



「もしもの時のあんしん手帳」の改訂について

米子保健所長 大城 陽子



みなさまにはいつも大変お世話になり、ありがとうございます。

西部医師会在宅医療推進委員会「もしもの時のあんしん手帳」プロジェクトチームより、あんしん手帳改訂の報告をさせていただきます。

1 改訂の経緯

西部医師会在宅医療推進委員会では、住民のみなさまに在宅医療をご理解いただき、病気などで自らの意思を伝えることができなくなる場合に備え、自分の望む療養を受けるため、医療や介護の希望などを書いておく「もしもの時のあんしん手帳」を平成26年度に作成し、在宅医療推進フォーラムや在宅医療出前講座などで配布して活用を図っています。

このたび初版の1万冊が残り少なくなったため、増刷にあたって改訂版を作成することとなり、平成27年12月11日（金）午後7時からプロジェクトチーム会議を開催しました。

平成26年度米子市在宅医療推進フォーラムや、地域包括支援センター会議でいただいたご意見も参考にして下記のとおり修正しました。

2 主な修正点

(1) 体裁や構成など

この手帳は、病気や認知症、事故、加齢などで自らの意思を伝えることができなくなる場合に備えて、医療や介護についての希望や、大切な人に伝えておきたいこと等を元気な時にあらかじめ書いておくためのものです。

自分らしい、自分の望む療養を受けるために、手帳に記載する内容については普段から家族やかかりつけ医とよく話し合っておくことが、保険証などと一緒に保管しましょう。

あとで考えが変わった時には書き直すこともできます。

認知症 追加

療養(終末期を含む)に変更

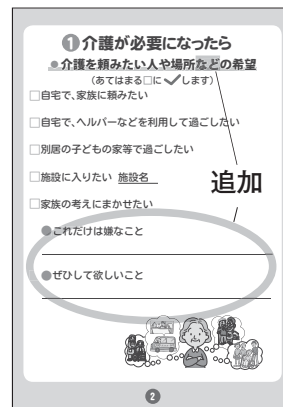
新しく追加

いのいちばんの連絡先

氏名(続柄・関係)	住所	電話番号

- ・吊せるよう左上に穴を開ける。
…フォーラムでの意見に基づき、冷蔵庫等へ吊せるようにしました。
- ・目次と前書きを入れ替えて前書きを最初のページとし、併せて下線強調部分を変更する。
…前書きに記載している手帳の趣旨がまず目につきやすいようにし、よりわかりやすく下線をつけました。
- ・前書きの下に「いのいちばんの連絡先」を記載する。
…手帳を開けてすぐに、緊急連絡先のご家族などが関係者にわかるよう工夫しました。
- ・前書き(手帳の趣旨)に「認知症」を追加記載する。
…認知症の項目も入れて欲しいという意見あり。内容追加を検討しましたが、認知症の有無に関らず介護等のページが同じ内容になるため、前書きに追記することとしました。
…「終末期」という表現は一般に使われなくなっており、記載されていなくても意味は伝わるので削除しました。

(2) 内容



- ・介護や医療で「これだけは嫌なこと」「ぜひして欲しいこと」の記載欄を作り、「その他」を削除する。併せて「介護を頼みたい人や場所の希望」に「など」を入れる。
…フォーラムでの意見を採用しました。

- ・余命わずかになった時の治療や過ごし方の項目の表現を修正する。「最期まで回復を信じて、治療に全力をつくしてほしい」→「最期まで回復を信じて、治療を受けたい」
…「自分がどうしたいか」という観点で他の項目と表現をそろえました。

●余命わずかになった時の治療や過ごし方
(あてはまる□に✓します 複数✓可能)

最期まで回復を信じて、治療を受けたい

痛みや行動制限を伴う検査や治療はあまり受けたくない

自宅でできるだけ過ごしたい


ホスピスや緩和ケア病棟などで過ごしたい

やりたいことがある _____

会いたい人がいる _____

●これだけは嫌なこと _____

●ぜひしてほしいこと _____



治療に全力をつくしてほしい

↓
治療を受けたいに変更


●がんの末期や老衰などで回復の見込みがなく、死期が迫った時の延命治療
(人工呼吸、気管切開、心臓マッサージなど)
(あてはまる□に✓します)

できるだけ延命処置をしてほしい

延命よりも苦痛を少なくすることを重視してほしい

延命処置はしないでほしい

その他 _____



終末期で回復の見込みがなく

↓
がんの末期や老衰などで回復の見込みがなく

救急車は呼ばないでほしいを削除

- ・「終末期で回復の見込みがなく」→「がんの末期や老衰などで回復の見込みがなく」
…「終末期」より、イメージしやすい表現としました。
- ・「救急車は呼ばないでほしい」の項目は選択肢から削除する。
…本人に苦痛のある時などに、家族が対応に困らないよう配慮することにしました。

④ かかりつけ医と緊急連絡先

● かかりつけ医

医療機関名	電話番号	担当医

● かかりつけ歯科医

医療機関名	電話番号	担当医

● かかりつけ薬局

薬局名	電話番号	担当者

● 訪問看護ステーション

施設名	電話番号	担当者

● ケアマネージャー

施設名	電話番号	担当者

● 利用している介護事業所

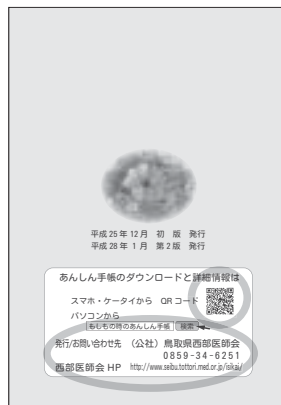
施設名	電話番号	担当者

追加

- ・ かかりつけ医等連絡先のページに、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局、利用している介護事業所の連絡先欄を追加する。
…フォーラムでの意見を参考に、歯科など他の機関も記載することにしました。

- ・ 「臓器提供のためドナーカード、運転免許証をもっている」に健康保険証も追加する。
…臓器提供意思の記載ができる健康保険証もできているため、追加しました。

* 身長、体重、血圧等の記載欄は作らない。
…記載欄があるとよいとの意見がありましたが、本人による記載が難しいのではないかとの意見もあり、記載欄作成は見送りました。必要時は健康手帳や血圧手帳等を使っていただくとよいです。



- ・ 裏表紙の発行者名を西部医師会とし、ホームページアドレスとQRコードを掲載する。
…米子市以外の市町村も活用したいとの意見があり、改訂版発行予算も著作権も西部医師会にあるため、西部医師会発行としました。ホームページアドレス掲載希望の意見があったので、HPにすぐアクセスできるようにしました。

* 大きさはこのままとする。
…お薬手帳サイズがよいとの意見もありましたが、持ち歩くものではないので、記載しやすい大きさのままとしました。

3 今後の手帳活用

改訂版完成後は、平成28年2月11日(木、祭日)午後1時30分から米子市文化ホールで開催される第3回米子市在宅医療推進フォーラムで配布し、市町村地域包括支援センターや病院、診療所等に配布するとともに、手帳の改訂版と、パワーポイント資料「もしもの時のあんしん手帳活用法」修正版を西部医師会HPにアップして周知・活用を推進する予定です。

団塊の世代が後期高齢者となり、在宅医療介護の連携がますます重要になる2025年に向けて、市町村では地域包括ケアの体制づくりが進められています。今後も、市町村や地域包括支援センター、介護支援事業所等との連携が欠かせません。

今後もお世話になることが多いと思いますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。