新見公立大学紀要　第39巻
pp. 189－192, 2018

報告

地域住民を対象としたAdvance Care Planning啓蒙の研修会の評価

木下　香織[1)]*・福田　秀之[2)]

1）新見公立大学健康科学部　2）新見市西方公民館

（2018年11月21日受理）

地域住民を対象にAdvance Care Planningの啓蒙を目的とした研修会を企画した。研修会では、参加者にAdvance Care Planningを身近に感じてもらえるようカードゲームを用いたグループワークを取り入れた。研修会終了後に、研修会の評価を目的とした質問紙調査を実施し、参加者26名から調査の協力を得た。回答の内容から、半数近い参加者が、人生の最期の迎え方について考えたり伝えたりした経験を有していた。カードゲームを用いることの有用性を感じており、ほとんどの参加者が人生の最期の迎え方を家族に伝えていきたいと回答していた。研修会全体を通して肯定的に評価していた。ゲームに用いるカードに記載された宗教的な内容や外来語の理解が難しいという意見もあり、語句の理解を補足して進行するなど、運営上の配慮が必要であることが示された。

（キーワード）地域住民、Advance Care Planning、カードゲーム

Ⅰ　緒言

我が国では、高齢者数の増加に伴い多死社会となっている。死亡数は年々増加しており、2016年の年間死亡者数は130万人を超え、そのうちの75歳以上の後期高齢者が約75％を占めた[1)]。海外においては、高齢者の43％は終末期に治療に関する意思決定が必要となるが、そのうち70％は意思決定の必要なときには判断能力を有していないことが報告されている[2)]。

意思決定のプロセスは、医療・ケアチームの専門知識に基づく最善の判断と本人・家族による個人の価値観や人生の生き方などの情報を共有し、双方向のコミュニケーションを経て合意をめざすものであり、本人の意思決定ができない場合に医療者は家族と話し合うというものである[3)]。しかし、わが国の高齢者を対象とした終末期の延命治療に対する代理意思決定についての調査[4)]では、対象者の70％以上が「自分の気持ち（意思）を伝えてくれる」「たぶん自分の気持ちに合わせてくれる」と回答していたものの、意思を伝達したことを根拠とする者は18.8％にとどまっていた。代理意思決定の根拠では、「意思伝達の必要性の気づき」24.6％、「意思伝達の困難さ」13.5％などの回答も多かった。高齢者本人の意思を明確に把握できていない場合、家族による代理意思決定は困難となる。

以上のことから、最近ではAdvance Care Planning（以下、ACPとする）の重要性が唱えられている。ACPとは、一人の患者の死にゆく過程においてその人の価値や目標、受けたいと思う医療について話し合う過程であり、それによって、その患者の終末期に自身の思いを話せなくなった状態になっても自らが望んでいた医療を受けることができるようにする一連の流れのことである[5)]。そして、終末期医療における医師・患者のコミュニケーション・ツールとして米国で作成された『Go Wish game』を翻訳されたのが『もしバナゲーム』である。「もしも余命があと半年から1年だとしたら」という想定で、そのとき自分がどのようなことを大切にしたいかをカードから選び、それを人と話し合うものである。

そのほか、医療者と患者が協働して問題解決を目指す新たなアプローチとしてShared decision makingへの関心も高まっている。これらによって、高齢者本人の思いを尊重した医療の提供につながるものである。

今回、地域住民を対象として『もしバナゲーム』を用いたグループワークを取り入れた研修会を企画した。ACPは、高齢者が元気で、自分の言葉で願いを伝えられる時期から、家族とのコミュニケーションを始めておくことが必要[6)]である。そして、心身の機能と、それが土台となって展開する人生のあれこれの活動のポテンシャルについて、衰退していく曲線を想定してどう生きるかについてのプランを立てることこそ、最期に向かう心積もりをする意義がある[3)]。今回のグループワークを通じて、高齢者が自身の人生最期の迎え方について考える機会となり、家族と話し合うきっかけとなることをねらいとしている。本稿では、Advance Care Planning啓蒙のための地域住民を対象にカードゲームを取り入れた研修会の評価を行うことを目的としている。

*連絡先：木下香織　新見公立大学健康科学部看護学科　718-8585　新見市西方1263-2

II　研修会の概要

本研修会は、A市B公民館主催の平成29年度人権講演会の提案を受け、筆者が下記の内容を企画した。

1．研修会の目的

地域住民が自身の人生最期の迎え方について考える機会となり、家族と話し合うきっかけとなる。

2．研修会の内容

本研修会は、「人生・幸福・終活　～自分らしい生き方とその備えを一緒に考えよう～」と題して、参加者がテーマについて身近に感じ、考えられるよう、前半は筆者の親族のACPについて紹介し、後半はACPの話し合いのために開発されたカードを用いたグループワークを計画した。

1）対象：B公民館の呼びかけで研修会に参加した住民

2）開催日：平成30年1月20日（土）10：00～12：00

3）講演

4）グループワーク

3．評価方法

本研修会の評価は、研修会参加者に独自に作成した無記名自記式質問紙を配布し、回収した。質問紙の内容は、参加者の属性として年齢、性別、家族構成、択一式の質問として人生の最期の迎え方についてのこれまでの経験、「もしバナゲーム」を用いた話し合いの効果、人生の最期の迎え方についての今後の行動について、および感想や意見は自由記載を依頼した。

4．倫理的配慮

研修会参加者には、質問紙の配布に先立ち、目的･方法、無記名で個人が特定されないこと、調査に協力しないことで不利益を被ることはないことなどを紙面と口頭で伝えた。また、質問紙の表紙に調査協力への同意を確認する項目を設け、同意が確認できた質問紙のみを集計･分析対象とした。

III　「もしバナゲーム」とグループワークの実際

終末期医療における医師・患者のコミュニケーション・ツールとして米国で作成された『Go Wish game』を翻訳されたもので、「もしも余命があと半年から1年だとしたら」という想定で、そのとき自分がどのようなことを大切にしたいかをカードを用いて人と話し合うものである。亀田総合病院の医師、藤本浩一氏と原澤慶太郎氏により翻訳され、iACPより販売されている。本研修会では、4人1組でおこなうレクレーションルール（ヨシダルール）にて実施した。

研修会の開始時から1テーブル4人で着席できるように、あらかじめ会場の設営をおこなった。参加者の希望のテーブルに着席してもらうように声をかけ、親しい人同士や顔見知りの人と一緒にグループワークできる環境づくりを配慮した。研修会の初めにアイスブレイクを目的とした簡単なレクリエーションを実施し、『もしバナゲーム』の開始時には、テーブルごとに簡単な自己紹介を行い、話をしやすい雰囲気づくりをおこなった。

ヨシダルールでは、手札と場のカードを交換するなどし、最終的に自分が大切にしたいと考える5枚のカードを手元に残す。そのうち、特に大切なカードを3枚選び、選んだカードとその理由など、思考過程を他のプレーヤーに紹介して終了する。今回は、テーブルごとにファシリテーターを1人配置し、ゲームの進行のほか、参加者の表情や言動を観察し、話しにくいことは話さなくてよいことを伝えながら進行した。ヨシダルールでは、自分自身が大切にしていることを考え、それらを言葉にし、さらに他のプレーヤーの価値観を聴くことで、新たな気づきを得られる。

IV　結果

研修会参加者は28人、そのうち26人よりアンケートへの協力を得た（回収率92.9％）。

1．参加者の属性

1）年齢：50歳代1人、60歳代6人、70歳代11人、80歳以上8人

2）性別：男性5人、女性21人

3）家族構成：独居2人、夫婦世帯9人、2世代世帯12人、3世代世帯3人

2．人生の最期の迎え方についてこれまでの経験（表1）

これまでに人生の最期の迎え方について考えたことが「ある」は16人（61.5％）で半数を超えたが、これまでに人生の最期の迎え方について家族に伝えたことが「ある」は11人（42.3％）と半数以下であった。家族に伝えたことがあるうち、その方法は「話をした」が7人（63.6％）で最も多く、「紙に書いた」「話し、紙にも書いた」がそれぞれ1人であった。

表1　人生の最期の迎え方についてこれまでの経験（n=26）

項　目	選択肢	人数（%）
これまでに、人生の最期の迎え方について考えたことはあるか	ある	16（61.5）
	ない	10（38.5）
これまでに、人生の最期の迎え方について家族に伝えてあるか	ある	11（42.3）
	ない	15（57.7）
「家族に伝えたことがある」うち、伝えた方法（n=11）	話をした	7（63.6）
	紙に書いた	1（9.1）
	話し、紙にも書いた	1（9.1）
	無回答	2（18.2）

3．「もしバナゲーム」を用いた話し合いについて（表2）

「もしバナゲーム」を用いた話し合いは話しやすかったかとの問いに対して、「とてもそう思う」13人（50.0％）、「まあそう思う」12人（46.2％）であった。人生の最後の迎

え方を考える上で役立つかとの問いに対しては、「はい」が25人（96.2%）であった。

表２　「もしバナゲーム」を用いた話し合いについて（n=26）

項　目	選択肢	人数（%）
話しやすかったか	とてもそう思う	13（50.0）
	まあそう思う	12（46.2）
	無回答	1（3.8）
人生の最期の迎え方を考える上で役立つか	はい	25（96.2）
	いいえ	1（3.8）

４．人生の最後の迎え方についての今後の行動（表3）

今後、人生の最後の迎え方について家族に伝えたいと思うかとの問いに対して、「ぜひ伝えたい」11人（42.3%）、「できれば伝えたい」14人（53.9%）であった。家族に伝えたいもののうち、その方法は「話す」16人（64.0%）、「紙に書く」5人（20.0%）であった。

表３　人生の最後の迎え方についての今後の行動（n=26）

項　目	選択肢	人数（%）
今後、人生の最期の迎え方について家族に伝えたいと思うか	ぜひ伝えたい	11（42.3）
	できれば伝えたい	14（53.9）
	あまり伝えたくない	1（3.8）
「家族に伝えたい」うち、伝える方法（n=25）	話す	16（64.0）
	紙に書く	5（20.0）
	無回答	4（16.0）

５．感想や意見（表4）

自由記載を依頼した感想や意見を、内容の類似性に沿って整理した。〔自らの最期について改めて考える機会となった〕〔これからの生活の参考になった〕〔今後の生活への役立て〕〔もしバナゲーム使用の効果〕〔もしバナゲーム使用の課題〕〔研修会の評価〕にまとめることができた。

Ⅴ　考察

参加者の質問紙への回答にそって研修会の評価を行う。

今回の参加者のうち、半数近くが人生の最期の迎え方について、考えたり家族に伝えたりした経験を有していた。カナダ国内でのオンライン調査[7]では、半数の人が自身の最期の迎え方について家族や友人と話し合いをしていた。本研修会の参加者と同程度の割合であるが、カナダの調査では、約2割の人がAdvance Care Planningの記録を持っており、半数の人は代理の意思決定者を決めていたことも報告されていた。自身の人生の締めくくりを考える契機には、加齢現象や罹病、退職や重要他者の喪失などの社会的な変化ほか、さまざまなことが考えられる。個人のさまざまな事柄をきっかけとしてAdvance Care Planningが実践されるよう、知識の普及が望まれる。

ほぼすべての参加者が、カードゲームを用いることの有用性を感じていた。また、研修会終了時、ほとんどの参加者が人生の最期の迎え方を家族に伝えていきたいと回答していた。高齢者は、死について考えるがそれを他者に語ることはしない傾向がある[8]こと、高齢者はどのような死を迎えたいかを家族や他者と語る場がないこと[9]が報告されている。Advance Care Planningが広く知られることで、これらの高齢者のニーズも満たされることにもつながる。

研修会全体を通して肯定的に評価していた。一方で、自由記載には、『もしバナゲーム』のカードに記載された宗教的な内容や外来語の理解が難しいという意見もあった。より効果的なグループワークとなるためには、語句の理解を補足して進行するなど、運営上の配慮が必要であることが示された。

表４　感想や意見

分類	主な記述内容
自らの最期について改めて考える機会となった	・自分が今まで考えてなかったので、あらためて考えたいと思った。 ・考えていなかった言葉がたくさんあって、あらためて考えさせられた。 ・初めてのゲームだったのでいろいろと考えることができた。 ・あらためて最期のことを考えさせられた。
これからの生活の参考になった	・かかりつけの医院は入院ができないのでそろそろ入院ができる病院にかわったほうがいいのかなという気になった。 ・いま、考え中。大事なことだと思う。 ・これからの生活の参考になった。
今後の生活への役立て	・今後、人生の最期を家族と話し合いができればと思う。 ・家族でもっと話をしたい。
もしバナゲーム使用の効果	・カードをもとにグループの人の考えを聞くことができ、参考になった。 ・意見、考え方をまとめるには、有効な方法だと感じた。 ・皆さんそれぞれ立場で考えがあることがわかってよかった。 ・話しやすくなり、内容がはずんでよかった。
もしバナゲーム使用の課題	・初めてのことだったので、やり方がすぐに理解できなかった。 ・もしバナゲームは理解できない点があった。 ・宗教的なこと、外来語が難しかった。 ・最後に3枚を選ぶのは難しかった。
研修会の評価	・具体例を示した講話はとてもわかりやすかった。 ・楽しく学べた。

Ⅵ　今後の展望と課題

今回、地域住民を対象としたAdvance Care Planning啓蒙の研修会について、概ね好評を得ることができた。日常的には話題にしがたいテーマであるが、カードゲームを用いることで、和やかな雰囲気で実施することができた。今回は、壮年期以降の参加者であったが、今後は対象者の年齢層や関係性を拡大するなど、Advance Care Planningが幅広い対象に理解され、実践されていくような研修会の企画の検討を継続していきたい。

謝辞

今回の研修会にご参加くださいました皆様、研修会の運営にご協力いただきました皆様に心よりお礼を申し上げます。

利益相反

本研究において開示すべき利益相反はない。

文献

1）厚生労働省: 平成28年人口動態統計月報年計（概数）の概況. [2017年12月アクセス] http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei16/dl/02_kek.pdf
2）Solveira MJ,Kim SY,Langa KM. Advanced directives and outcomes of surrogate decision making before death. N Engl J Med.2010: 362（13）: 1211-1218.
3）清水哲郎: 本人・家族の意思決定を支える－治療方針選択から将来に向けての心積りまで－. 医療と社会, 25（1）, 35-48, 2015.
4）牧信行, 小杉一江, 永嶋智春他１名: 終末期の延命治療に対する代理意思決定: 高齢者の認識と課題.　日本プライマリ・ケア連合学会誌, 39（3）, 150-156, 2016.
5）Green MJ, Levi BH: The era of "e": The use of new technologies in advance care planning., Nurs Outlook, 60（6）, 376-383, 2012.
6）吉岡佐知子：アドバンス・ケア・プランニングで実現する"自分らしい最期", エンド・オブ・ライフを見据えた"高齢者看護のキホン"100, 日本看護協会出版会, 67, 東京, 2015.
7）Ana A Teixeira, Louise Hanvey, Carolyn Tayler, et al: What do Canadians think of advanced care planning? Findings from an online opinion poll., BMJ Supportive & Palliative Care 2015;5:40-47.
8）谷田恵美子, 遠藤明美, 安東由美子, 他2名：「死への準備」に対する認識　死を回避したい思いと死後の世界観の尊重. インターナショナルNursing Care Research, 9（4）, 1-9, 2010.
9）彦聖美, 田島祐佳: 高齢者が捉える生と死に関する文献検討, ホスピスケアと在宅ケア, 19（1）, 42-49, 2011.