

医療・療養生活の選択

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

専門看護師

高倉絵梨香(急性重症看護)
菅谷千賀子(慢性疾患看護)
山口久美(精神看護)
森美由紀(緩和ケア)

認定看護師

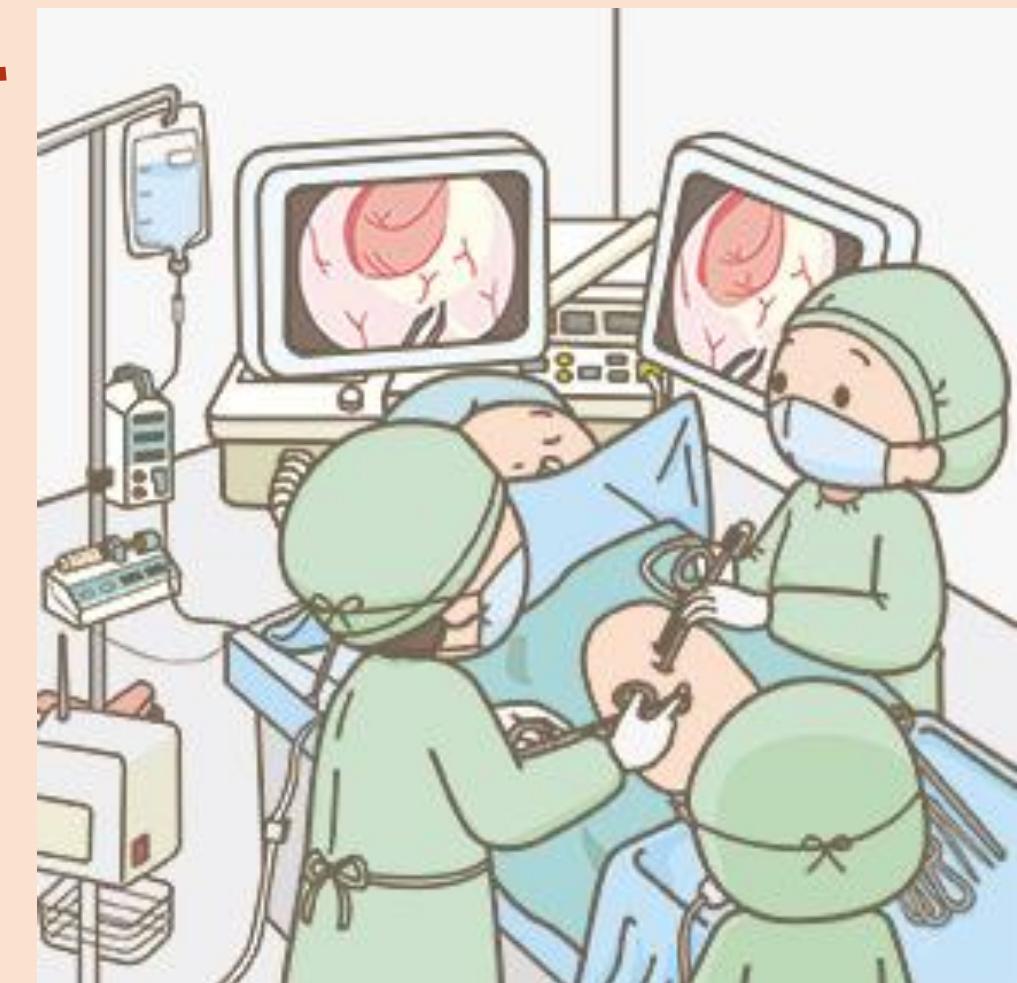
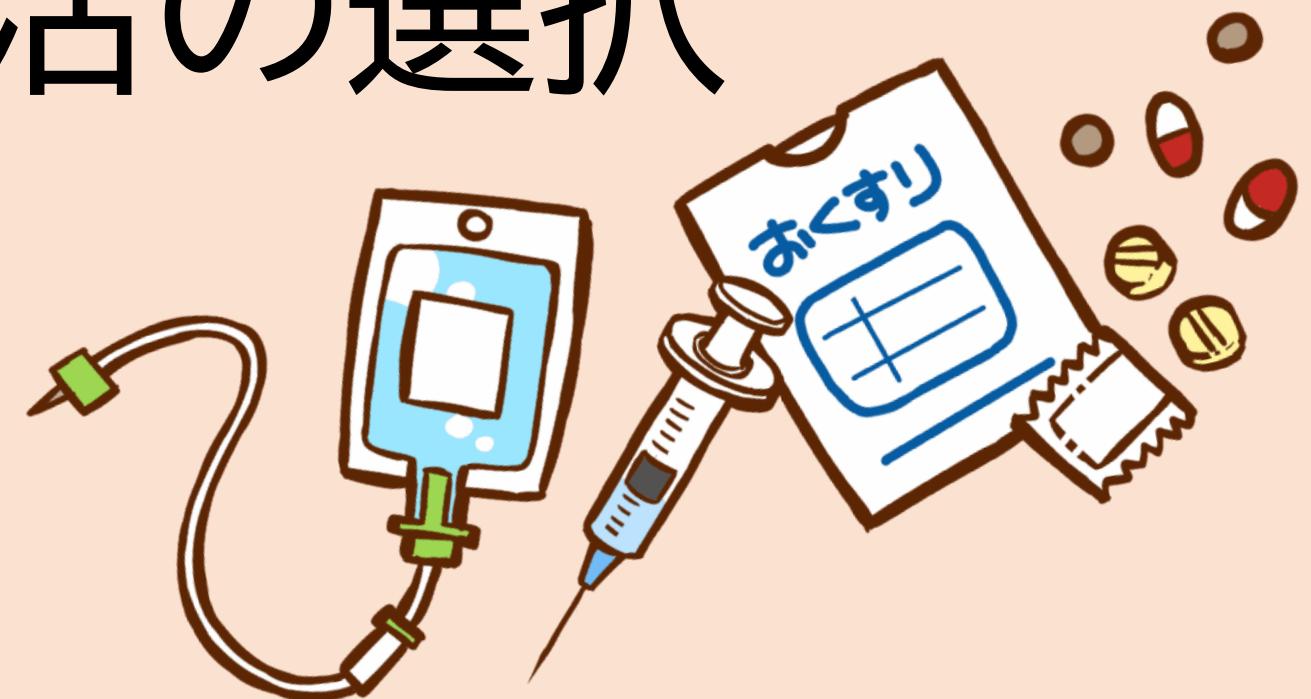
上野麻衣(小児看護)
奥出有香子(がん看護)

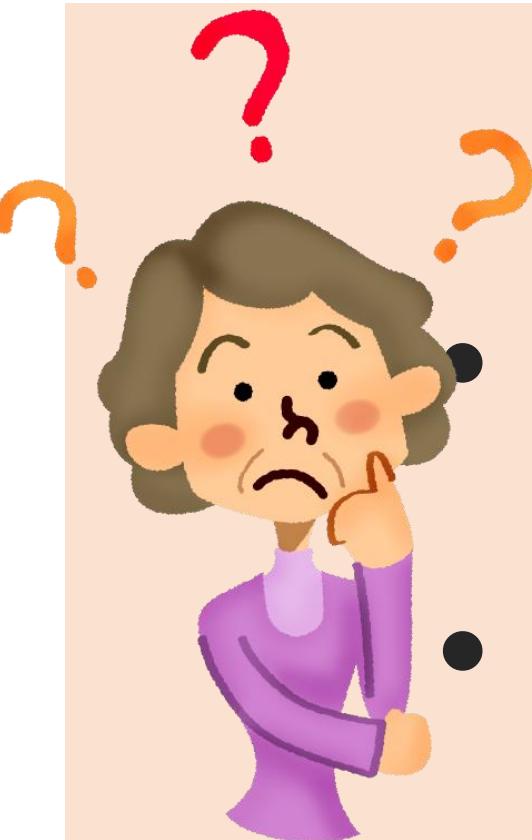
医療・療養生活の選択

みなさんは

自分が受けたい
医療・療養生活について

考えたことがありますか？





手術後の生活は、どうなるのかな？

- ・ どこに相談したら、良いのだろう？
- ・ 先生に言わされたことでモヤモヤ…
- ・ 先生に質問しても良いのかな？
- ・ 急に何かあったとき、どんな治療がされるんだろう？

と、感じる人は、たくさんいます



医療・療養生活の選択

- ◆ みんなが受ける医療・療養生活は、
ご自身で選択できます
- ◆ 選択にあたって、病院の特徴や在宅支
援などを踏まえて考えることも大切
です
- ◆ 自分の気持ち・考えと向き合って、家族や医療
者と一緒に自分らしい生活を選ぶプロセスを
ACP(I-シ-ピー: Advance Care Planning)
といいます

エーシーピー ACP(Advance Care Planning)

人生会議

患者・家族・医療従事者が
今後の医療・療養生活について
「あらかじめ」話し合うこと

厚生労働省も応援するなど、
国をあげて推進している
取り組みです

厚生労働省、「人生会議」してみませんか、
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html,
2025/10/25閲覧

人生の終わりまで、あなたは、どのように、過ごしたいですか？

もしものときのために
「人生会議」

～自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～

11月30日（いい看取り・看取られ）は人生会議の日

話し合いの進めかた（例）

The diagram illustrates a four-step process for a life meeting conversation:

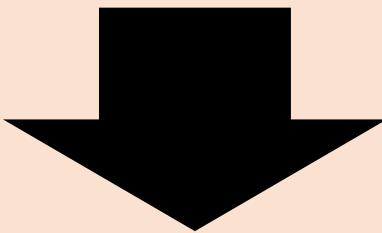
- あなたが大切にしていることは何ですか？ (What is important to you?)
- あなたが信頼できる人は誰ですか？ (Who do you trust?)
- 信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？ (Did you talk to your trusted person or medical care team?)
- 話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？ (Did you share the results of the discussion with your loved ones?)

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、何度も繰り返し考え、話し合いましょう。

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html

日本でのACP推進の背景

- ◆ 少子高齢化で医療や介護の需要が増加
- ◆ 治療の多様化



- ◆ これまで以上に患者の意向を考慮した治療の必要性
- ◆ 住み慣れた地域で、自分らしい生活を選択しやすいよう「地域包括ケアシステム」を整備
 - ※ 医療が必要な状況や意思決定が困難な状態で、本人らしい選択を尊重するためのシステム



こんな場合もあります



脳梗塞で緊急入院したAさん。
点滴・手術・リハビリが必要となりましたが、
会話が難しく、Aさんの考えを確認するこ
とができませんでした

家族は、Aさんの代わりに
療養生活の選択を求められましたが、
「私たちは決められない」と困っていました

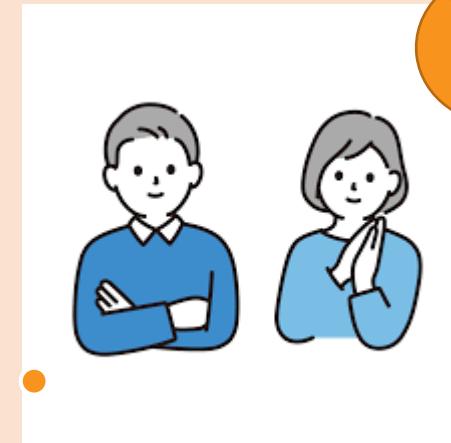
Aさんとご家族の選択

Aさん 意識不明な状態



一緒に暮らす
ことができる
か不安

家族



このまま
入院させ
てほしい

急性期病院は、病状の安定した方の入院は継続できない



家族による代理意思決定が必要



意思表示がむずかしい本人の代わりに
家族が選択・決定を行うこと

担当医・担当看護師・MSW(メディカルソーシャルワーカー)に相談



治療後にリハビリを継続できる療養型の病院へ転院し、
身体の機能回復に努めることに決定

こんな場合もあります



小学5年生のB君。走るのが得意で、運動会を楽しみしていました。ところが、学校帰りに交通事故にあい、両足の骨折で緊急入院しました

担当医は両親の希望から、リハビリが可能な病院への転院を進めようとしています

両親と医師の会話を聞いたB君
「しばらく学校に行けないの？」
と心配になっています

B君とご家族の選択

B君



自分たちだけで
介護できるかな...

家に帰りたい
学校に行きたい...

家族は介護に不安を感じ、
入院を継続してリハビリを希望している

担当医・担当看護師・退院支援看護師・学校関係者で
B君の気持ちを聞いて、意思を確認

B君は訪問看護の支援で、自宅で過ごしている
授業はオンラインで受け、車いすで運動会を見学！
リハビリは外来通院で継続している

こんな場合もあります

前立腺がんの抗がん剤治療で
通院中のCさん。痛みが強くなり入院しました
担当医から、がんによる痛みで、今後は痛みを
やわらげる治療が必要だと言われました
また、抗がん剤治療の効果は得られておらず、
これ以上は継続できないとも言われました



もう抗がん剤ができない…

「これからどうなる？」

「今まで治療にお金を使ってきた
ので経済的に厳しい？！」と
心配になっています

Cさんとご家族の選択

Cさん

抗がん剤治療
ができない...
これからどうな
るんだろう

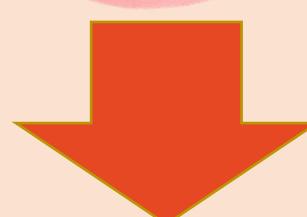


今まで治療に
お金を使って
きたので、お
金がない...

抗がん剤治療が、継続できない



緩和医療を選択



痛みや息苦しさなど
身体の苦痛をやわらげる治療

担当医・担当看護師・退院支援看護師・訪問診療医・訪問看護師
と相談、MSW（メディカルソーシャルワーカー）へ金銭面の不安を相談



痛みを緩和しながら、自宅で家族とゆっくり過ごすことに決定

入退院支援室・医療福祉相談室の紹介

- ◆当院では
退院支援看護師・MSW(メデイカルソーシャルワーカー)
が医療的・社会的な制度や社会資源などに
関する情報提供や相談に取り組んでいます
- ◆経済的な問題はMSWに相談ください
- ◆ご希望は、スタッフにお伝えください

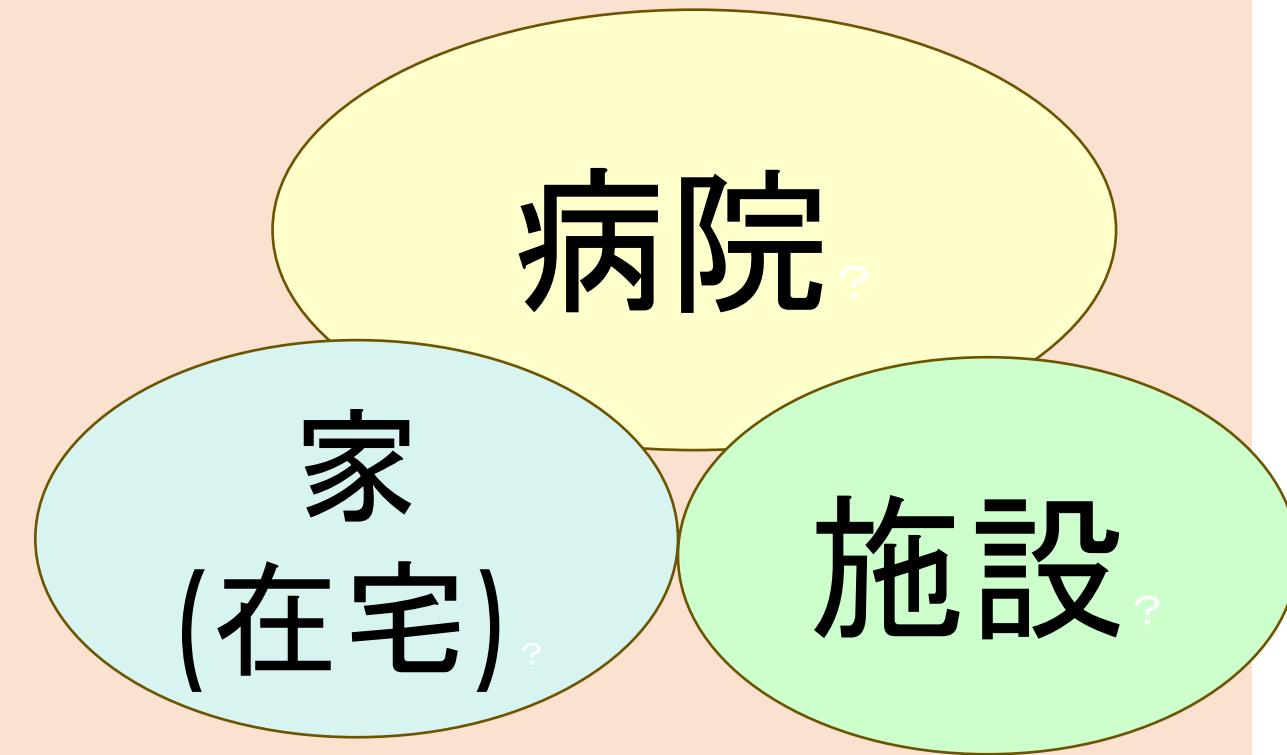
対話を通して、選択していきましょう

いざという時のために…

将来受ける医療や、
現在の医療・療養生活について

家族や医療者と一緒に

考えていきましょう



みなさんの選択の支えに

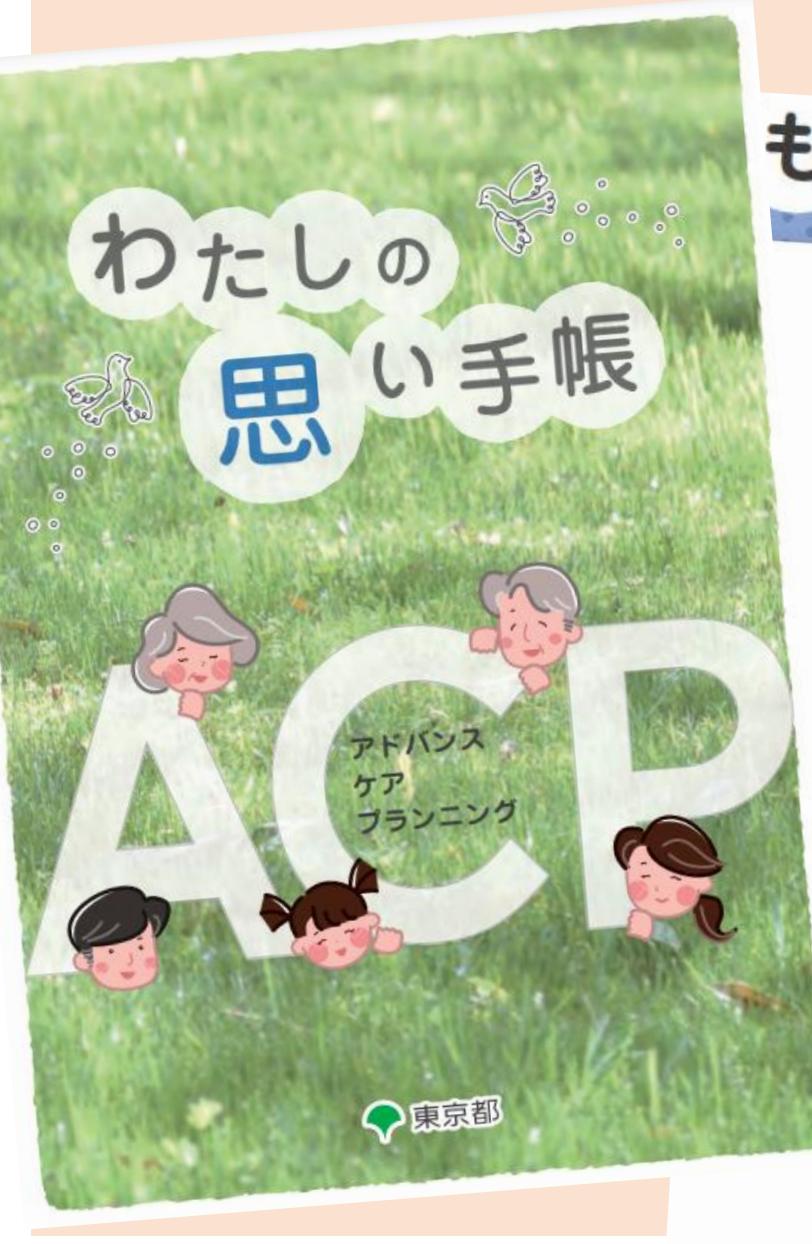
- ◆ 東京都 “わたしの思い手帳”
◆ 練馬区 “わが家で生きる”

ACPの概要を知ることができます



パンフレット（わが家で生きる） ご自由にお持ち帰りください

（練馬区役所・地域包括支援センター・区民事務所・図書館などにも置いてあります）



もくじ

はじめに

生きしていくことは「選択」の連続
これからも自分らしく暮らしていくために
迷ってもいい 考えてみよう医療と介護
ACPと「わたしの思い手帳」について
いつから考え始めればいいの？
1
3
5
7
9

こんなときどうすればいい？ ACPでよくある5つの場面

Aさんの場合	一人暮らしの母と話すきっかけがない
日さんの場合	治療方針をみんなで話し合いたい
Cさんの場合	認知症の父との話し合いが難しい
Dさんの場合	治療方針のすり合わせが難しい
Eさんの場合	急変時に家族で意見が食い違う

11
13
17
21
25
29

Nerima 在宅療養ガイドブック わが家で生きる

住み慣れた自宅でいつまでも自分らしく

練馬区

もくじ

- 1 在宅療養の相談先
・在宅療養の相談先
 - 2 具体例から知る在宅療養
・具体例の紹介～3つ
・家族の体験談
 - 3 在宅療養を支えるプロフェッショナル
・主なサービスと関係する専門職
・各専門職の紹介
・地域包括支援センターのこと
・その他の地域の相談窓口
・医療機関のいろいろ
 - 4 介護保険のこと
・申請から認定まで
・サービスの種類
 - 5 ACP（アドバンス・ケア・プランニング）のこと
・ACPとは?
・“もしも…”を考えるきっかけシート
 - 6 在宅療養のQ & A
・在宅療養のQ & A
- 地域包括支援センター一覧
別添 / “もしも…”を考えるきっかけシート、119あんしんシート、各シートのご案内、マグネット
- p 4
p 7
p 10
p 12
p 14
p 20
p 22
p 23
p 24
p 25
p 27
p 30
p 33
p 40

point 3 専門職を知る

どんな専門職がいるの？
在宅療養を支援する各専門職はどのようなサービスを提供しているのか、どのように依頼をすればよいのかなどを知りましょう。

point 4 介護保険を知る

申請の仕方は？
サービス内容は？
専門職がいるの？
介護保険サービスを利用するため、申請から認定までの流れ、サービスの種類について知りましょう。

point 5 ACPなどを知る

ACPのことや在宅療養のよくあるQ&Aなども掲載しています。
ACPについては、とても大切なことなので、ぜひ知っておいてほしいです。
在宅の費用は？
夜間の対応は？

P 12～在宅療養を支えるプロフェッショナル
P 24～申請から認定
P 25～サービスの種類
P 27～ACPのこと
P 33～Q&A

事前準備に

◆練馬区 “119あんしんシート”

事前に意思を書き留めることで、
救急搬送時の備えになります

区のホームページから
ダウンロードできます。
地域包括支援センター
でも配布しています

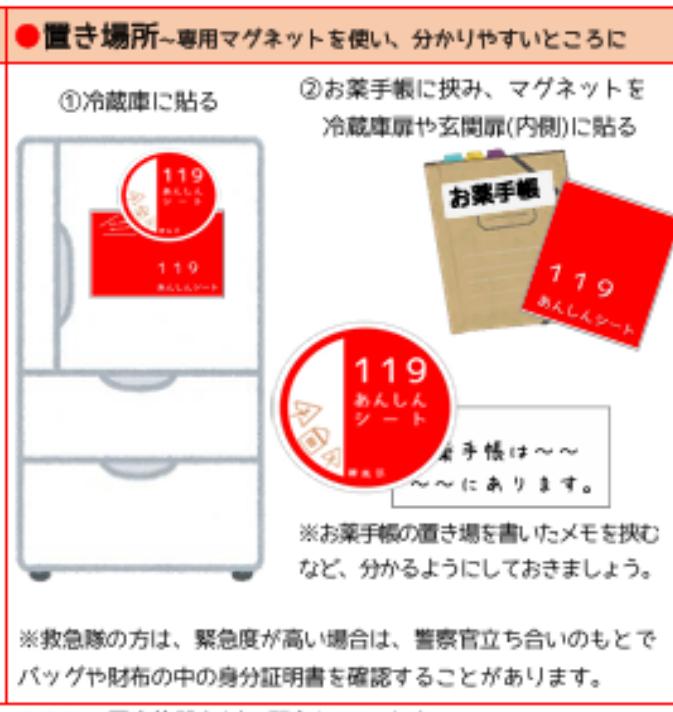
119 あんしんシート

●「119あんしんシート」とは
救急搬送時に、受入れ先の病院が知りたい情報を事前に書いておくシートです。

鉛筆で記入
年1回定期的に見直しを!
書いたことを、周りの人に共有

※すでに、本シートと同様の情報を提供できるものがある場合は、そちらをご活用ください。

※本シートは、地域包括支援センター、〇〇〇、〇〇〇、区立施設などで配布しています。



資料2-2

もしものための
119あんしんシート

年に1回、
お誕生日などに見直しましょう。

代筆者名(本人との関係:)

記入日 年 月 日

【基本的情報】

ふりがな	性別	血液型
氏名★	男・女	型
生年月日	西暦・大正・昭和・平成	年 月 日
住所	電話番号	

記入した日、
修正した日を
書きましょう。

【医療情報】あてはまるところに○をつけ、必要事項を書いてください

いま治療中の病気はありますか?○	ない・ある	高血圧・糖尿病・心臓病・脳卒中 その他()
過去にかかった大きな病気はありますか?○	ない・ある	
近年(5年以内)に入院したことはありますか?○	ない・ある	病院名: 病名:
アレルギーはありますか?	ない・ある	薬・食べ物・その他()
飲んでいる薬はありますか?○	ない・ある	お薬手帳 ない・ある(冊子・アプリ) 冊子のお薬手帳の保管場所()
かかりつけ医はどこですか?	ない・ある	診療所・病院名: 医師名:
保険証は持っていますか?	ない・ある	保険証の保管場所()
移動するときに介助は必要ですか?	どこでもひとりで歩ける・家中の中はひとりで歩ける・介助が必要 杖が必要・歩行器が必要・車いすが必要	

医療情報は、救急受入れ先の病院が、
知りたい情報。
速やかに適切な医療機関に搬送されるためにも、分かることは書いておきましょう。💡

◎ 病気に関してたくさん情報がある方は、別紙を準備しましょう。

【緊急連絡先】※親族などあなたのことよく知っている方

順	ふりがな 氏名	関係	電話番号	居住地
1				区内・区外()
2				区内・区外()

記入日 年 月 日

<お願い!>緊急連絡先とした人には、必ずこのことを伝えてください

【生命にかかわるとき(心肺停止等)に医師に伝えたいこと】

□ 治療(心臓マッサージや人工呼吸器等の救命処置を含む)を希望する
□ 回復する見込みがあるときは治療してほしい
□ 治療は希望しない
□ その他()

記入日 年 月 日

必要時、救急隊や病院の方が連絡をします。
ふだんのあなたのことをよく知っている方を書きましょう。

救急車で運ばれる際に、とても大切な情報です。
ここに書いた内容は、家族や大切な人にも共有しておきましょう。💡

**医療・療養生活を選ぶにあたり、
考え方や希望はいつでも変更できます**

- ◆ 状況や環境の変化に伴って、
気持ち・考えは揺れ動きます
- ◆ その時は、今の思いを書き留めてみることや家族・医療者と対話する
機会にしましょう

