

# ACPと終末期患者さんとの関わり方


## ～ユニバーサル・ホスピスマインドを すべての人生のそばに～

小澤 竹俊  
めぐみ在宅クリニック  
エンドオブライフ・ケア協会

1

### Aさん (92歳女性) 心不全末期


高齢者介護施設にて療養されているAさんは、慢性心不全のため、今まで入院を繰り返していました。しかし、入院のたびに不穏となり、点滴を自己抜去するために身体の一部を拘束しなければいけませんでした。娘さんはお母さんが苦しむ姿を見たくない思いがありました。先週から感冒症状から、心不全が悪化してきました。KPの娘さんは、入院治療がよいか、それともこのまま高齢者施設で在宅医療を受けながら療養を継続するとよいか悩んでいます。



2

### ACPIにおけるコミュニケーションの役割

ジレンマとは、ある問題に対して2つの選択肢が存在し、そのどちらを選んでも何らかの不利益があり、態度を決めかねる状態を言います。人生の最終段階では、判断に迷う場面が多くあります。



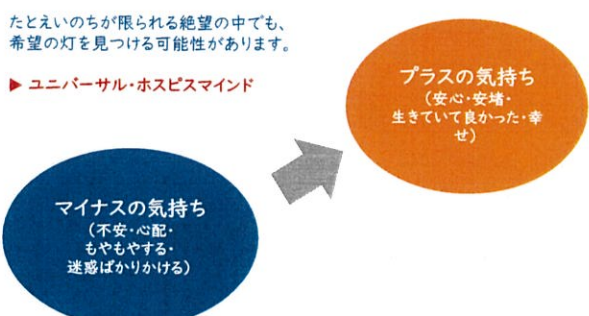
どれを選んでも悩む中で、1つを選ばなければなりません。

3

### 意思決定支援における コミュニケーションの役割

たとえいのちが限られる絶望の中でも、希望の灯を見つける可能性があります。

▶ ユニバーサル・ホスピスマインド



マイナスの気持ち (不安・心配・もやもやする・迷惑ばかりかける)

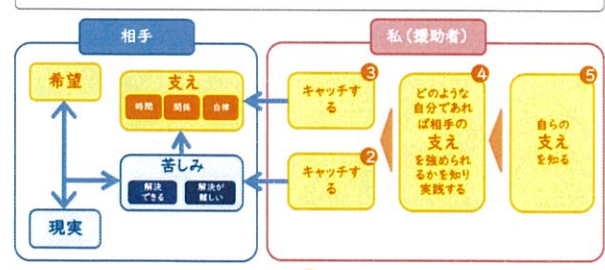
プラスの気持ち (安心・安堵・生きていて良かった・幸せ)

4

## 目の前に苦しむ誰かを 想像してみてください その人が笑顔になれる 方策を考えてみましょう

5

### ユニバーサル・ホスピスマインド




援助的コミュニケーションの基本  
～苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しい～

6

### Aさん（92歳女性） 心不全末期

入院をした方がよいか、このまま施設で療養した方がよいか、娘さんが迷っています。娘さんの力になりたいと願っているスタッフが声をかけました。

スタッフ：入院して治療することはいかがでしょうか？  
 Aさん：多分手足を縛られるから、入院させたくない  
 スタッフ：では、このまま施設で過ごすのはいかがでしょうか？  
 Aさん：もしかしたら治療が不十分でなくなってしまうかもしれない…。  
 スタッフ：なかなか決められないのですね。あなたの気持ち、よくわかりますよ。  
 Aさん：…あなたに、私の気持ち、わかるはずない…。



©一般社団法人「より！アブリア」の登録商標

7

### ほんとうに苦しんでいる人の 気持ちを理解できるでしょうか？

私

↓

心配する

↓

が (観察)

相手

↑

を理解しようとする

相手

↓

聴く

↓

が

私

↑

を理解者と思う

All rights reserved. Copyright © 2017 Life Care Association of Japan

8

### 援助的コミュニケーション

私

←

伝えたいこと

→

相手

わかってもらえたと思える

自分の伝えたいことがわかってもらえたときに思わず出てしまう言葉  
**そうなんです**

1. 伝えたいことをキャッチする
2. 伝えたいことを言葉にする
3. 言葉にした伝えたいことを相手に返す（反復の技術）

All rights reserved. Copyright © 2017 Life Care Association of Japan

9

## 演習

### 1対1の対応を学ぶ

10

## 3つの約束

1. メモを取らない
2. 語尾は「ね」で終わる
3. 安心感のある態度で聴く

All rights reserved. Copyright © 2017 Life Care Association of Japan

11

### まとめ

苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しい

相手から見て「わかってくれる人」になるには…

苦しんでいる人は

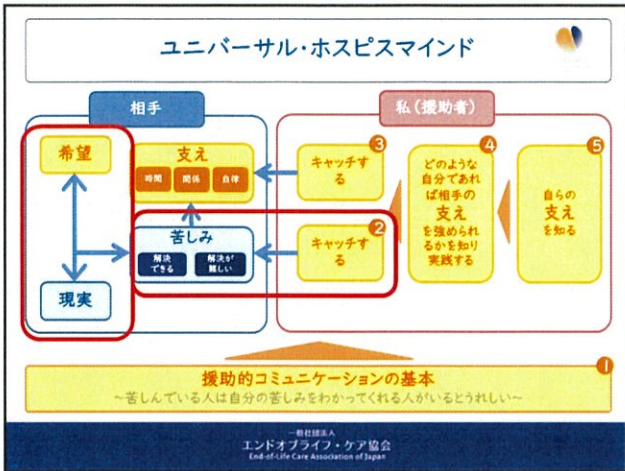
相手の伝えたい言葉をしっかり聴いて、**反復**しよう！

「わかってくれる人」がいるだけで、まっくらに思っていた世界のなかでも、1つのあかりを見つけることができるでしょう

All rights reserved. Copyright © 2017 Life Care Association of Japan

12





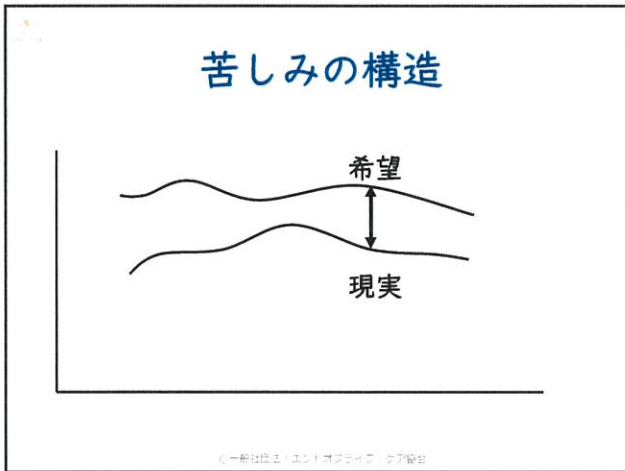
13

問い

どうしたら、相手の苦しみに  
気づく感性を磨くことが  
できるのでしょうか？

一般社団法人エンドオブライフケア協会

14



15

苦しみは2つに分けて考える

1. 解決できる苦しみ

- ・痛みに対して適切な症状緩和を提供する
- ・希望する医療・希望しない医療について尊重する

2. 解決が難しい苦しみ

- ・まだやりたいことがいっぱいあるのに…なんで？
- ・これからいったいどうなるのだろうか？

16

16



17

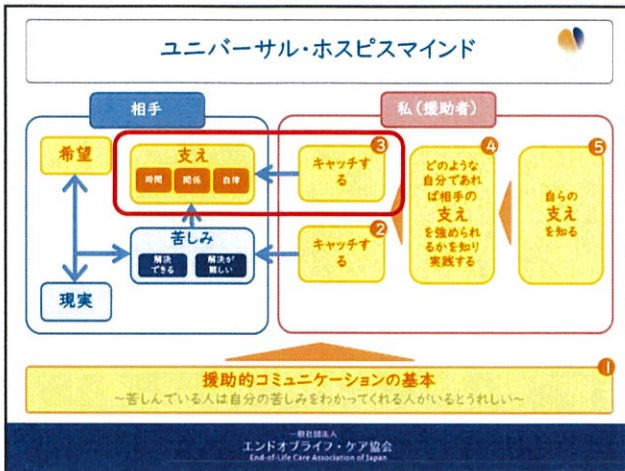
解決が難しい苦しみ

なんで私…  ?

理不尽な苦しみを前に  
私たちは時に言葉を失います

一般社団法人  
エンドオブライフケア協会

18



19

固定観念を壊す

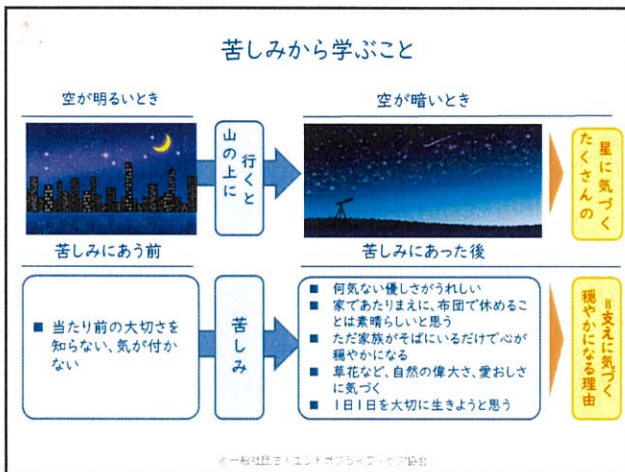
苦しみの原因があると、結果としてマイナスの気持ちになる…

本当でしょうか？

街を歩いていてガムを踏んづけるとどんな気分になりますか？

All rights reserved. copyright End-of-Life Care Association of Japan

20



21

問い

今までの人生で苦しかった時あなたにとって頑張れた理由(支えになったもの)はありますか？

(個人ワーク)

All rights reserved. copyright End-of-Life Care Association of Japan

22

支えとなる関係

人は1人では弱くても、自分のことを認めてくれる誰かとの支えとなる関係が与えられると、一転して強くなります

私

相手

23

23

支えとなる関係

- ・ 家族
- ・ 友人
- ・ ペット
- ・ 自然
- ・ 人を越えた存在とのつながり など

私

相手

24

24



## 将来の夢

**人は、過去の体験から生まれた将来の夢に向けて、  
今を生きようとしてます**

たとえ今がつらくても、将来の夢があるとき、  
生きようとする力が与えられます



25

25

## 選ぶことができる自由 (基本的人権)

選ぶことができないと苦しい

選ぶことができると嬉しい

一人の人間として選ぶことができる自由は、  
基本的人権です。

©一般社団法人エンドオブライフケア協会

26

自分がもしがんであと3ヶ月のいのちであれば何をしたい？

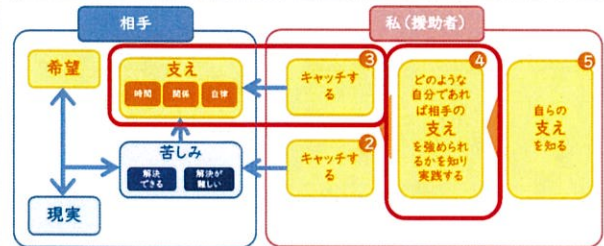
### 1. 選ぶことができる自由

- ①療養場所：どこで過ごしたいか
  - ②心がおちつく環境・条件：何が必要
  - ③尊厳：大切にしてきたこと、誇り
  - ④希望：希望すること、希望しないこと
  - ⑤保清：下の世話をゆだねるのか
  - ⑥役に立つ、役割：人生の教訓を教える
  - ⑦ゆだねる：こだわってきたことをゆだねる
  - ⑧栄養：口から食べること、点滴など
  - ⑨お金：介護費用、相続など
2. 支えとなる関係：家族、友人、スタッフ
3. 将来の夢：天国から家族を見守るなど

©一般社団法人 エンドオブライフケア協会

27

## ユニバーサル・ホスピスマインド



### 援助的コミュニケーションの基本

「苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいるとうれしい」

一般社団法人  
エンドオブライフケア協会  
End of Life Care Association of Japan

28

## 具体的な対話の練習

Aさん、認知症・老衰

衰弱の進行から、ほぼ寝たきり状態です。食事がほぼゼロの状態が続きます。経過より短い日の単位の予後が、予測されています。家族が面会に来ました。

Aさんも家族も笑顔になることはできるでしょうか？

©一般社団法人 エンドオブライフケア協会

29

## 具体的な対話の練習

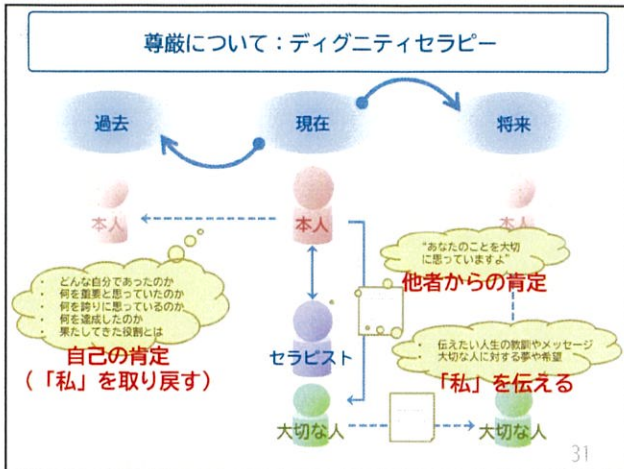
2人ペアになります。

家族役：利用者さんが、誰にあたるかを決めてください。その人を思い浮かべながら、どんな人が、何を大切にしてきた人かを考えておいてください

聴き役：面会に来た家族と、利用者さんのことで対話を行います

©一般社団法人 エンドオブライフケア協会

30



31

会話が困難なケース

老衰・認知症では、会話が困難なことがあります。それでも、笑顔になる可能性はあります。

首をたてにふる言葉を  
探しましょう

32

32

本人が会話困難な状況においても、  
“わかってくれる人がいるとうれしい”

本人からのメッセージは  
家族がこれから生きる力になる

本人と家族との“つながり”をつくる

33

33



34

勇者ヒンメル：  
生きているということは、誰かに知って  
もらっていて、覚えてもらうことだ  
フリーレン：  
覚えてもらうためには、どうしたらよい？  
勇者ヒンメル：  
ほんの少しいい  
誰かの人生を変えてあげれば  
きっと、それだけで十分だと思うよ

35

35

問い

自分自身のことを覚えてもらうために  
大切な誰かが自分のことを忘れないために  
何があるとよいのでしょうか？

(1) あなたの過去で忘れられない人は？  
(2) 忘れられない理由  
(3) 覚えてもらうために、何があると良い？

36

36



関連講座のご案内



終末期のコミュニケーション  
～本人が話すことができないとき、  
対話を通して本人と家族が穏やかになる関わり方～  
End-of-Life Care

2024.3.3 日 13:30-16:30 大阪

どなたでもご参加いただけます。

37

エンドオブライフ・ケア援助者養成基礎講座

動画による事前学習あり

日時 日曜日1日または平日夜3回

会場 現地会場または オンライン

申込 <https://endoflifecare.or.jp/programs/>

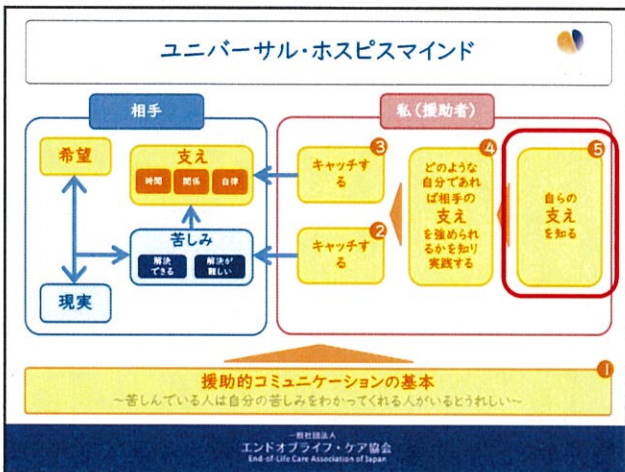



学習内容

- ◆ 課題背景とユニバーサル・ホスピスマインド
- ◆ 人生の最終段階に共通する自然経過
- ◆ 苦しむ人への援助と5つの課題
- ◆ 意思決定支援
- ◆ 自宅・介護施設で求められる症状緩和
- ◆ 多職種連携で「援助」を言葉にする(マクロ)
- ◆ 1対1対応する(ミクロ)

- ✓ 援助的コミュニケーション
- ✓ 苦しみをキャッチする
- ✓ 支えをキャッチする
- ✓ 相手の支えを強める(多職種連携)
- ✓ 自らの支えを知る

38



39

どんなときに、自分を認め  
自分のことを大切に思えるでしょう？

自分を認め大切に思う

何があると自分を認め大切に思えるのでしょうか？

自分が好きになれない  
自分に自信がない



40

自分が、だれからも必要とされていないと感じるほど、大きな苦しみはありません。

病気の人だけが苦しむのではなく、生きている人みんなが持つ大きな苦しみです。

一般社団法人 エンドオブライフ・ケア協会

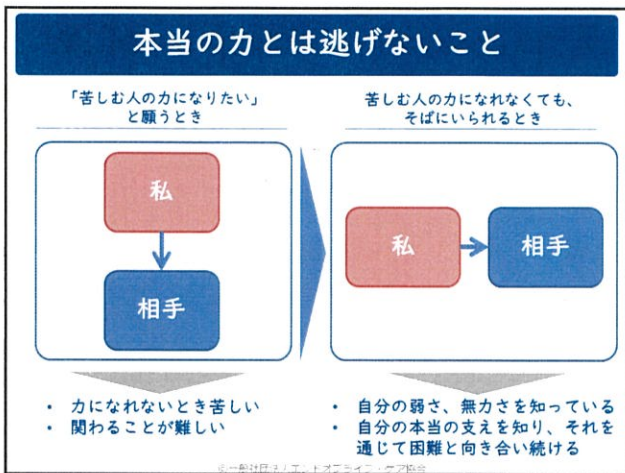
41

魔法の言葉

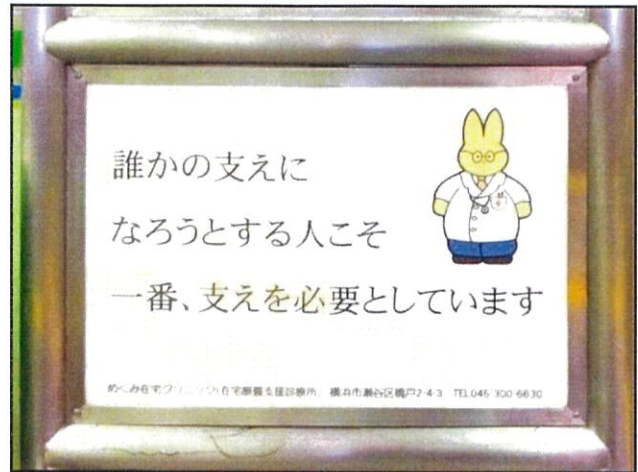
苦しんでいる人は  
自分の苦しみを  
わかってくれる人がいると  
うれしい

一般社団法人 エンドオブライフ・ケア協会

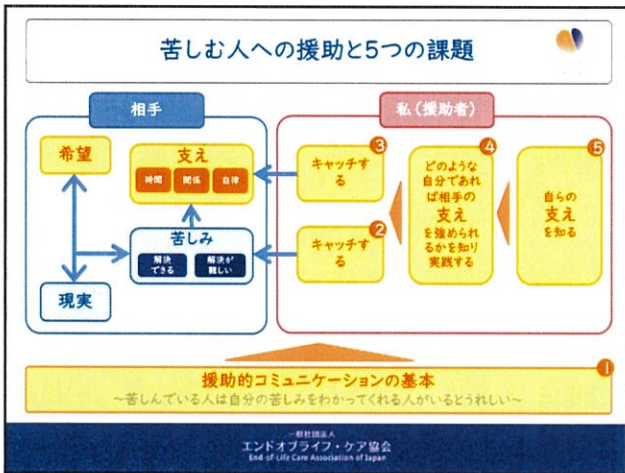
42



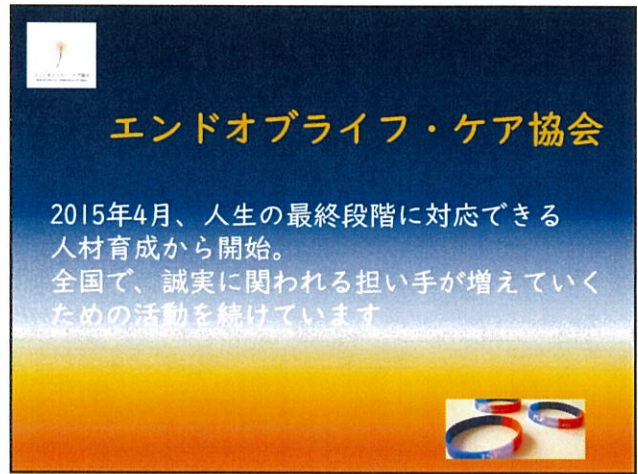
43



44



45



46

### 社会実装とは

研究開発によって得られた知識・技術・製品・サービスを、実社会で活用すること。(デジタル大辞泉より引用)

社会実装の例：スマートフォンで必要な情報が手に入る

他にこんな例も・・・

じゃんけんを始める合図は「最初は、グー」

これは文部科学省の学習指導要領には記載がありません。

これを事実上の標準（デファクトスタンダード）と言います。

End of Life Care Association of Japan

47

### ユニバーサル・ホスピスマインドを社会実装する

火事は小さければ誰にでも消せばだれでも消すことができる。  
 しかし大きくなれば消すことは容易ではない。  
 同じように、苦しみも小さなうちに介入すれば穏やかに過ごせる。  
 しかし大きくなると、専門家でも対応は困難。

一部の人が行う一部の人のためのケアではなく、  
 誰もが半径5mの苦しむ人に気づき関わるができる。

End of Life Care Association of Japan

48



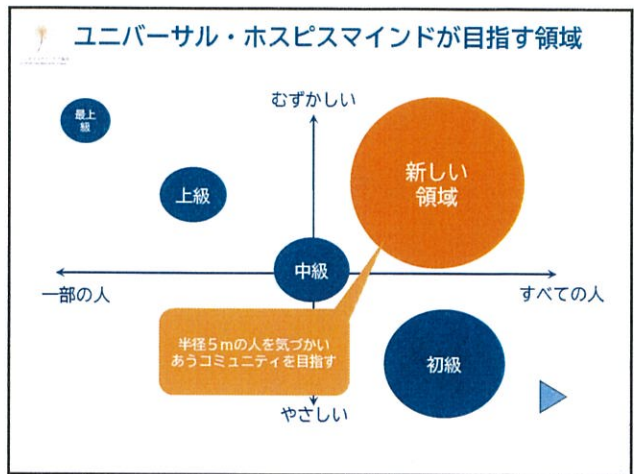
**自分を否定する子どもたちに  
ユニバーサル・ホスピスマインドを届けたい**

私は、今まで私なんて、この世にいな  
ければいいんだ、はやく死んだほうが  
いいじゃないかとずっと思っていました。  
でも、いのちの授業をして、私は生きて  
いていいんだ、生きなきゃいけないん  
だと思いました。

小学5年生感想文より

一般社団法人  
エンドオブライフ・ケア協会  
End-of-Life Care Association of Japan

49



50

**全国に届けるためにあなたの支援を！**

継続的なご寄付で応援  
ELCサポーター

エンドオブライフ・ケア協会のサポーターとして、私たちの活動を毎月のご寄付で応援していただくことができます。

以下のクレジットカードで継続決済をお願いしたいことがあります。

VISA    Mastercard    JCB    American Express    UnionPay

500円/月    1,500円/月    3,000円/月  
5,000円/月    8,000円/月

一般社団法人  
エンドオブライフ・ケア協会  
End-of-Life Care Association of Japan

51

**全国の活動**

- ◆ 折れない心を育てるいのちの授業認定講師：203名
- ◆ 認定ELCファシリテーター：340名
- ◆ 学習会開催グループ：約55グループ

一般社団法人  
エンドオブライフ・ケア協会  
End-of-Life Care Association of Japan

52

YouTube    ユニバーサル・ホスピスマインド

ユニバーサル・ホスピスマインド

ユニバーサル・ホスピスマインド チャンネル

山崎章郎 × 小澤竹俊

山崎章郎先生から学ぶ  
ユニバーサル・ホスピスマインド

一般社団法人  
エンドオブライフ・ケア協会  
End-of-Life Care Association of Japan

53

Coming soon!

**エンドオブライフ・ケア協会  
設立9周年**

**2024.4.13 土**

どなたでもご参加いただけます。

一般社団法人  
エンドオブライフ・ケア協会  
End-of-Life Care Association of Japan

54

## 人材育成の輪が広がるために

会員になって応援をいただけませんか

学びたい人は、ELC養成講座を受けてみませんか

教えたい人は、ELCファシリテーター・OKプロジェクト認定講師  
(いのちの授業)になりませんか

志のある人は、一緒に活動しませんか、待っています！

### 文献

・死を前にした人に、  
あなたは何かができますか？

(医学書院)

・折れない心を育てるいのちの授業  
(角川書店)



© 一般社団法人エス・エフ・プロジェクト 2017