

自分らしい生き方を支援する人のための

人生会議手帳 2 活用ガイドライン

はじめに

★人生会議手帳 2 をはじめて使われる医療・ケアチームの方は必ずご一読ください。

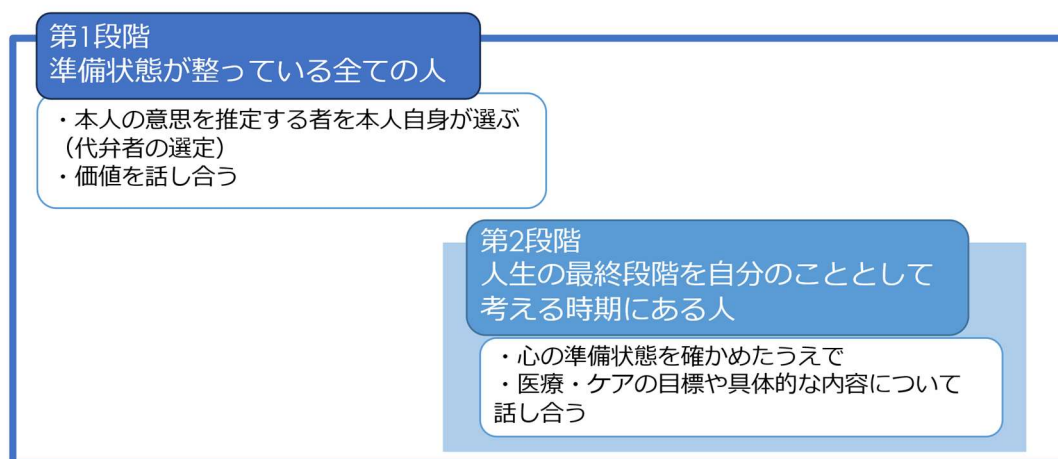
1 人生会議手帳 2 を活用するにあたって

1) 人生会議手帳1・人生会議手帳2作成の背景

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(人生会議手帳1:P3)。

どのような状況においても、本人の意向を尊重するために、ACP の実際の進め方として、2 段階での取り組みが推奨されています。(図 1)

図 1 : ACPの実際の進め方



令和4年度厚生労働省委託事業 本人の意向を尊重した意思決定のための相談員研修会 指導者研修会資料より一部改変して作成

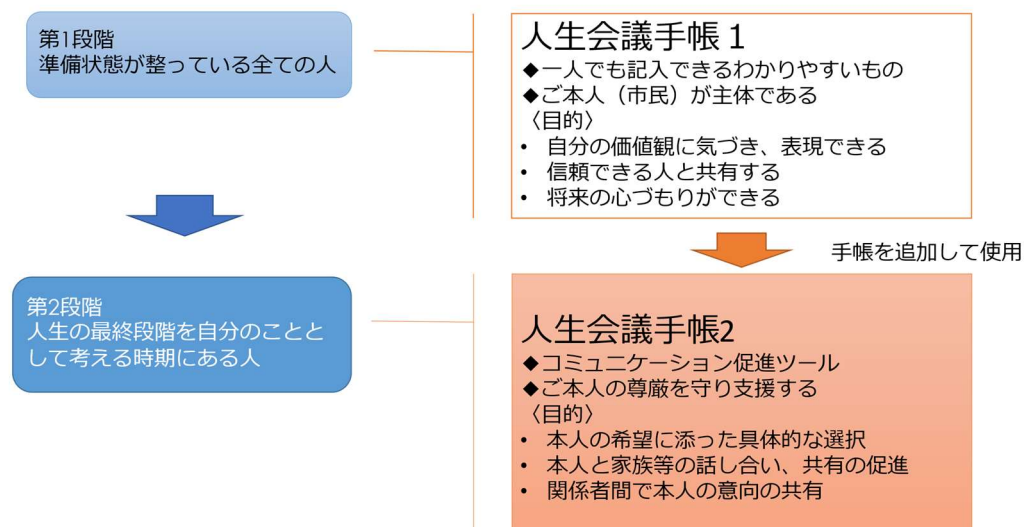
浜松市では、それぞれの段階にあわせて使用する、「人生会議手帳 1」および「人生会議手帳 2」を作成しました。

2)人生会議手帳1・人生会議手帳2のコンセプトと目的（図2）

人生会議手帳 1 は、第 1 段階での活用を基本とし、考えておきたい、記載したいと思った誰もが、自主的に活用できるように作成しています。

一方、人生会議手帳 2 は、人生の最終段階を自分ごととして、具体的に考える時期にある人の思いを、家族等と医療ケアチームが共有するためのものです。本人にかかわる医療・ケアチームが思いを聞き取り、手帳に記載していきます。

図 2：人生会議手帳1・2のコンセプト・目的



3)本人の尊厳をまもるディグニティセラピーの考えを込めた人生会議手帳 2

【ディグニティセラピー】

終末期の患者のスピリチュアルケアの一つとして患者の尊厳(dignity)を維持することを目的とする精神療法的アプローチ。

参考：一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会：ディグニティセラピーとは



人生の最終段階において、人は様々な形で、自身の“尊厳”を失っていきます。今まで、できていたことができなくなったり、自分が果たしてきた役割を失ったり、家族や他の人に迷惑をかけるつらさを感じたり、本当は自分でやりたいことを制限され、自尊心が崩れていきます。「私が私でなくなっていく…」、「私には、まだ生きている価値があるのだろうか？」等の思いにとらわれて、存在価値を見失うこともあるでしょう。

第2段階では、このような苦しみを抱えた人の尊厳を取り戻すことを意識し、ディグニティセラピーの考えを込めた人生会議手帳2を作成しました。

本人は、人生会議手帳2を活用した医療・ケアチームとの対話を通じて、今までの人生を振り返り、自分にとって最も大切なことを明らかにする機会を得ます。本人の言葉を、医療・ケアチームが聞き取り、人生の締めくくりに大切にしたい思いを手帳に記載し、家族等に共有します。他者が本人をどのように扱うか（接するか）によって、尊厳を守ることにも、尊厳を奪うことにもつながります。人生会議手帳2の活用を通して、本人は、「自分の思いを聞いてもらえた」、「大切にしてもらえた」と存在価値を取り戻す体験となり、本人の尊厳を守るケアとなるでしょう。

2. 運用のポイント

1) 人生会議手帳1・人生会議手帳2の活用の流れ（図3）

① 人生会議手帳2の開始のタイミング

「医師または看護師等が、人生の最終段階における医療・ケアに関する話し合いを開始した方がよいと判断したとき」に開始するとよいでしょう。なお、ACPが必要な人を見落とさないための方法として、サプライズクエッションを紹介します。

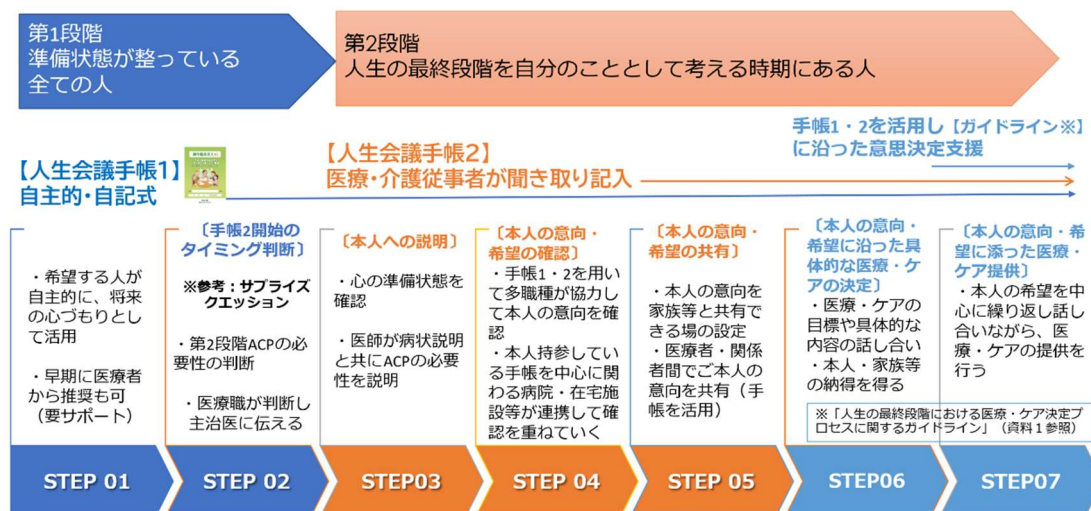
【サプライズクエッション】

「この患者が1年以内に亡くなったら驚きますか」と自問自答し、もし「驚かない」のなら話し合いを始めた方がよいと判断する。

＊ 予後1年以内ではないかもしれないが、脆弱で、変化が起こる可能性がある人が含まれる。

参考資料：令和4年度厚生労働省委託事業 本人の意向を尊重した意思決定のための相談員研修会指導者研修会資料
より作成

図3：人生会議手帳1・2を使用したACPの流れ：運用フロー図



②人生会議手帳1の活用方法

すでに、本人が人生会議手帳1を記載している場合があります。人生会議手帳2を開始する際には、本人に確認をしましょう。

人生会議手帳1を持っている場合には、人生会議手帳2と一緒にファイルして使用しましょう。

◆人生会議手帳1の記載がある場合

人生会議手帳1の記載内容を確認しつつ、人生会議手帳2の質問項目を問いかけ、現在の思いに変化がないかどうかの確認をしましょう。人生会議手帳1と内容が一緒の場合には、「人生会議手帳1 PO参照」の記載でも構いません。

◆人生会議手帳1の記載がない場合

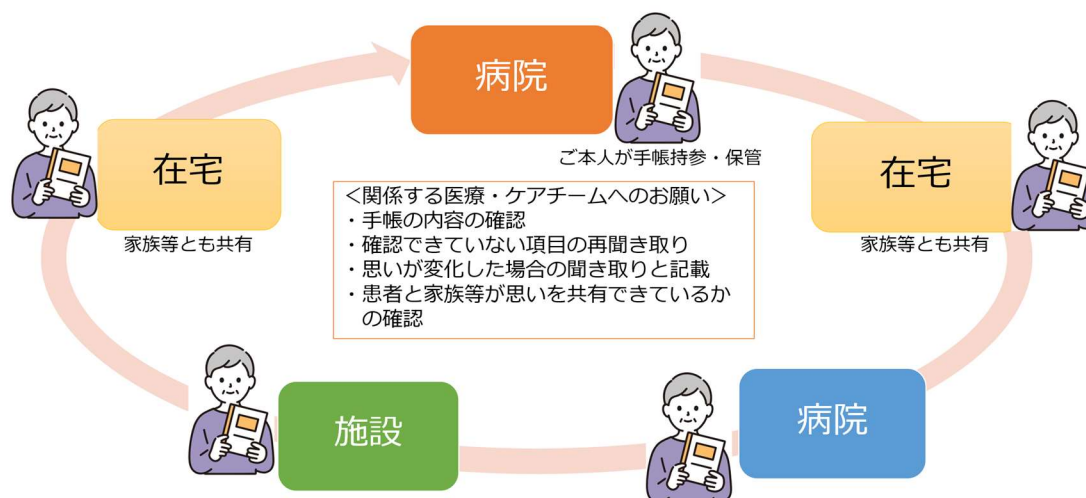
人生会議手帳2の内容を進め、人生会議手帳1は、説明する際の資料としての活用だけで構いません。

③人生会議手帳2の活用方法（図4）

- ・人生会議手帳2は本人が保管し必要時、持参します。
- ・本人を支援する医療・ケアチームは、手帳の内容を確認しながら、本人の思いを共有します。共有した方は、P14へのサインをお願いします。
- ・質問項目は、順番通りでなくても構いません。

- ・確認できていない項目で、本人の想いを伺う機会があれば、再度聞き取りとその内容の記載をお願いします。想いが変化した場合も同様です。
- ・本人の想いが、家族等と共有できているかを確認し、共有していない場合には、共有する機会を持てるように支援しましょう。家族等が手帳の内容を確認した場合には、P14 にサインするように勧めましょう。

図4：ご本人の想いを共有するための手帳運用イメージ図



3. ACP を開始する際の配慮

【基本姿勢】 “最善を期待し、最悪に備える”という姿勢が重要です。

- ・ともに希望を持ち、ともに心配すること
- ・本人の心の準備状態に配慮すること(後述参照)

- ・礼儀正しく、丁寧な説明を心がけましょう。
- ・本人や家族等の防衛機制に応じて、侵襲的でない(本人の希望を奪わない)コミュニケーションを心がけましょう。「もしも」「万が一」という前書きで始めるとよいでしょう。
- ・相手の感情に留意して、感情に気づいたら、感情への対応を優先しましょう。
- ・本人の希望や大切にしていることを尋ね、探索し、共感し、理解しましょう

- ・そのうえで、今後の病状の変化に備えて、もしもの時についての話を切り出すとよいでしょう。

4. 特記事項

- ・人生会議手帳1・人生会議手帳2は、法的な効力はないことを本人や家族等に説明しましょう。
- ・なお、この人生会議手帳 2 は、本人に関わる専門職の皆さんが、そのまま「セリフ」として質問できるように記載しています。それぞれの経験に合わせて、表現方法は変えても構いません。ガイドラインにて質問の意図を理解し、本人や家族とのコミュニケーションに役立ててください。