

# 真鶴町国保診療所における 地域住民へのACCP啓発活動の報告

橋本萌<sup>1)</sup>，嶋田雅子<sup>2)</sup>，田中みのり<sup>3)</sup>，大平祐己<sup>3)</sup>

- 1) 地域医療振興協会研修センター    2) 地域医療振興協会事務局  
3) 真鶴町国民健康保険診療所

筆頭演者，共同演者に開示すべき利益相反（COI）はありません。

## 背景

- ・ 当院が位置する神奈川県真鶴町は高齢化率が44.7%で、75歳以上人口割合や単身高齢者世帯割合は県内で2番目に高い。
- ・ 当院は令和2年に看護小規模多機能型居宅介護を併設し、医療と福祉の連携を図りやすくなったことを契機にアドバンス・ケア・プランニング（以下、ACP）チーム（チームまなっこ）を発足し、訪問看護の新規利用時に本人家族や多職種を交えて人生会議を行い、事例を重ねてきた。
- ・ 次の段階としての町民の啓発のため診療所が開催したACP講演会への参加者は3名に留まり、啓発方法について模索する必要があると考えた。

## 目的

講話を通じて町民のACPに対する考えを把握し、今後の啓発活動に活かす。

# 方法

2023/11/15 真鶴町教育委員会と自治会が主催する「成人学級」  
(参加人数41名)

2023/11/17 当院が町民らと協働して地域で展開する  
「町の保健室」の健康測定会 (参加人数8名)

上記において

①ACPについて講話

②「もしバナゲーム」または「みんならぼカード」を用いて  
自分が大事だと考えていることを伝え合うゲームを行う

③人生会議の認知度や必要性などについてアンケートを実施

～「町の保健室」とは～

当院が町民らと協働して、「健康」をキーワードに「相談・  
学び・安心・交流・連携・育成」の場を  
つくり、“社会的つながり”で町を元気にする地域活動



まなづる・町の保健室  
Facebook

# <成人学級>



## 「町の保健室」出張講座

真鶴町教育委員会・真鶴町自治会連合会主催  
令和5年度真鶴町成人学級（後期）

「住み慣れた真鶴で自分らしく生きる  
からだの整え方と心づもり」

日時：11月15日（水）13:30～15:20

会場：町民センター（3階講堂）

内容：第1部「なが息ストレッチング」

観音整体ラボ 山崎陽軒

深く長い呼吸でからだを緩め楽にするストレッチング法を  
ご紹介します。一緒に体験してみましょう。

第2部「あえてもしもを話し合おう」

～人生会議のすすめ～

国保診療所訪問看護師（仮） 田中みのり

どこでどんな風に過ごしていきたいか。大切な人に想いを伝える  
機会をどうするのか、事例を織り交ぜながら診療所の取組みを  
ご紹介します。対話のすすめ方を体験できます。

★動きやすい服装でお出かけください。

★筆記用具、眼鏡をお持ちください。

お電話でお申し込みください。（定員40名）

11月1日（水）～11月10日 9:00～17:00

教育委員会教育課 ☎68-1131（内線440）

11月17日（金）10:00～12:00

“旧岩忠”で簡易骨密度測定と人生会議の体験会を  
実施します。こちらは申込不要。お待ちしております。



第1部は外部講師による  
ストレッチング

第2部  
10分程度人生会議の講義

「もしバナゲーム」または  
「みんなぼカード」を用いて  
思いを伝えあう



最後にエンディングノートを配布

生きて逝くノート

出典：全国国民健康保険診療施設協議会ホームページ



もしバナゲーム  
出典：iACPホームページ



# <町の保健室>

みんなの居場所  真鶴町国保診療所  
MANAZURU National health insurance clinic

## 町の保健室

＼しらべてみよう！／  
骨密度測定会  
&  
人生会議のミニ体験

11月17日（金）  
10:00～12:00  
場所 旧岩忠の生簀付近  
※申込不要！  
直接会場にお越しください。  
※測定は裸足で行います。  
協力 セイジョー薬局

新しい『地域の集いの場』ができました！  
遊びに来てください。  
この旗が目印です！

真鶴町国保診療所  
0465-68-2191



## 骨密度測定

5分ほどのACPの講話の後、  
「自分が大事だと思うこと」を選び  
その理由も伝えるカードゲームを実施

講話資料  
最低限の内容にしぼった

人生会議を知っていますか？



重い病気や認知症などで  
自分でこれからの治療や介護について  
決められない・伝えられないとき



あなたの信頼するひとが、  
代わりにあなたの医療や介護について  
難しい決断をすることがあります

人生会議であなただの思いや考えを共有することで…

あなたの考えに沿った  
医療や介護を受けられる可能性が  
高くなります

あなたの信頼する人が  
あなたの思いを代弁するための  
手助けになります



人生会議（＝アドバンス・ケア・プランニング）を  
していませんか？

年齢や病状にかかわらず、個人の価値観、人生の目標、将来の  
医療や介護に関する趣向（思い・考え）を自分自身で考え、  
信頼できる人と共有する過程

“もしものとき”にその人の価値観や目標、趣向に一致した医療  
や介護を受けられるようにすることが目標

- × 死について考えること
- 自分らしく豊かな人生を送るための準備

人生会議の進め方

まずはここから！  
カードを使って話してみましょう！

- ①大切にしていることは何かを考える/言葉にする  
なぜそう思うのか（＝あなたの思い・考え）が非常に重要
- ②もしものときのことを話し合う
- ③信頼できる人に伝える（なぜそう思うかも含めて）
- ④明日からの生活を考える

☆診療所がお手伝いします！！☆  
ご予約のうえ、外来でお話を聞くこともできます。  
「生きて働くノート」を書いて持参してください。  
（診療所でご希望の方にお渡ししています）

すべて埋められなくて大丈夫…思いを伝えることが重要  
何度も考え直してよい…考えが変わるのは当たり前



みんならぼカード  
出典：一般社団法人  
みんなの健康らぼ



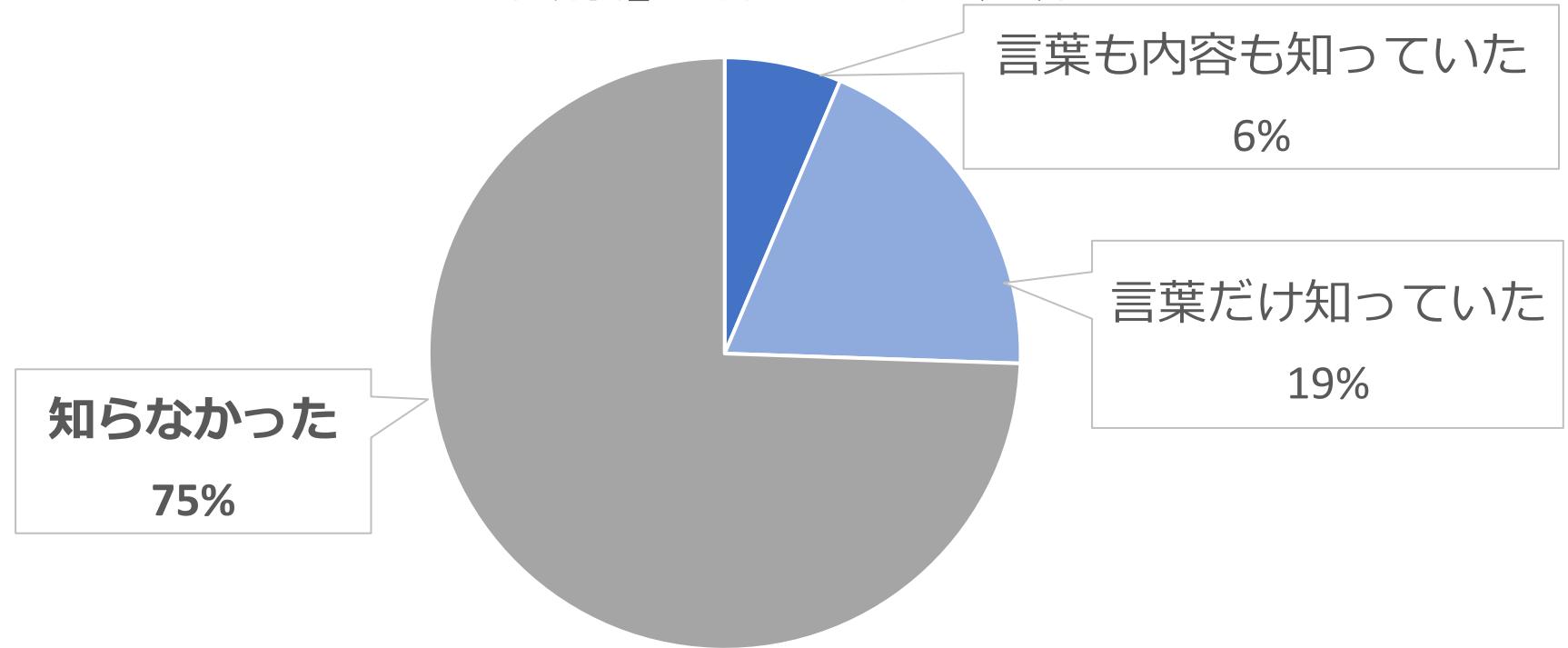
# 結果

アンケート回答数48名（回収率98%）

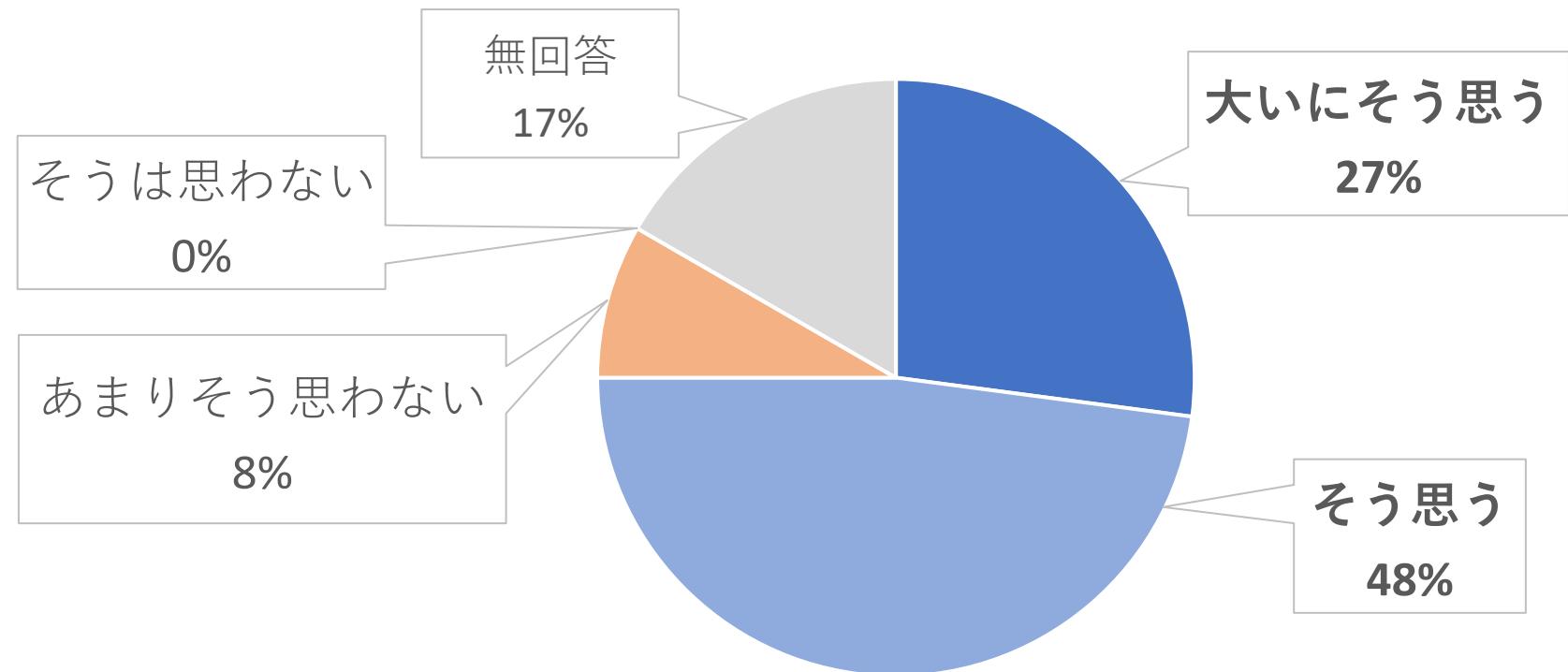
年齢	50代	3人（6.3%）
	60代	7人（14.6%）
	70代	24人（50.0%）
	80代	13人（27.0%）
	90代	1人（2.1%）

性別	男性	9人（18.8%）
	女性	37人（77.1%）
	不明	2人（4.2%）

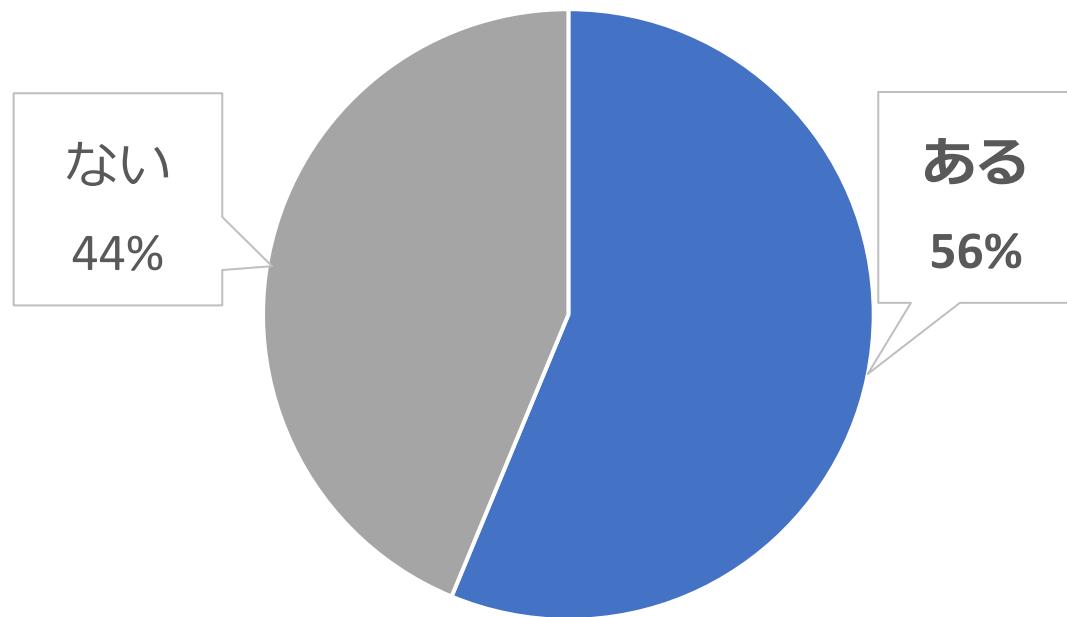
## 「人生会議」を知っていたか



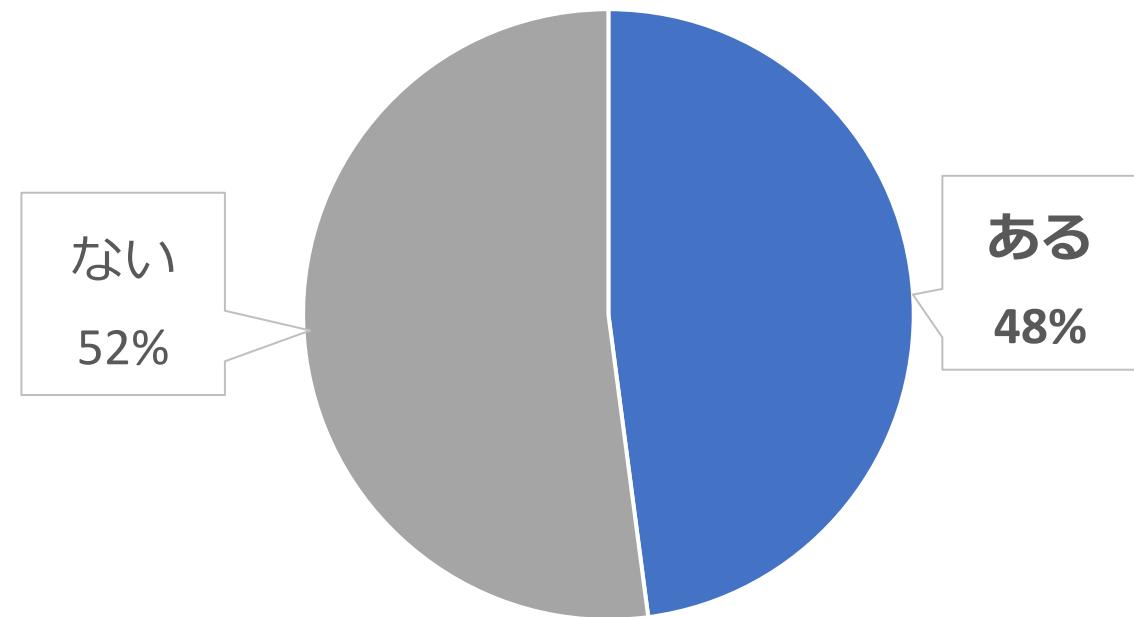
## 人生会議がどんなものかわかったか



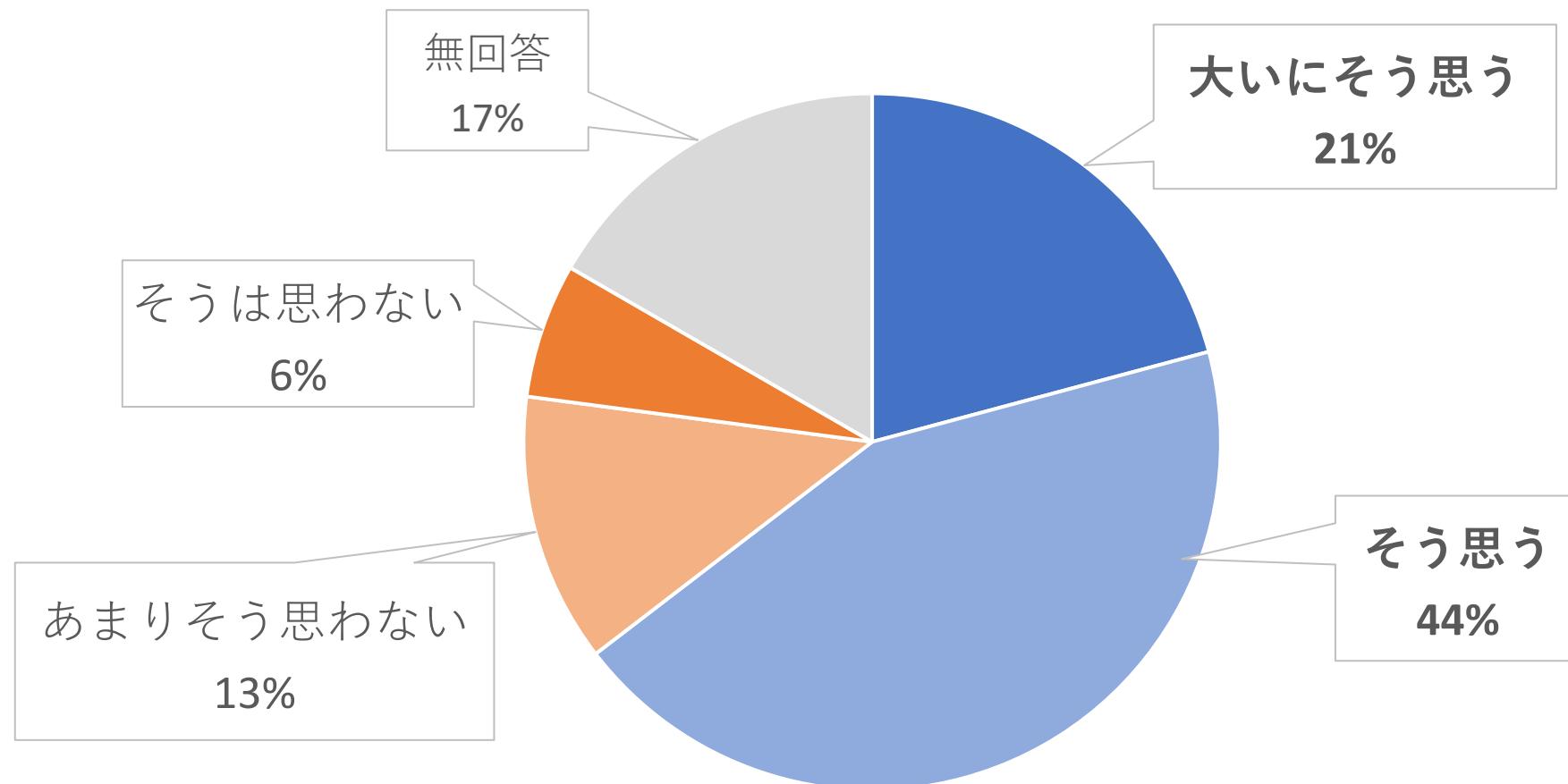
## もしもの時にどうしたいか考えたことがあるか



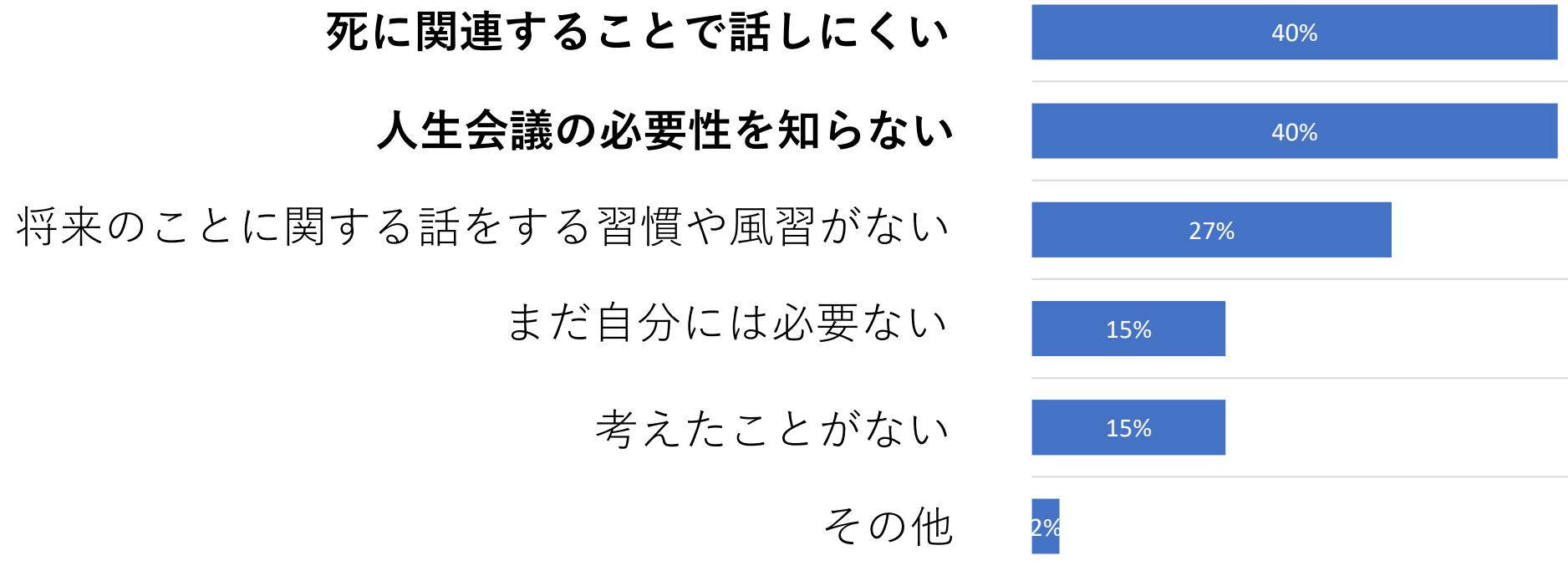
## 誰かに自分の想いを伝えたことがあるか



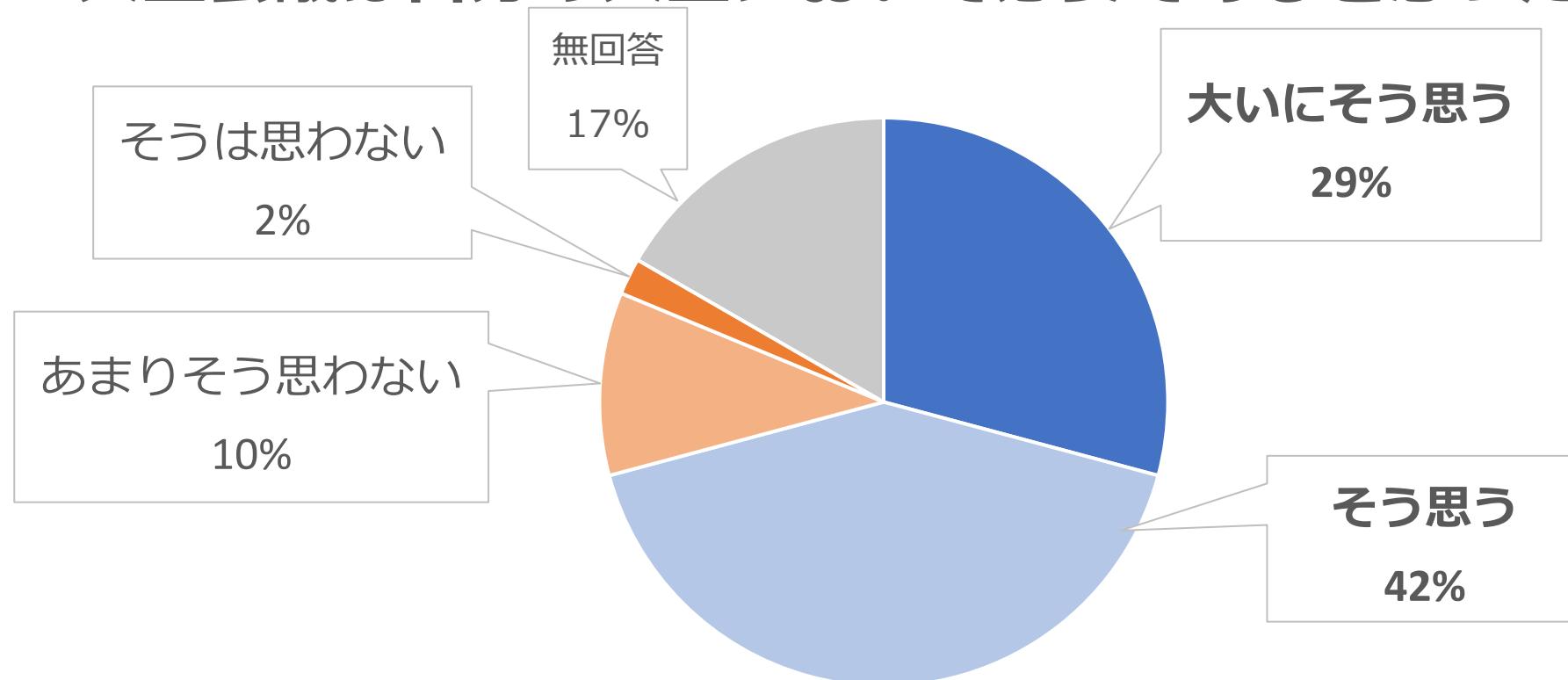
## 家族や友人に人生会議を広めたり、やってみようと思ったか



# 真鶴町で人生会議があまりされないのはなぜだと思うか（複数回答可）



## 人生会議は自分の人生において必要であると思ったか



# 考察

- ・本邦では一般的に「人生会議」を「よく知っている」のは5.9%、「知らない」のは72.1%<sup>1)</sup>であり、真鶴町における本事例でもACPの認知度は全国的な傾向とほぼ一致した。
- ・町民のACPに対する潜在的な関心の高さがうかがえ、継続した啓発の機会を増やすことの重要性が示唆された。
- ・ACPは死に関連するイメージが強く、過去のACP単体での講演会の参加者が少なかった一因と考えた。
- ・本事例のように啓発には元々町民が集まる場を活用したり、ゲーム性を取り入れるなど、町民にとって敷居が低い場や内容を検討する必要がある。
- ・今後の取り組みとして当院で人生会議を経験した介護者に活動に関わってもらうなども検討し、町の関係者やコミュニティと連携を図りながら啓発の機会を増やしていきたい。