

# 人<sup>生</sup>会議 とは？

～その歴史から<sup>ゲ</sup>ーム活用まで～

主催：愛知保険医協会

協力：日本アクティビティ協会

ファシリテーター：長久手市在宅医療・介護連携支援センター(やまびこ長久手) など



医療法人 士正会

栄エンゼルクリニック 副院長

藤田医科大学 救急総合内科 客員教授

中村 了

ACP = 人生会議 とは？

～ 考え 伝え 共にする ～



# この3段階のプロセスが 人生会議!!

人生100年に向けて、大切にしたいことを

- ・考え
- ・伝え
- ・共にする

そして、さらにそれを繰り返し行っていく過程、それが正に  
人生会議 (Advance Care Planning)!!

※”アンケート第1弾”で生き方を考えた時間 = 人生会議の始まり

皆さまの人生を悔いのないものに変えていくチャンスは  
実は すぐ身近なところに転がっている!!

# 日本におけるACPの変遷



～ 日本のACPの未来は？～



# CULTURALLY ADAPTED CONSENSUS DEFINITION AND ACTION GUIDELINE: JAPAN'S ADVANCE CARE PLANNING

【結果】29項目が目標コンセンサスレベルを達成し、72%～96%の項目が7～9の評価を得た。ACPは、“**個人が、信頼関係を築いた医療者から必要に応じてサポートを受けながら、家族や身近な人々と、将来どのような生き方をしたいか、どのような医療やケアを受けたいかなど、将来への備えについて考え、話し合うこと**”と定義された。この定義・行動指針には、意見表明をためらう人が将来への準備を進め、表明するための支援が具体的に含まれていた。

【結論】個人の自律的意思決定を意識的に強化・支援することで、ACPを日本文化に適応させることは、日本や**家族中心の意思決定文化を持つ他の社会での普及・定着を促進**する可能性がある。

# ACPの現状 まとめ

## 【対象】

- ACP導入対象は、どのようなセッティングであっても、**全員**
- 導入に**後**ろ向きの人たちに、むり**強い**は禁物

## 【導入時期】

- 導入時期は、**訪**問診療開始時では**遅**い人が多い
- 導入時期は、外来**通**院診療時以前が望ましいが、モチベーションを持たせるのに**難**渋する

## 【内容】

- 内容が**細**かすぎると、ACPそのものに**嫌**気がさす
- 内容が大**雑**把すぎると、イベント発生時に**初**めての確認事項が増える



気軽な**き**っかけ & 多岐にわたる**内**容



# 人<sup>生</sup>100年これから<sup>ゲ</sup>ーム 誕<sup>生</sup>物語

～ ゲームなら <sup>気</sup>軽で 多くの<sup>内</sup>容に対応可能！ ～

# 2020年11月30日”良い(11)看取り(30)の日“に発売

**PLAY CARE**  
楽しく、健康！

## 人生の最期に大切なことは？



2年をかけて  
医師/看護師等が、**534**名の高齢者/ご家族等と一緒に考えた！

人生 **100** 年

## これからゲーム

カードは **52** 種類

トイレ・養生  
自分でした  
のことは

家族に迷惑を  
かけないよう  
にしたい

**人生の最期に大切なことは？  
考え・伝え・共にする！**

人生の終末期になると自分が望んだ治療や生活を送ることが難しくなっていきます。だからこそ、今から自分の希望を考え、医師や家族等に伝え、想いを共にすることが大切です。このゲームは、全ての方の「これから」を応援します。

### わたしたちが考えました！

 福心会横浜西院 医師 中村了	 定西市立病院診療科 看護師 ステーション 斎藤和子	 国立長崎大学病院 緩和ケア診療科 医師 西川清則	 伏見区立病院 介護支援専門員 大城敦子	 福心会横浜西院 緩和ケア診療科 医師 平松明彦	 定西市立病院 看護士 原田博子	 福心会横浜西院 看護士 栗林英正
---	--	---	--	--	--	---

4分野（医療・生活ケア・人間関係・価値観）の  
各13個の大切なことをアンケートを参考にカードにしました！

534名の医師やご利用者ご家族に  
アンケートを実施！

## 人生100年これからゲーム

トランプとしてもプレイできます！

### プレイ方法

プレイ方法は無限大！

**みんなで！**



- カードを1人4枚ずつ配布する
- 100歳の自分に大切なことを考える
- 山から1枚とり不要なカード1枚を捨てて
- 山がなくなるまで行う
- 最後に残ったカードを順番に説明する

**おひとり！**



- 字が見えない方の上に山にして5枚とる
- 100歳の自分に大切なことを考える
- よく読み1枚を残して4枚を捨てる
- これを5回繰り返して山をいく
- 選んだ5枚のカードを自分で説明する

**医療・介護従事者と！**



患者さんやご利用者と一緒にカードを使って  
楽しみながら気軽に何度でもプレイして  
みて下さい。人生の最期を一緒に考え伝え  
共にすることが出来ます。

### 商品内容

医療・生活ケア・人間関係・価値観の4分野各13枚と、ジョーカー2枚の計54枚入。トランプとしてもプレイできます！

カードサイズ 86×60mm  
価格 ¥2,500(税込)

### お買い求め方法

①自治体・法人・団体等でご購入の場合  
日本アクティビティ協会 HP の「お問い合わせ」から詳細に必要事項（〒、ご住所・ご注文数）を記入の上送信して下さい。※お見積書作成も可能

②個人でご購入の場合  
QRコードから購入して下さい。

発売元：株式会社プレイケア <http://www.jp-activity.jp/> info@jp-activity.jp TEL0120-615-610（平日12時～14時）



## 中日新聞に掲載

2020年12月1日

東海3県 まん延防止

追悼 海部俊樹回想録(再録)

新型コロナ

ニュース

話題・深掘り

地元なび

地方版全紙面

投稿

プレゼント

🏠 &gt; 医療 &gt; 医療ニュース

## ゲームで考える高齢期

2020年12月1日 05時00分 (12月1日 11時44分更新)

人生終盤に大切にしたい価値観は？ 親が認知症になったら？ 「老いと死」を自分のこととして考えるためのゲームを、愛知県内のグループが相次いで作った。国は、終末期に受けたい医療やケアについて事前に話し合う「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）」の普及を進めるが、広がっていない。「縁起でもない」というハードルを、ゲームの楽しさで跳び越えることを目指す。（編集委員・安藤明夫）

## 「大切な価値観」カード選択 愛知県内で製作



一つは、超高齢社会の生き方を考える「人生100年これからゲーム」。十一月三十日の「いいみとりの日」に発売された。美浜町の渡辺病院、常滑市民病院など知多地域の医療や看護関係者らが、地元の高齢者五百三十四人へのアンケートを基に製作。高齢者のレクリエーションを手掛ける「プレイケア」（東京）が協力のした。

五十二枚のカードを医療、生活ケア、人間関係、その他の価値観という四分野、十三枚ずつに色分け。カードにはそれぞれ、人生百年を全うするために大事にしたいことが書かれ、一～十三の番号はアンケートの人気順を示す。医療の一位は「痛みや苦しみがないようにしてほしい」、生活ケアは「トイレ・排

# 人生100年これからゲーム データ解析結果

～日本人のACP特性が見えてくる～

# End-of-Life Preference Lists as an Advance Care Planning Tool for Japanese People

Hidemasa Iki, PT, Akira Nakamura, MD, Kazuko Watanabe, RN, Hiroko Harada, RN,  
Kyoko Oshiro, CCW, Akinori Hiramatsu, Pharm D, and Mitsunori Nishikawa, MD



# 結 果

● 有効回答数:536人(有効回答率64.0%)

● 参加者の特徴

属性	分類	n (%)
性別	男性	238 (44.4)
	女性	298 (55.6)
年齢(歳)	平均値±標準偏差	75.4±7.5
死を意識する持病の有無	死を意識する持病あり	140 (26.1)
	死を意識しない持病あり	259 (48.3)
	持病なし	137 (25.6)
過去3年以内の一親等 以内の死体験	あり	106 (19.9)
	なし	428 (80.1)
婚姻歴の有無	あり	517 (97.0)
	なし	16 (3.0)
同居人数	独居	91 (17.0)
	2人暮らし	239 (44.7)
	3人以上	205 (38.3)

属性	分類	n (%)
教育歴	大学卒業以上	67 (12.5)
	高校卒業	228 (42.6)
	中学卒業	194 (36.3)
	その他	46 (8.6)
入院歴	あり	425 (79.7)
	なし	108 (20.3)
施設入居歴	あり	29 (5.4)
	なし	506 (94.6)
臨床フレイルスケール	1-2	137 (26.3)
	3-4	331 (63.5)
	5-6	49 (9.4)
	7-9	11 (2.1)

# 結 果

## ● ロジスティック回帰分析

### ★医療

- ・ 男性の方が医療思考過程重視 女性の方が医療結果重視

### ★生活・ケア

- ・ 男性の方が自由生活重視 女性の方が基本生活（ADL）重視
- ・ 独居の方が自由生活重視 複数人数同居の方が基本生活（ADL）重視

### ★人間関係

- ・ 独居の方が内向的選好 複数人数同居の方が外向的選好 の傾向がある

### ★価値観（上記以外）

- ・ 若年の方が理想追求型 高齢になるほど現世堪能型
- ・ ADL良好であると理想追求型 フレイルの傾向が強くなると現世堪能型



中 締 め

~Take Home Message~



# 中 締 め

- ★ACPとは、Advance Care Planningの略で、  
人生100年に向けての想いを、考え・伝え・共にすること
- ★“思い”を感覚レベルで共有(=共感)するには  
人生会議を繰り返すことが肝要
- ★年々変わる“思い”に対応するには 人生会議を繰り返すことが肝要
- ★人生会議は 本人の“思い”を貫くシステムであるとともに  
周囲の人(家族や友人などの代理人も含めて)の後悔を防ぐ効能も！
- ★2018年に厚生労働省が「終末期医療の決定プロセスに関する  
ガイドライン」を改訂し、ACPの愛称を“人生会議”とした
- ★2022年に日本版ACPの定義や行動指針が 策定された
- ★日本のACPは これからの発展が期待されているが  
一般国民への認知度は低い

# 中 締 め

★実際のACPの話し合いへの障壁は “きっかけがない” うえに  
内容も多岐にわたって “難解” であること

★**ゲーム**は ACP導入へのハードルを下げ  
多岐な内容を盛り込むことができるという点で  
ACPへの**き**っかけとなる貴重な**ツ**ール である可能性が高い

★“**人生100年これからゲーム**”を利用すれば 気軽に自分の**思**いを  
**考**え(お互いの思いを交換する機会を得て カードからもいろいろな考え方を学べる)  
**伝**え(みんなで気楽にワイワイと話しているうちに 自分の思いも伝わる)  
**共**に(繰り返し行うことで 感覚的に腹に落ちるところまで共有)

することができる！

★人**生**会議( ACP )は “もしものとき”と**考**えるよりも  
“これからの**人**生をいかに”という **前**向きな気持ちが**大**切！

# 人生100年これからゲーム

## 実体験コーナー！



みなさんで  
やってみましょう♪

協力：日本アクティビティ協会

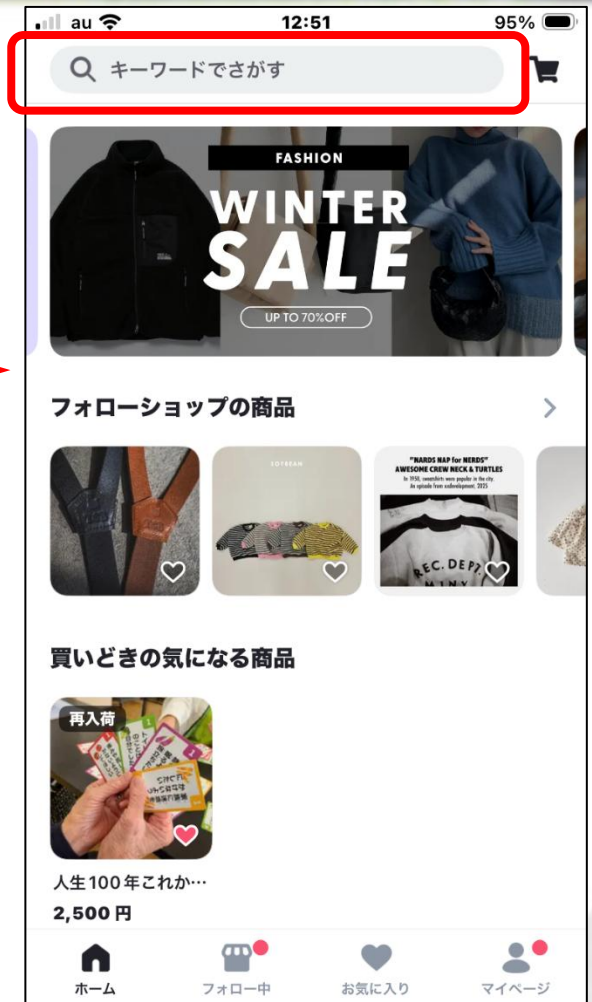
ファシリテーター：長久手市 在宅医療・介護連携支援センター（やまびこ長久手）など



# 人生100年 これからゲーム 購入方法

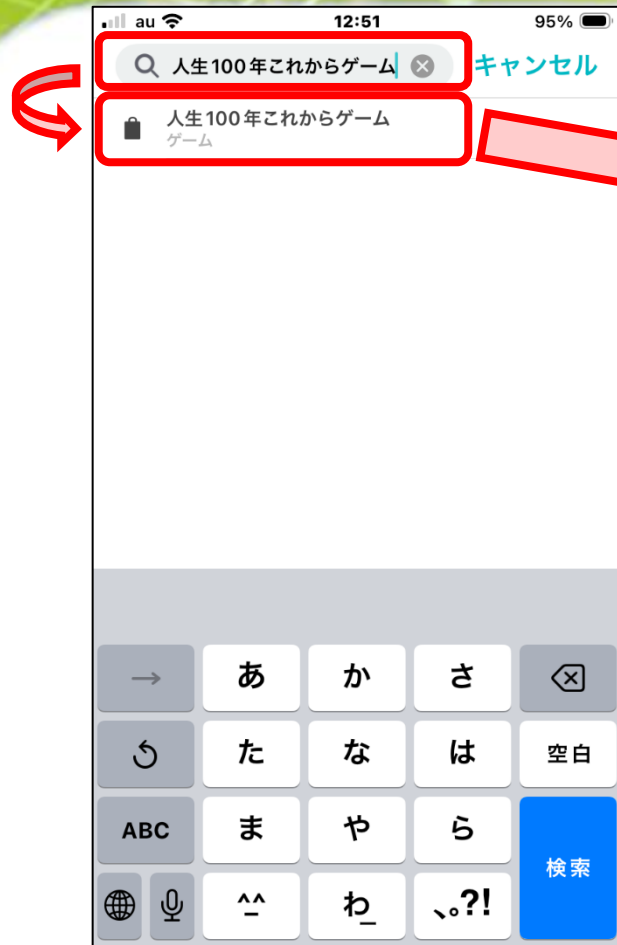


“Pay ID”を立ち上げると・・・



“キーワードでさがす”に・・・

# 人生100年 これからゲーム 購入方法



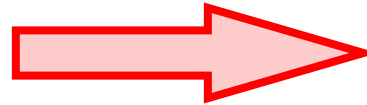
“人生100年これからゲーム”と入力すると  
ゲームの候補が表示されてくる

ゲーム候補をクリックすると  
商品が表示される  
そこで、商品をクリックすると...

# 人生100年 これからゲーム 購入方法



全面にゲームの詳細が表示される



下の方にスクロールしていくと  
購入手続きが可能となる