

人生会議 とは？

～その歴史からゲーム活用まで～

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



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していく過程、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
実はすぐ身边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**

人生100年これからゲーム 誕生物語

～ ゲームなら 気軽で 多くの内容に対応可能 ! ～

2020年11月30日”良い(11)看取り(30)の日“に発売



人生の最期に大切なことは?
考え・伝え・共にする!

人生の最期にならぬ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

4分野(医療/生活ケア/人間関係/価値感)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名の高齢者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
プレイ方法

みんなで!
ひとりで!
医療/介護従事者と!

商品内容

お買い求め方法

発売元: 株式会社ブレイカア <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

» 医療 > 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、ゲームの楽しさで飛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「いいみどりの日」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 (%)	属性	分類	n (%)
性別	男性	238 (44.4)	教育歴	大学卒業以上	67 (12.5)
	女性	298 (55.6)		高校卒業	228 (42.6)
年齢（歳）	平均値±標準偏差	75.4±7.5		中学卒業	194 (36.3)
死を意識する持病の有無	死を意識する持病あり	140 (26.1)		その他	46 (8.6)
	死を意識しない持病あり	259 (48.3)	入院歴	あり	425 (79.7)
	持病なし	137 (25.6)		なし	108 (20.3)
過去3年以内の一親等以内の死体験	あり	106 (19.9)	施設入居歴	あり	29 (5.4)
	なし	428 (80.1)		なし	506 (94.6)
婚姻歴の有無	あり	517 (97.0)	臨床フレイルスケール	1-2	137 (26.3)
	なし	16 (3.0)		3-4	331 (63.5)
同居人数	独居	91 (17.0)		5-6	49 (9.4)
	2人暮らし	239 (44.7)		7-9	11 (2.1)
	3人以上	205 (38.3)			

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 緒 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
- ★“想い”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**“想い”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“想い”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 “これから的人生をいかに”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！



みんなで
やってみましょう♪

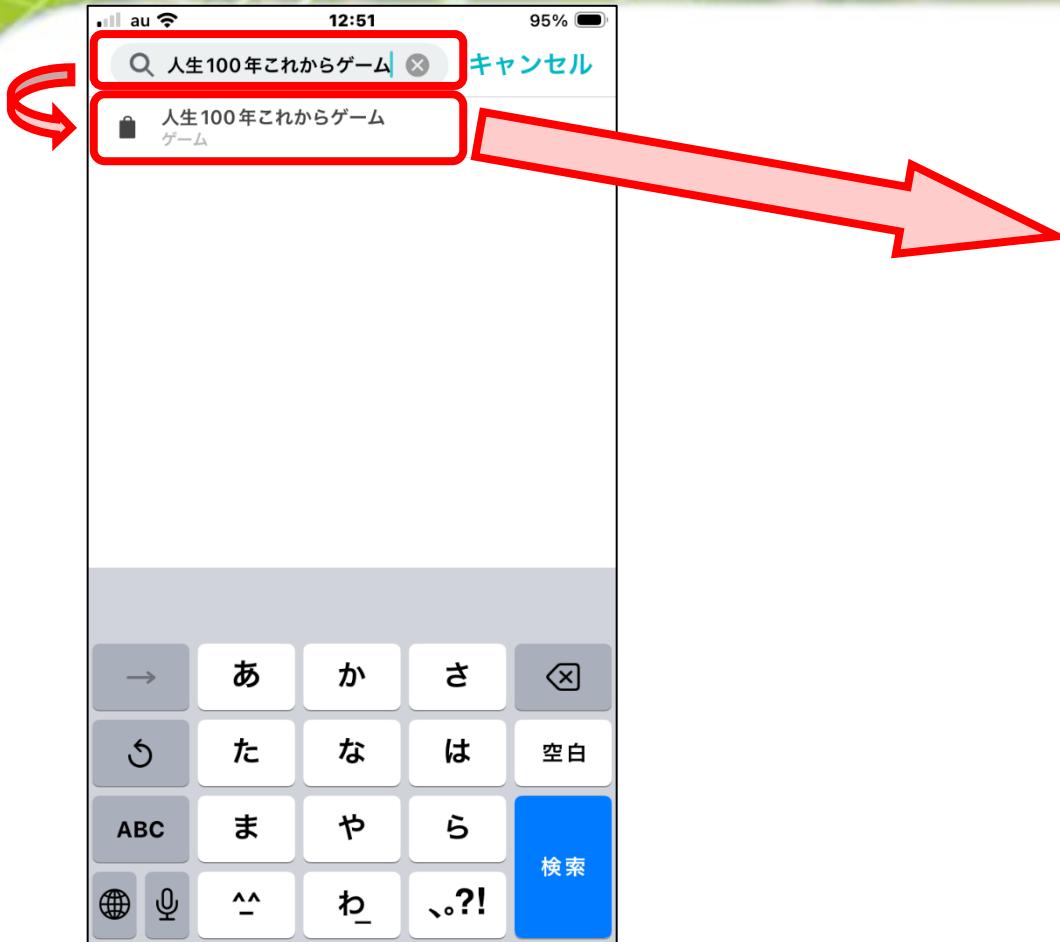
人生100年 これからゲーム 購入方法



“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