

# 日野病院 地域医療総合教育研修センターだより

総合診療科 今岡 慎太郎

日頃から当センターの教育活動にご協力いただき大変ありがとうございます。先日、下上菅地区で「アドバンス・ケア・プランニング」をテーマにした健康教室を行いましたので今回はその紹介をしたいと思います。

わたしたちはいつ病気やけがによって命の危険を迫られる状態になるか分かりません。場合によってはそういった状態になった後、自分で治療やケアに関する意思を伝えられないこともありえます。「アドバンス・ケア・プランニング」とはもしもの場合に備え、将来の医療及びケアについて、本人を主体に、そのご家族や近しい人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合いを行い、本人による意思決定を支援するプロセスのことです。厚生労働省は「人生会議」という愛称もつけています。ここ数年で取り上げられるようになった言葉ですので、もしかしたら既に詳しく御存知の方もいらっしゃるかもしれません。周りの人と話し合うこと自体に大きな意味があると思います。とはいえ、命の危険に陥った場合についての話し合いを切り出すのは、やはり勇気のいることです。縁起が悪い話はしにくいと感じることもあるでしょう。一方で、このテーマで何回か地域の方々にお話しさせていただく機会は今までもあったのですが「普段からそういう話は時々しますよ」と言われることも増えているように感じています。たとえば私自身が親に、人生の終末をどう思っているか、話を切り出すとしたらどのようにすればいいのか迷います。この健康教室では、きっかけのひとつとして「もしバナゲーム」というカードを使った方法で、仮に自分の余命が残り少ないとしたらどう思うかについて話し合いをしていただきました。実際には話し合いというより、皆さんでワイワイ自分の考えをいう雰囲気でした。詳しいルール紹介は省きますが、トランプのような形で簡単にできるので興味のある方はインターネットなどで情報を参照していただければと思います。「アドバンス・ケア・プランニング」では周りの人と話し合うことで意見が共有されたり、自分の考えもより整理されていくことが重要だと思っています。このテーマだけでなく、健康教室を通して参加者の皆さんと様々なお話ができて私も大変貴重な経験をさせていただきました。今後ともよろしく願いいたします。

