

図1：在宅医療が必要な方とは

足腰が不自由となり、一人で外出や通院が難しくなった
病院から退院したが、自宅での療養が必要となった
認知症の進行により、自宅でより手厚い看護、介護が必要
がんにより痛みや体力低下により通院が難しく、自宅での看取りを希望している
神経の難病などで、人工呼吸や経管栄養などの医療処置が必要
心臓や肺の病気が原因で、少しの動作でも息切れなどあり、通院が難しくなった
障がいがあり、医療的なケアが必要なお子さん（医療的ケア児）
在宅で寝たきりとなり、入れ歯が合わなくなった（訪問歯科診療）など

診療することには違いはありませんが、厚生労働省が定めたルール（保険診療）上は大きな違いがあります。「訪問診療」では、定期的に患者宅を訪問すること（最低でも月1回）、緊急時には24時間の対応が求められます。また、在宅医療の特徴として、医師（歯科医師）は医療職、介護職と連携し、患者情報を共有して多職種連携（協働）でチーム医療を行います。

3 在宅医療でできること

診察や処方箋発行などは、外来診療と同様に行います。しかし、検査については、訪問診療を行うクリニックにより出るものと出来ないものがありますので、訪問診療医から事前によく説明を受けておく必要があります。どうしても行えないものは、CT、MRI、通常の内視鏡検査等が挙げられます。治療につ

ても、訪問診療医により行えるものとそうでない場合がありますので、事前によく説明を受けておきましょう。当院の場合、図2のようにまとめることができます。

おわりに

病院から「もう治療法はありません」と言われても、最後まで住み慣れたご自宅で、家族とともに過ごすことはできます。ぜひ、諦めずに近く

図2：在宅医療でできること

- 診察（問診、視診、触診、聴診、打診）
- 処方箋発行 → 保険調剤薬局で薬剤入手
- 検査：採血（血液検査）、検尿、細菌培養
：超音波検査（エコー）
：胃ろう内視鏡
：レントゲン、心電図
：内視鏡、CT、MRIなどは不可能
- 治療：内服薬、点滴（病状・環境による）
処置（カテーテル類、切開、など）

の医療関係者と相談してみてください。

「人生会議」ってなに？

皆さんは「人生会議」という言葉をお聞きしたことがありますか？

人生会議とは人生の最終段階をどう過ごしたいか？ということについて

あらかじめ考えて、大事な人たちと話し合っておくことです。

人生の最終段階になりますと、約70%の方々が病状や体調から、自分の



横浜市立大学
総合診療医学 准教授
くさかべ あきひろ
日下部 明彦 先生

望む医療やケアを伝えることが難しくなると思います。それに備えておきましょう。ということです。

超高齢社会において、私たちが地域で生き生き

と生活するためには国民自身が主体的に人生会議を行うのがよいだろうということ。厚生労働省や各自自治体が人生会議の目的ややり方についての普及啓発を行っています。

国民調査を行うと、人生の最終段階の過ごし方などを考えること、話し合うことをやったほうがよさそうだと思う方は半分以上います。ただ、

ちよっと荷が重いか、まだ先の話だとか、なるべくしたくない。先延ばしにしたい。と考える方も多いようです。

実際に詳しく話し合っている方は1割もいないという結果でした。

元気に暮らしていても、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。そのような病状になると、医療やケア

については自分で判断すること
は難しくなります。

その際には、医療者は皆さんの家族と相談をするわけですが、ご家族も本人の考えや価値観をよくわかっていないと、どのような医療・ケアをしてあげればよいのかわからないのです。

ピンピンコロリが理想
と言いますが、急にコロ
リといってしまうと、本
人は良くて、家族は本
人の意向がわからずに大
変な思いをするかもしれ
ないのです。

自分の最期の医療やケアについての望みは家族などだれかと話し合い共有しておくことがとても大事なのです。

【医療処置を決めておく
ことではない】

ここで、重要なことは
希望する医療の処置を決
めておく必要はないとい
うことです。

例えば、私は苦しうだから人工呼吸器治療をしない。という方がいますが、人工呼吸器治療をする体の状況を具体的にイメージできますでしょうか。

新型コロナウイルスになり
呼吸状態が悪化し、人工
呼吸器治療をして社会復
帰をした人もいますし、
そのまま亡くなる方もい
ます。多くの方はその時
の病気や病状次第で救命
の可能性が高く、なるべ
く辛くはなく、元の生活
に復帰できる可能性が高
い治療を望むのではない
のでしょうか。個別の医
療処置をやるかやらない
かを予め決めておくとい
うことは、助かる命を諳
め、望む生活を実現する
可能性を狭めてしまう可
能性があります。

【延命治療とは何のこと?】

また私は「延命治療」



はしなくてよいです。という方がいますが、「延命治療」は人それぞれの捉え方があります。「延命治療」を希望しないということだけでは、医療者に意図は伝わらず、望む治療が受けられず、逆

延命治療と考えます。私はそのような延命治療を望みません。」というように、自分はどのような状況で行われる治療を延命治療と考えているのかということ伝えることが重要になります。

【人生会議は自らやろう】

終末期の過ごし方を考えるなんて、辛気臭くていやだと思う方もいらっしゃるかもしれませんが、考えた方がよさそうだと思います。敢え

て考えないのもその方の価値観です。体に悪そうだと思いますが、食べてしまうのが人間です(笑)。人生会議は押し付けられてやるものではありません。また誰かに押し付けるものでもありません。私たちが最期までよりよく生きるために人生会議ということがあります。私は人生会議とは、自身自身を深く知り、他人との違いを知り、みなそれぞれが望む人生の最終段階の生活があるということとを理解するために行うものだと思います。人生会議が広まれば他者に優しい思いやりにあふれた世の中になるのではないかと思います。人生会議はやるなら自らです。私たち医療介護福祉の人間はいつも皆さんの近くにあります。人生会議へのお手伝いが必要でしたらお声をかけてください。

もしも手帳について

横浜市立大学 総合診療医学 准教授 日下部 明彦

横浜市でも、前述した「人生会議」の普及・啓発を進めるための取組を行っています。

内容

横浜市では2017年より、人生の最終段階での医療・ケアについて、市民の方それぞれが考え、望む過ごし方ができるような方法を医療従事者や介護従事者、弁護士等の多職種で話し合う『横浜市人生の最終段階の医療等に関する検討会』を設置しています。その検討会で検討を重ね、「人生の最終段階」での医療やケアについて元気なうちから考えるきっかけとなり、家族等の信頼のおける人と話す際の手助けとなるような市民の方への啓発ツールである『もしも手帳』を作成し、2019年より配布しています。



もしも「治らない病気等になり、意思表示ができなくなったら」というイメージのもとで、中面の3つの質問について考えて頂きます。選択肢をチェックする方式とし、回答しやすくしています。

① 治療やケアの希望 ② 代理者（誰に医療・介護従事者と話し合ってほしいか）の希望 ③ 最期を迎える場所の希望 形態・配布方法

見開きで薄く、持ち運びしやすいコンパクトなサイズ（9.5cm×13cm）です。ケース（お薬手帳用）とセットでお配りします（配布部数累計32万部（令和4年度末））。考えた内容を携帯すること、かかりつけ医等との話し合いにつながります。

配布場所

区役所高齢・障害支援課、地域ケアプラザ、在宅医療連携拠点（在宅医療相談室）、一部の市内薬局・病院・診療所等 私たちが「もしも手帳」を

人生会議短編ドラマ

2021年には「もしも手帳」を軸に物語が展開する人生会議短編ドラマをYouTubeで公開しました。

壮年期編と高齢期編のドラマが二本あります。（それぞれ12分間ほど）

壮年期編の主人公は高島礼子さんです。まずまだあまり深刻な病気は考えてもいない働き盛りの40代50代60代あたりの方々をイメージしたお話です。

ドラマのなかで、主人公のお母様はがんで亡くなります。

がんに限らず、若くても急に大きな病気になることもあります。

病気や大きなケガの時に急に病状が悪化するということもあります。

元気に過ごしていても、人生会議を始めおくということが大事というメッセージが込められています。

高齢期編の主人公は竹中直人さんです。

そろそろ同年代で高血圧、糖尿病など生活習慣病になったり、体の調子が気に

なる方が増えてきた60代70代それ以降の方々をイメージしたお話です。

主人公の友人は心臓の家系という自覚をし、健康には気をつけていましたが脳出血で倒れてしまいました。

これは、将来かかる病気は自分では選べないというメッセージです。どんな病気やどんな病状になるかはわからないので、今のうちに個別の医療処置をする、しないと考えるよりも、誰ならば自分をわかってくれて、自分の思うような治療を選んでくれるかな？ということを考えることが大事であるというメッセージが込められています。

人生会議短編ドラマをご覧になって、感想を言い合うだけでも人生会議の一部です。

まだの人はお早めに(^_^) もうしている人も、ドラマ視聴をきっかけに改めて人生会議をしてみてください。

作成する上で大事なポイントとしたことは以下です。

- ① 人生会議のきっかけ作りの道具である。
- ② もしも手帳を使って自ら考え、話し合えば、それは人生会議の一部である。

- ③ もしも手帳に何かを書くことよりも話し合うことが大事
- ④ 所謂、事前指示書（あらかじめ希望する医療処置等を示しておく書面）ではない。
- ⑤ 何度でも話し合い、書き直してよい。

「もしも」手帳は少し表現を簡易にした「わかりやすい版」も作成し、すでに3万部ほど発行しています。何度でも新しい手帳を入手して、また新しく人生会議をしてみてくださいと思います。

のぞりの世代（高齢期）編

～みなとの見える街で～

主演：竹中直人さん



字幕版は 横浜市 人生会議 検索 で検索！

働き盛り世代（壮年期）編

～みどりの見える街で～

主演：高島礼子さん

