



「もしもの時のあんしん手帳 ～大切な人に伝えたいこと～」

米子保健所長 大城 陽子

1 はじめに

皆様には、日頃、在宅医療など大変お世話になっており、ありがとうございます。

ご存じのように、平成23年4月に「西部医師会在宅医療推進委員会」が設置され、在宅医療について検討が進められています。平成24年2月には西部福祉保健局（米子保健所）にも声をかけていただき、第4回から参加させていただいております。

在宅医療にかかる医療機関アンケートの結果を分析する中で、在宅医療が進むには、在宅医療を提供する側の体制を整えるだけでなく、住民の皆様やご家族から、「在宅で暮らしながら必要な医療を受けたい。」「介護サービスや生活支援も併せて受けたい。」と声を出してもらうことが必要。そのためには住民の皆様在宅医療や終末期のことをもっと知ってもらうことが必要との意見が多く出されました。

2 事前意思表示の手帳版をつくりたい

終末期を扱った映画やテレビ番組もあり、もしもの時の希望や自分史をしたためておく「エンディングノート」が知られるようになりました。その気になれば書店でも購入ができます。

医療の場でも、終末期医療のために書面で事前の意思表示をしてもらうことがあります。

が、死に直面していない住民にとっては、まだまだ身近なことではありません。

そんな時、高齢化の進んだ日南町の地域包括支援センターで、終末期に関する講演会を開催して「もしものときのしあわせノート」を作られたことを知りました。

内容はとてもわかりやすく、やさしい雰囲気のエンドイングノートでした。A4の冊子で、記載欄も多かったことから、こんな内容で、もう少しコンパクトにできないかと、在宅医療推進委員会にも紹介しました。また、ノートの内容を使わせていただくことが可能か伺ったところ、使ってよいとご快諾いただきました。

平成25年7月の第11回西部医師会在宅医療推進委員会で、11のプロジェクトチームで活動することが決まり、私は「エンゼルノート（仮称）作成チーム」のチーム長をさせていただくことになりました。

「平成26年1月に米子市在宅医療推進フォーラムが開催されるので、ツールとなる手帳を住民に配布したい」との野坂会長の意向を受け、手帳のたたき台を準備して平成25年10月にプロジェクトチーム会議を開催しました。

野坂会長、面谷先生、高見先生、藤瀬先生、細田先生、都田先生、ケアマネージャーの小山さん、事務局の伊田さんにお集まりいただいて検討しました。

「人生の終末期の治療希望を『事前指示書』として作成することに、一般の方も医療従事者も7割以上賛成しているが、実際書いている人はほとんどいない。気軽に書いてもらえるような小さな手帳を工夫したい。」と野坂会長から趣旨説明があり、終末期医療に活用できる手帳とは？手帳の名称は？等々意見交換を行いました。

3 「もしもの時のあんしん手帳」ができた！

手帳の目的は、住民が自分の終末期の希望を記すことで周囲の者に思いを知ってもらい、今をよりよく生きると同時に、意思表示ができなくなったときに備えるツールにすることです。

まず、介護が必要になった時の希望、次いでもしもの時の医療の希望、3番目に大切な人へのメッセージ、最後にかかりつけ医や緊急連絡先を記載してもらいます。

できるだけ簡単に記載できるようチェック欄を多くし、自由記載欄を設ける、大きな字で見やすく、書きやすくすることを心がけました。

原案をプロジェクト委員や在宅医療推進委員委員等に諮っていただき、内容を確定、事務局で印刷の見積もりをしてもらったところ、比較的安価でしたので、よりカラフルでイラストの多い手帳にしてい

ただくことができました。

米子市在宅医療推進フォーラムの予算で1万500部を印刷。鳥取県西部医師会在宅医療推進委員会編、米子市発行で、著作権は西部医師会にあります。米子市から、西部圏域の他の市町村でも使用してよいと了解いただいています。

4 手帳の活用と更新に向けて

米子市在宅医療推進フォーラム参加者への配布をはじめとして、今年度米子市の公民館等での在宅医療講演会（出前講座）に希望が上がっている18箇所でも手帳を紹介、配布してご記入いただき、医療機関や介護支援事業者、包括支援センター等でもご活用いただく予定です。

手帳が必要な時は西部医師会事務局にお問い合わせ下さい。西部医師会ホームページ上でも見ることができ、印刷もできます。

手帳の評判は悪くないように伺っておりますが、西部医師会では今後、増刷に併せて改定の予定ですので、修正を要する点など、ぜひご意見をお寄せいただければと思います。

手帳では、具体的に在宅でどんな医療がどのように受けられるのか、どんな手続きが必要かなど詳しくは記載していないので、患者様やご家族にあわせて医療機関の先生方や連携室、看護師の方から説明していただくとよいと思います。今後参考になるパンフレット等も準備できればいいと思っております。

また、出前講座の参加者は高齢の方がほとんどなので、これから定年を迎える方や、今介護をしている年代の方にも知っていただいて、将来に備えて在宅医療について考え、記載していただくような機会が増えることを期待しています。

5 おわりに

「もしもの時のあんしん手帳」の作成と活用にあたりましては、西部医師会のみなさまや事務局、米子市など市町村や事業所等、関係のみなさまに大変お世話になりましたこと、重ねてお礼申し上げます。

今後も皆様と力を合わせて推進したいと思っておりますので、どうぞよろしく願いいたします。

