより行われ、本人との話し合いが繰り返し行われることが重要である。
- さらに、本人が自らの意思を伝えられない状態になる可能性があることから、家族等の信頼できる者も含めて、本人との話し合いが繰り返し行われることが重要である。

人生会議（ACP）の普及状況について（長崎市）

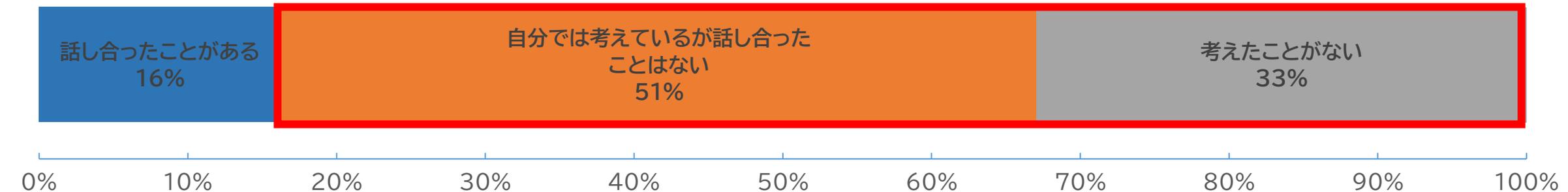
人生会議（ACP）について知っているか

★人生会議（ACP）を知らないと回答 約9割



医療や介護が必要になった時のことについて、家族等と話し合ったことがあるか？

★「自分では考えているが話し合ったことはない」「考えたことがない」と回答 8割以上



長崎市第5次総合計画

基本施策

F2

高齢者が安心して自分らしい暮らしを
続けられる地域づくりを進めます

取組方針

超高齢社会への対応が必要となる中で、市民に対して地域包括ケアシステムの理解促進、人生会議(ACP)や看取りに関する意識啓発を図ります。

長崎市第9期介護保険事業計画の基本方針 (R6~R8)

- (1) 長崎版地域包括ケアシステムの深化・推進
- (2) 自立支援・重度化防止に向けた介護予防の推進

(3) 人生会議(ACP)の普及啓発

- (4) 権利擁護の推進
- (5) 介護サービス基盤の計画的な整備
- (6) 介護人材の確保及び介護現場の生産性の向上
- (7) サービスの質の確保・向上
- (8) 災害・感染症に対する備え

住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けることができるよう、人生会議(ACP)について、「元気なうちから手帳」を活用して、高齢者だけでなく幅広い世代への普及啓発に取り組むとともに、医療と介護の専門職への周知にも取り組みます。

元気なうちから手帳

人生会議（ACP）のきっかけづくりとして
医療・介護の専門職や民生委員が
話し合い作成！



『縁起でもない話』として、
話すきっかけがつかめない...

多職種で支援しているが
『本人の希望が見えない』

第1章 わたしのこと

かかりつけ医や緊急連絡先、好きなものや自分史など

第2章 もしものこと

介護、過ごしたい場所、延命治療などについての希望

第3章 わたしの人生のエンディング

葬儀、臓器提供などについての希望

第4章 これからのこと

これから取り組みたいことや家族・友人などへのメッセージ

第5章 お役立ち情報

医療保険や介護保険で受けることができるサービス、相談窓口など

「元気なうちから手帳」では、次のようなことを工夫しました！

- 構成の工夫
- 前向きな項目
- 延命治療についての説明と希望の選択

本人の意思表示が難しくなっても、どこにいても、関わる職種が変わっても、
本人の意思に沿った医療・ケアが提供できるように

『元気なうちから手帳』の配付場所

<配付場所>

- ① 市政と暮らしの出前講座「人生会議をしましょう」
- ② 地域包括支援センター
- ③ 長崎市包括ケアまちなかラウンジ
- ④ 市内の医療機関の一部

※ 長崎市ホームページにもPDF版を掲載

学生など若い世代も含めた幅広い市民への普及啓発のため
まずは手帳を手にする・目にする機会を作る
取り組みへと変更

令和6年度からの
取り組み

- ⑤ 市内全ての医療機関・歯科診療所・薬局・訪問看護ステーション
介護保険サービス事業所等へ送付
- ⑥ 地域センター・市民センター・公民館・総合事務所など庁内関係
課の窓口に設置

元気なうちから手帳配付時に説明しているポイント

このノートを書くにあたって必ず読んでほしいこと

- すべての項目を記入する必要はありません。書けるところから、書きたいところから、書いてみることをお勧めします。書くことを強制するものではありません。
- 手帳の存在を、信頼できる人・家族に伝えましょう。保管場所も伝えておくとう安心です。そして、ご自身の希望を家族と話し合ってみましょう。
- 人の想いや考えは、時と共に変わることがあるので、何度でも書き直すことができます。書き直したらその都度信頼できる人・家族と話し合ってみましょう。
- この手帳は法的効力のあるものではありません。
- 例えば、日にちを決めるなど、年に1度は見直しをしてみましょう。 例)誕生日・お盆・年末年始・敬老の日など

「書く」「書かない」
は本人の自由

「書きたくない」という
ことも本人の大切な想い

人の想いや考えは、
健康状態や環境などに
大きく左右される

一度に決めることができな
かったり、決めただけど
気持ちが変わったという
こともある

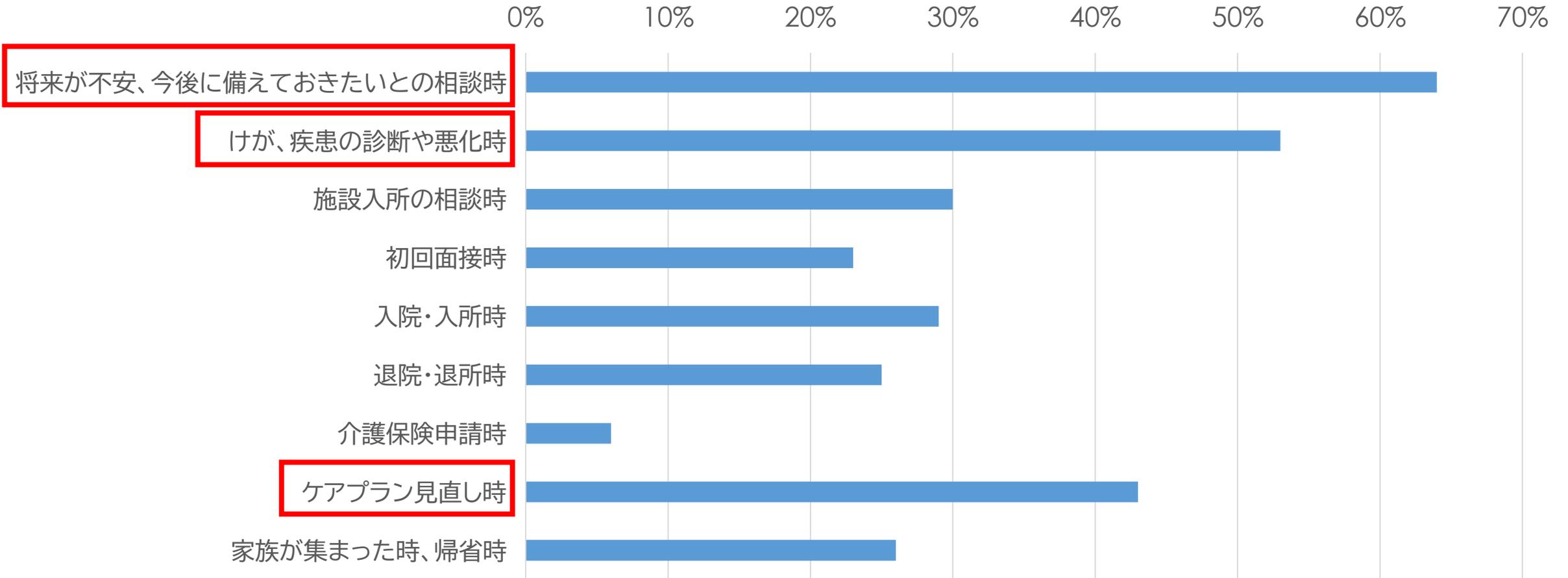
1冊で3回まで、書き直
しができる

手帳を書くことよりも、
家族や大切な人、医療
や介護の関係者と話を
することが大切

事前指示書や
遺言書ではない

人生会議（ACP）を行うタイミング

N=269



R6年1月 長崎市ACPの取り組み状況についてのアンケート調査結果

元気なうちから手帳の目指すところ

これからの
生き方について
考えることが
できる



大切な人に
今の自分の想いを
伝えることが
できる

もしもの時、
家族が困らない
よう備えられる

『大切なのは想いの共有』



決めなくていいから
いっぱい話をしよう！

今のうちから
何を備えておけば
よいか
整理ができる

本人の意思表示が難しくなっても、どこにいても、関わる職種が変わっても、
本人の意思に沿った医療・ケアが提供できるように