

# ACP

アドバンス・ケア・プランニング

広島市版

## 専門職向け標準教材

～支援者の心得～

SAMPLE

広島市連合地区地域保健対策協議会

広島市在宅医療・介護連携推進委員会

「専門職及び市民に対するACPの普及・啓発の検討」専門委員会

(令和2年3月作成)

# 目次

1	ACPIはどんな言葉で切り出したら良いでしょうか? .....	1
1-1	ケアマネジャーの一例 .....	1
1-2	病院での主治医・看護師・相談員からの一例 .....	2
1-3	病状が進行している説明が行われたあとでの主治医からの一例 .....	3
1-4	訪問看護師の一例 .....	4
2	本人と家族等で意見が異なり、まとまらない場合はどうしたら良いのですか? .....	5
3	ACPIは誰が勧めるべきですか? .....	6
4	病状を尋ねられたらどうしたらいいのでしょうか? .....	7
5	認知症などで、本人の意思が明確に確認できない場合は、 どのように進めたらよいのですか? .....	8
6	本人・家族等が乗り気でない場合や嫌がった場合は、 どのような対応をしたら良いですか? .....	9
7	ACPIはいつから始めたら良いですか? .....	10
8	思いの変化に対応するため、ACPの再確認は どのようなタイミングで行ったら良いですか? .....	11
9	ACPIに関して介護・福祉職に求められる役割は何でしょうか? .....	12
10	「私の心づもり」を記入した場合、保管方法や多職種との共有は どのようにしたらよいのですか? .....	13
11	家族や友人等、代理人がいない方や家族の協力が得られない方は、 もしもの時に備えてどのような話し合いを進めたら良いのですか? .....	14
12	ACPを進めるにあたり介護・福祉職から医師・医療職への連携は どのように取れば良いのですか? .....	15
13	地域包括支援センターや居宅介護支援事業所は、ACPの周知、 啓発について、どのような役割を果たせば良いのですか? .....	16
14	ACPで作成した「私の心づもり」などに法的拘束力はあるのですか? .....	17

質問 1 - 1

ACPはどんな言葉で切り出したら良いでしょうか？  
（ケアマネジャーの一例）

回答 1 - 1

- 「今回のケアプランをやってみてうまくいっていますか？」  
「何かお困りのことや気がかりはありませんか？」
- 「それはよかったです。これからも歳を重ねていかれると残念ながら徐々に衰えが進んでいかれるかと思えます。今後もお困りのことがあったらお手伝いしていきますのでご安心ください。」
- 「それにあたって今の時点で何か不安なことはありませんか？多くの方がいざ身の回りのことが難しくなったときに戸惑われることが多いので、今後のご自分の意向をご家族や私たちと共有しておくとうまくいける方がおられます。」
- 「こういう冊子があるのですが一度読んでみられませんか？」

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

「死期が迫ったとき」とは表現せず「身の回りのことが難しくなったとき」という表現の方が先方の抵抗感が少なくなります。

質問 1 - 2

ACPはどんな言葉で切り出したら良いでしょうか？  
（病院での主治医・看護師・相談員からの一例）

回答 1 - 2

- 「今回の入院で体調が改善してよかったですね。これから退院にむけて準備していきますが、何かお困りのことや気がかりはありませんか？」
- 「それはよかったです。これからも歳を重ねていかれると残念ながら徐々に衰えが進んでいかれるかと思えます。今後もお困りのことがあったらお手伝いしていきますのでご安心ください。」
- 「それにあたって今の時点で何か不安なことはありませんか？多くの方が、いざ衰弱にて身の回りのことが難しくなったときに戸惑われることが多いので、今後のご自分の意向をご家族や私たちと共有しておくことと安心という方がおられます。」
- 「こういう冊子があるのですが一度読んでみられませんか？」

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

「病状が進んでいくと」、「死期が迫ったとき」とは表現せず、「歳を重ねていかれると」、「身の回りのことが難しくなったとき」という表現の方が先方の抵抗感が少なくなります。

質問 1 - 3

ACPはどんな言葉で切り出したら良いでしょうか？  
（病状が進行している説明が行われたあとでの主治医からの一例）

回答 1 - 3

- 「先日の説明では残念な思いをされたのではないですか？」
- 「改めて気になることや訊いておきたいことはないですか？」
- 「私たちはこれからもお手伝いしていきますのでご安心ください。ただ、今後歳も重ねていかれますし、病状が進んでいくと残念ながら徐々に衰えが進んでいかれるかと思えます。」
- 「それにあたって今の時点で何か不安なことはありませんか？多くの方がいざ身の回りのことが難しくなったときに戸惑われることが多いので、今後のご自分の意向をご家族や私たちと共有しておくとう安心という方がおられます。」
- 「こういう冊子があるのですが一度読んでみられませんか？」

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

「死期が迫ったとき」とは表現せず「身の回りのことが難しくなったとき」という表現の方が先方の抵抗感が少なくなります。

病状進行を踏まえた上でACPを勧めるきっかけは主治医が望ましいと思われませんが、以後の話し合いは職種を選びません。

質問 1 - 4

ACPはどんな言葉で切り出したら良いでしょうか？  
（訪問看護師の一例）

回答 1 - 4

- 「訪問看護が始まって1か月がたちましたが、何かお困りのことや気がかりはありませんか？」
- 「それはよかったです。これからも歳を重ねていかれると残念ながら徐々に衰えが進んでいかれるかと思えます。今後もお困りのことがあったらお手伝いしていきますのでご安心ください。」
- 「それにあたって今の時点で何か不安なことはありませんか？多くの方がいざ身の回りのことが難しくなったときに戸惑われることが多いので、今後のご自分の意向をご家族や私たちと共有しておくとうちの方がおられます。」
- 「こういう冊子があるのですが一度読んでみられませんか？」

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

「死期が迫ったとき」とは表現せず「身の回りのことが難しくなったとき」という表現の方が先方の抵抗感が少なくなります。

質問 2

本人と家族等で意見が異なり、まとまらない場合はどうしたら良いのですか？

回答 2

- 意見がまとまりにくい時は、そのまま記録に残し、時期をみて繰り返し話し合いを重ねていきましょう。必要に応じて本人・家族等・多職種参加のケアカンファレンスを行い、意見がまとまるように支援しましょう。
- 本人の意向を尊重するにあたり、家族等の協力が必要な場合（例えば要介護状態の本人は在宅療養を希望しているが、主介護者の家族等は負担に感じている場合）にはお互いの落としどころを見出すような提案をしていきましょう。
- その上でもまとまらない場合は、これがこの家族等のパワーバランスだと理解して、妥協している立場の人の心のケアをしていきましょう。



質問3

ACPIは誰が勧めるべきですか？

回答3

二つに分けて考えましょう。

- ・ 健康的要素に切迫感がない方→介護・福祉職
- ・ 健康的要素に切迫感があるか潜在している方→医療職

信頼関係が構築されているか？

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

まず第一に信頼関係ができているかどうか重要ですが、基本的にはどなたが勧めても良いと思います。ただ、状況、病状によって二つに分けて考えるとわかりやすいでしょう。

一つは、現状では健康的要素に切迫感がない一般の方には、介護・福祉職（ケアマネジャーなど）が将来的な意向と一緒に考える機会として、または、老人会や市民公開講座などの機会にACPを勧めるのが良いでしょう。

もう一つは、健康的要素に切迫感を持っておられる方、あるいは、切迫感が潜在している方、例えば一年以内に亡くなっても驚かないような健康状態の方には、まず主治医から病状について説明した後、ACPを勧めます。きっかけは主治医が望ましいと思われませんが、以後の話し合いは職種を選びません。



質問 4

病状を尋ねられたらどうしたらいいのでしょうか？

回答 4

- 病状についてはご本人の状態を把握している医療者が答えるのが良いでしょう。医療者をつなげる働きが必要になります。不確かな情報が伝わらないように注意しましょう。
- 病状について尋ねられたら、「ご自分では病状についてどのように思っていますか？」と訊いてみましょう。「病状について気になることがあるのですよね」と病状を尋ねてくる心情（不安）・理由を訊いてみましょう。その上で主治医に病状を聞きたいかを尋ねてみましょう。
- 希望があればその旨を主治医に伝えましょう。その際には本人が感じている不安や病状を尋ねてきた理由も併せて伝えましょう。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

病状についてはご本人の状態を把握している医療者が直接答えるのが良いでしょう。

ご本人が医療者の意見を聞き、病状や今後の方針について直接医療者と話し合える時間をつくってもらえるように本人に働きかけたり、直接医療者と面談の時間をセッティングすることが必要になるかもしれません。

医療情報を得ることや医療的な選択を決めることばかりに気を取られることなく、ご本人の病状、現状を踏まえた上で、決定する過程を支えていけるような信頼関係を築いていくことが重要です。

ACPを理解し、気軽に答えてもらえる医療従事者を増やしていく取り組みも必要になってきます。

不確かな情報が伝わらないように注意しましょう。

質問5

認知症などで、本人の意思が明確に確認できない場合は、どのように進めたらよいのですか？

回答5

- 認知症の人であっても本人の意思を尊重して、有する認知能力に応じて説明し、身振り、手振り、表情の変化などを意思表示として、読み取る努力を最大限行うことが求められています。
- 認知症の人の意思決定支援に関する指針「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援のガイドライン」を参考にしましょう。
- その上で支援方法に困難、疑問を感じた場合は、意思決定支援チーム（本人、家族等、医療・介護関係者、成年後見人など）で、本人ならばどのように希望するかを推察しながら話し合います。

〈広島市連合地区地域保健対策協議会〉

認知症などで、本人の意思が明確に確認できない場合は、ACPを勧めるには難渋します。認知症の人であっても本人の意思を尊重して、有する認知能力に応じて説明し、身振り、手振り、表情の変化などを意思表示として、読み取る努力を最大限行うことが求められています。具体的な手順は、厚生労働省が平成30年6月に策定した「認知症の人の意思決定支援に関する指針「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援のガイドライン」を参考にしましょう。

本人意思の尊重、プロセスが妥当かの確認を行います。なお、支援方法に困難、疑問を感じた場合は、意思決定支援チーム（本人、家族等、医療・介護関係者、成年後見人など）による会議（話し合い）を行いましょう。

質問 6

本人・家族等が乗り気でない場合や嫌がった場合はどのような対応をしたら良いですか？

回答 6

- 乗り気でない、嫌がるのも現段階での意思表示の一つと理解しましょう。無理強いは禁物です。ACPというものを「まずは知ってもらうだけで十分」という心構えで臨みましょう。
- また、「私の心づもり」のような文書として残すことに抵抗感を示す方もおられます。ACPの最終目標は、文書作成ではなく、本人の意向を家族等、医療職、介護・福祉職等で共有することです。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

本人・家族が乗り気でない場合や嫌がった場合に遭遇することもあります。ACPを投げかける段階で「まずは知ってもらうだけで十分」という心構えで臨みましょう。無理強い禁物です。強い抵抗感を示された場合にはACPの話は速やかに中止して「不愉快な思いをさせてしまったようでごめんなさい」と謝りましょう。病状や生活環境、周囲との関係性の中で、ACPに対する思いが変化する場合もあります。

また、「私の心づもり」のような文書として残すことに抵抗感を示す方もおられますが、ACPの最終目標は、文書作成ではなく、本人の意向を家族、医療職、介護・福祉職等で共有することであり、自己署名にこだわる必要はありません。

質問 7

ACPはいつから始めたら良いですか？

回答 7

- ① 現状では切実感が乏しい一般の方
  - ・ まずは、ACPについて知っていただく。
  - ・ 大切なことや大切な人（代理意思決定者）などを考える。
- ② 人生の最終段階を考える時期の方
  - ⇒ 1年以内に亡くなっても不思議でない？
  - ・ 治療・ケアの目標や具体的な内容について話し合う。
    - 病状悪化時、不安が語られた時、要介護認定申請時など
    - 本人や家族等と信頼関係ができてからACPを行う。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

ACPを行う際、現状では切実感が乏しい一般の方と人生の最終段階を考える時期の方で分けて考えましょう。

一般の方の場合、まずは、ACPを紹介し知っていただくことが大切です。生活していく上で大切にしたいことや代わりに意思決定をしてくれるような大切な人を選ぶことなどについて考えてもらいましょう。（※1）

一方、人生の最終段階を考える時期は、治療・ケアの目標や具体的な内容について話し合います。人生の最終段階を考える時期は、「この人が1年以内に亡くなったら驚くか？」と医療介護従事者が自問自答し驚かないのであればACPを始めた方が良いと判断します。（※2）

ACPを行うタイミングは、病状やADLに大きな変化があった時、本人から病気や生活に関する不安が語られた時、要介護認定を申請した時などが良いです。（※3）

また差し迫っていなければ、本人や家族等と信頼関係ができてからACPを行うのが望ましいです。（※4）

※1 一般の方は将来的な「治療・ケアの目標や具体的な内容」については予測しにくく話し合いの結果が変化しやすいという要素がありますが、「本人の価値観（大切にしたいこと）」や「代理意思決定者の選定」については、変化が少なく、本人への負担も少ないと思われるので、切実感が乏しい一般の方にも勧められます。

※2 この質問は、サプライズクエスチョンと呼ばれています。「1年以内」となっていますが、だいたいの期間で構いません。

※3 認知症が進行する前に本人の思いを把握しておくとの良いので、少なくとも、MCI（軽度認知障害）など軽度の認知機能低下を認めた時には、一度、ACPを行っておくと良いと思います。

※4 ACPを行うタイミングとして、精神的に動揺している時は避けた方が良いと思います。

質問 8

思いの変化に対応するため、ACPの再確認はどのようなタイミングで行ったら良いですか？

回答 8

- 時間の経過と共に、思いは変化しうることを理解する。
- 思いに変化があった時は相談していただくように話しておく。
- 思いを再確認する上で、決まった間隔はない。
- タイミング
  - 病状の悪化やADLに大きな変化があった時
  - 要介護認定の更新や変更
  - 生活状況の変化（一人暮らしとなった時など）
  - 治療の内容や方針が変わった時 など

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

時間の経過と共に思いは変化しうるものであることを理解することが大切です。思いに変化があった時はいつでも相談していただくように話しておきましょう。

ご本人の思いを再確認する上で、決まった間隔はありません。

再確認のタイミングとしては、病状の悪化やADLに大きな変化があった時、要介護認定の更新や変更を行った時、一人暮らしとなった時など生活状況の変化があった時、治療の内容や方針が変わった時などがあり、このような場合にはACPを再確認してみましよう。

質問9

ACPに関して介護・福祉職に求められる役割は何でしょうか？

回答9

- ACPはどんな医療・ケアを受けたいかを考えていただくものですが、その背景には、人生観、ライフスタイル、人間関係など、様々なことが影響します。その方の生活を支援する介護・福祉職が、本人・家族等の意向を積極的に引き出し、その内容を多職種（特に医療職とも）で共有できるように図っていただきたいと思います。
- 地域での啓蒙活動については、老人会や市民公開講座などでACPをテーマとした企画を立案していきましょう。

〈広島市連合地区地域保健対策協議会〉

ACPについて、介護・福祉職が関わってもいいのだろうかと考える方もおられるかもしれません。医療との連携は大変重要であると思いますが、介護・福祉職の立場では、本人・ご家族の背景や日常生活の情報を持っておられるのではないのでしょうか。

たとえば、介護・福祉職は医療場面以外の老人会のサロンやデイサービス利用時のモニタリングなどで本人・家族の生活場面に多く遭遇します。

また、利用者・家族から聞き出した情報から、医療に関する情報は医師・看護師に伝え、日頃から情報共有に努めましょう。本人・家族の意向などの医療職への橋渡しをサポートしていきましょう。



質問 10

「私の心づもり」を記入した場合、保管方法や多職種との共有はどのようにしたらよいですか？

回答 10

- 話し合いをして、「私の心づもり」を記入した場合、本人の希望や思いを家族等と関係多職種で共有することが大切です。本人の同意を得たうえでその方に関わっている関係多職種にACPの控えを渡しておくことよいでしょう。
- 保管場所は、本人・関係者でわかりやすい場所を話し合っておくようにしましょう。
- 救急車を呼ぶような緊急時も想定し、救急隊が発見しやすく、ACPの情報が医療機関につながると有用です。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

私の心づもりを関係機関で話し合った情報は、記載内容に個人情報に記載されていることもあります。本人の了解を得たうえで、記載した情報を関係機関が持ち、情報共有することで支援方針の統一を図りましょう。私の心づもりの保管場所は関係機関が共通認識できるわかりやすい場所に保管しましょう。

また、一人暮らしの高齢者、病状が変動しやすい疾患を抱え在宅療養中の方は医療機関に救急搬送される場合もあります。救急搬送時、救急隊に医療機関に情報提供するか否かも関係機関で話し合い、救急搬送時、伝えて欲しい情報は救急隊にもわかる場所に保管しておくことよいでしょう。



質問 1 1

家族や友人等、代理人がいない方や家族の協力が得られない方は、もしもの時に備えてどのような話し合いを進めたら良いですか？

回答 1 1

- 本人の意思の確認ができる間に、本人と医療職や介護・福祉職とで合意形成に向けて十分な話し合いをして、本人の意思決定を重ねていき、それを多職種チームで共有しておきます。
- 将来的に本人の意思確認ができなくなった場合には、それまでに確認した本人の意思に沿って、多職種チームが医療・ケアの妥当性・適切性を判断し、本人にとっての最善の医療・ケアを実施します。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

家族や友人等の代理意思決定者となる方がいない場合は、本人の意思に基づき進めます。本人の意思が確認できる間に、医療、介護・福祉の専門職が本人との話し合いを重ねて意思を確認し、多職種チームで共有しておきます。将来的に本人の意思確認ができなくなった場合には、それまでに確認した本人の意思に沿って、多職種チームが医療・ケアの妥当性・適切性を判断し、本人にとっての最善の医療・ケアを実施します。

なお、家族等がいる場合で協力が得られず判断を多職種チームに委ねた場合でも、家族等に本人の意思や話し合いの内容をしっかりと説明し、決定内容を理解してもらうことが必要です。

質問 1 2

ACPを進めるにあたり介護・福祉職から医師・医療職への連携はどのように取れば良いですか？

回答 1 2

- ACPの連携は普段からの医療・介護の連携の上に成り立ちます。医師・医療職との連携方法（面談、電話、FAX、メール等）は、個別に異なりますので、確認しておきましょう。
- 普段からの連携を密にし、具体的な連携（いつ、誰が、どのように、どこまで）に関しては、個々や地域の単位で確認をしていきましょう。
- また、本人がACPに取り組み「私の心づもり」を記入した場合は、主治医へ内容を伝えることが必要です。本人に受診時に渡してもらうか、本人の同意を取って関係者から主治医へ渡しましょう。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

ACPの連携は普段からの医療・介護の連携の上に成り立ちます。普段からの連携を密にしていく中で、具体的な連携に関して、いつ、誰が、どのように、どこまで取るかについて、また、具体的な連携方法、電話やFAX、受診・訪問診療時の同席、カンファレンスの開催・参加等の手段についても、個々や地域の単位で確認をしていくことが大切です。

また、本人がACPの取り組みを始めて「私の心づもり」を記入した場合は、主治医に内容を伝えて話し合いを始めることが必要です。本人が病院受診をする時に「私の心づもり」を持っていき直接渡してもらうように促しを行うか、本人から主治医へ渡すことが難しい場合は本人の同意を取り、関係者から主治医へ渡して伝えましょう。ACPは本人の意思を家族、多職種チームで共有し支援していくことが大切です。

質問 13

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所は、ACPの周知、啓発について、どのような役割を果たせば良いのですか？

回答 13

- 地域包括支援センターは、介護予防教室や高齢者のサロン、老人会などの場を利用して、ACPを紹介していきましょう。
- 居宅介護支援事業所は、利用者とその家族等に機会を見つけて勧めていきましょう。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

“ACP”だけでは周知が不十分なことから、国民になじみやすい名称「人生会議」と名付けて、ACPを広く認知されるようにしています。

地域包括支援センターは、地域包括ケアシステムの在宅医療と介護連携を推進する観点から、ACPを市民に広く啓発し「地域づくり」に向けたアプローチが求められています。

具体的には、命の危機が迫ったときというより、健康な人やフレイルの状態ですぐ予防的な段階の人が多いためです。

残りの人生を豊かにしていくために、今からできることとして、介護予防教室や高齢者のサロン、老人会などの場を利用して、「豊かな人生を送ってもらうため人生会議を始めましょう」と働きかけてみてください。

居宅介護支援事業所の介護支援専門員の方は、ご担当の利用者、家族の方が、より安心して医療・介護が選択できる介護ケアマネジメントや、人生の最終段階にある利用者の意思決定支援を行うと同時に、かかりつけ医との連携に取り組んでほしいと思います。

質問 14

ACPで作成した「私の心づもり」などに法的拘束力はあるのですか？

回答 14

- 法的拘束力はありません。  
本人の気持ちを主体として、関係者で話し合い、その時の本人の意思を書き記したものがACPの「私の心づもり」などです。
- 判断能力が低下したり、意思が表明できなくなった時などに、本人が望む医療や介護についての判断の参考にされるべきものですが、それに従わないと罪に問われるというものではありません。

《広島市連合地区地域保健対策協議会》

ACPで作成した「私の心づもり」などに法的拘束力はありません。

ACPの「私の心づもり」などは、ご本人の気持ちを主体として、関係者で話し合い、その時のご本人の意思を書き記したものです。

ご本人の気持ちは、状況や環境によって変化していくものなので、生活の節目や状況の変化によって繰り返し話し合うことが大事で、その都度、その時の意思も日付とともに書き換えていくことをお勧めします。

「私の心づもり」には、法的拘束力はありませんが、判断能力が低下したり、意思が表明できなくなった時など、ご本人が望む医療や介護について、決断をするときの判断の参考になると考えられます。ご本人の意思を本人、家族や信頼される方と医療関係者、介護関係者とあらかじめ話し合っておくことをお勧めします。

**SAMPLE**