

2022年度「地域連携プロジェクト」 「人生会議トランプ」を用いたACP普及啓発活動

共立女子大学看護学部 田口(袴田)理恵、榎本晃子、荒木亜紀、久保善子、高橋美保、4年ゼミ生 西川翼、高橋紗彩、和泉結花、高橋滯花、北村莉々華

背景

人生の最終段階に望む治療・ケア・生活について、家族や医療・介護の支援者に伝えておくことは、最期まで自分らしく生きるために重要。

「いざ、」という時には、意思疎通が難しく、自分の希望が伝えられないことが多いのも現実...

健康なうちから、どのように生活していきたいか、何を大切にしたいか、どのように人生を終えたいか、などについて、繰り返し話し合い、共有することが大切。

そのような話し合いのプロセスをACP=人生会議と呼びます

2020・2021年度 千代田学成果

健康なうちから行う人生会議のきっかけづくりとなる、ゲーム形式の媒体として、「人生会議トランプ」を開発

「人生会議トランプ」とは？

- カードに書かれた『お題』について、ハバ抜きなどで遊びながら話し合う。
- カードには、話し合いをサポートするイラストや『一言メモ』を記載。



プロジェクトの目標

「人生会議トランプ」が、高齢者において、健康なうちから行う人生会議のきっかけづくりとして有効のツールであるか検討し、必要な改善を行う

プロジェクトの概要

ACP普及啓発活動
高齢者を対象に「人生会議トランプ」を使ったACP普及啓発活動を行う。

高齢者への調査
高齢者に対する「人生会議トランプ」の効果を調べる。

WSの開催
「人生会議トランプ」改良について検討する。

支援者への調査
保健医療福祉専門職の「人生会議トランプ」に対する意見を収集する。

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

- 千代田区の高齢者サロンにて「人生会議トランプ」を使った普及啓発活動を行い、
- 高齢者のACPに対する意識にどのような影響を与えるかを明らかにした。
 - 「人生会議トランプ」の改良に向けて、高齢者の反応と感想を分析した。

調査方法

高齢者サロンの参加者に対して、調査目的、人生会議と「人生会議トランプ」の遊び方を説明



ACP普及啓発活動

高齢者への調査

活動に協力いただいた高齢者サロン

	千代田区社会福祉協議会 Aサロン	千代田区社会福祉協議会 Bサロン
実施日時	2022年9月9日 (金)	2022年9月16日 (金)
社協スタッフ	2名	2名
高齢者ボランティア	1名	1名
参加者	学生 2名 教員 2名	高齢者ボランティア 1名 学生 3名 教員 2名

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

参加者の意識の変化

自分の最期について考えることへの抵抗感

自分の最期について考える事への抵抗感が減ったか	そうだ	まあまあそうだ	あまりそうでない	そうでない
2人 (22%)	4人 (44%)	3人 (33%)	0人 (0%)	

66%で、自分の最後について考える事への抵抗感が低下

将来が漠然としていくことによるACPへの取り組みにくさ

将来について考えておこうと思う事柄が増えたか	そうだ	まあまあそうだ	あまりそうでない	そうでない
2人 (22%)	6人 (66%)	1人 (11%)	0人 (0%)	

88%で、将来について考えたいと思う事柄が増加

自分の希望を人に話す意欲の低さ

自分の望む最期について家族や友人などに話したいか	そうだ	まあまあそうだ	あまりそうでない	そうでない
3人 (33%)	6人 (66%)	0人 (0%)	0人 (0%)	

参加した全員で、自身の最期について他者に話す意欲が向上

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

参加者の反応 カードのお題に対する反応

分類	カテゴリー
プラスの反応	盛り上がった話題
	知識の獲得・価値観の共有
	考えなければいけないこと
マイナスの反応	暗い話題と感じた
	内容が重いと感じた
	答えにくいと感じた
改善点	お題の内容の誤解
	表現の仕方

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

参加者の反応 ゲームの体験に対する意見・感想

分類	カテゴリー
プラスの意見・感想	価値観の共有
	若い人が参加することの大切さ
	ターゲット層
マイナスの意見・感想	内容が重いと感じた
	ターゲット層
	ゲームをする上でのやりにくさ
改善点	ゲームをする上でのやりにくさ
	中々カードが揃わない

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

考察 「人生会議トランプ」は、高齢者のACPに対する意識に良い変化を与える

自分の最期について考えることへの抵抗感	将来が漠然としたことによる取り組みにくさ	自分の望む最期について話し合う意欲の低さ
◆死に対して抵抗感が強いとされる高齢者にも「人生会議トランプ」は一定の効果をもつ	◆お題を通して、考えておくと良い話題が明確になる ◆「人生会議トランプ」は、考えにくいとされる『感情的項目』に取り組み意識を高める	◆他者の様々な意見を聞くこと、お題に関して話すことで、意識が高まる

ACP普及啓発活動

高齢者への調査

考察 カードのお題に対する反応

【共通でみられたプラスの反応】
[子どもの頃の思い出]や[119番通報する時に必要な情報の]2種類のカードが出た時は、参加者の明るい表情が見られた。
昔を想起させるカードや医療福祉・地域の社会資源に関する知識を獲得できるカードには「人生会議トランプ」ゲームへの抵抗感を減らす効果がある

【違いがみられた反応】
[最期はどのように迎えたい]、[延命治療]、[エンディングノート]、[葬式]等 Aサロンではマイナスの反応、Bサロンではプラスの反応を示していた。
→前期高齢者よりも後期高齢者の方が死に関する話題に抵抗感がある人が多い
若い世代の参加により場の雰囲気や和らげることや、ファシリテーターを置いて場の雰囲気が暗くなりすぎないようにすることが必要

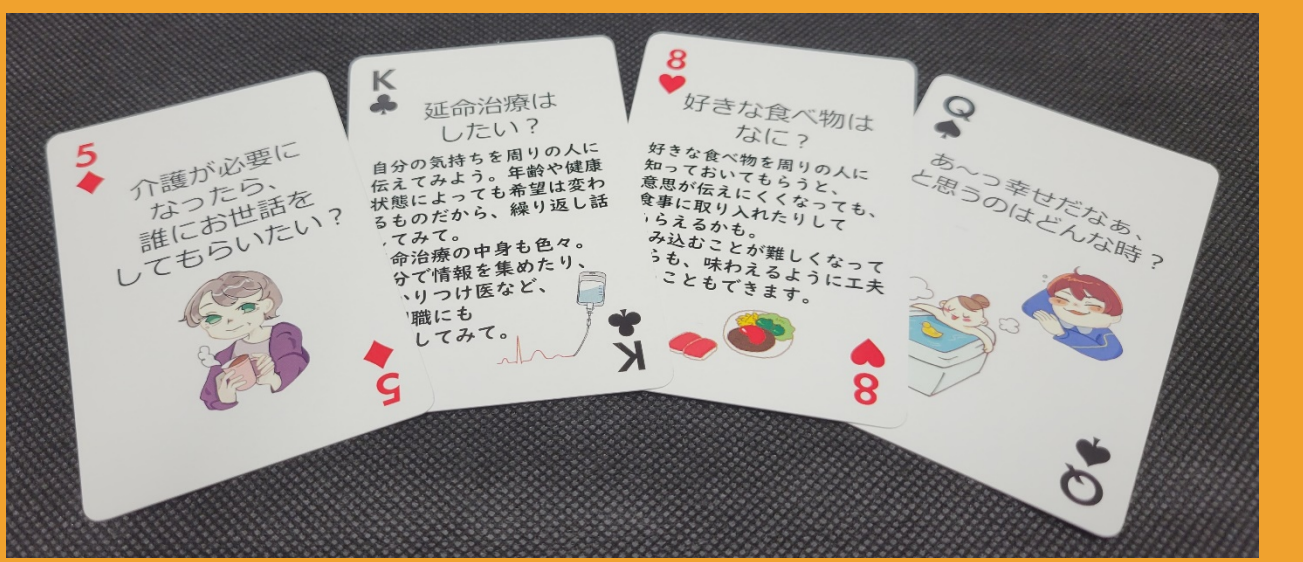
ACP普及啓発活動

高齢者への調査

考察 ゲームの体験に対する意見・感想

【共通であがった改善点】
「カードの文字が小さく、見にくい」、「説明が長く分かりにくい」
一か所による視力や記憶力、認知機能の低下などが要因と推測

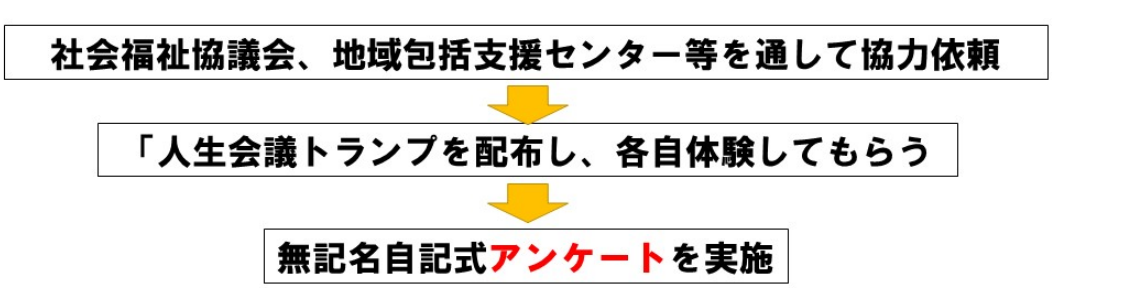
高齢者が「人生会議トランプ」ゲームをしやすくするには、カードの文字のサイズを大きくし、お題を簡潔に書き、分かりやすいように改善する必要がある



支援者への調査

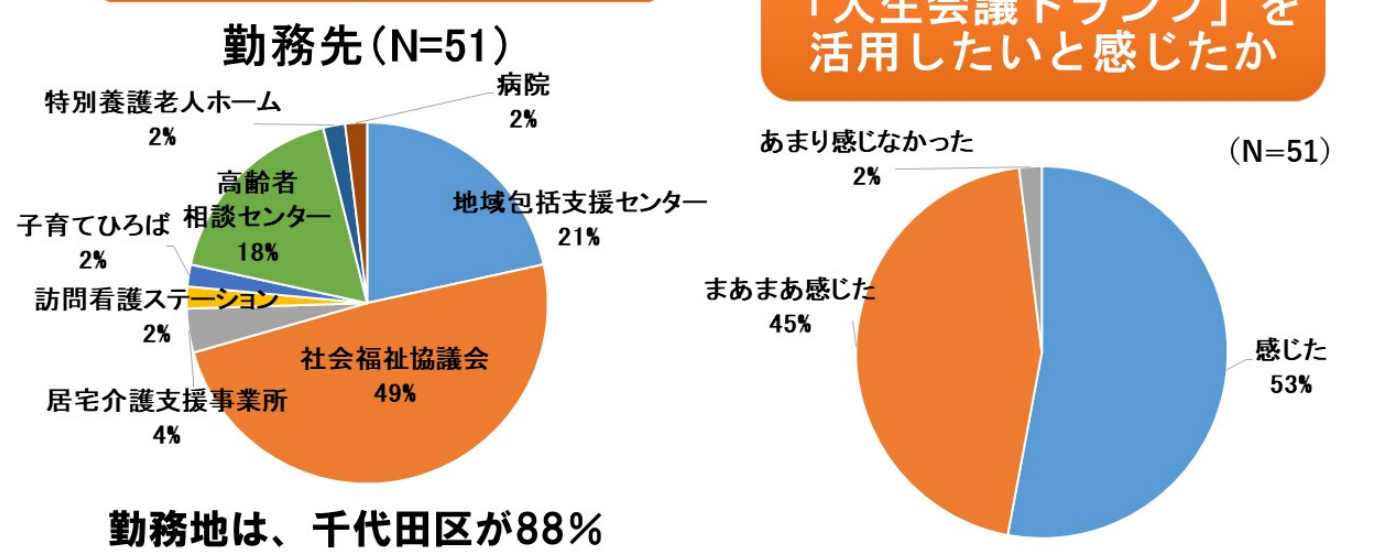
都内で高齢者を支援している専門職を対象に、高齢者支援に活用するために必要な「人生会議トランプ」の改善点について意見を収集した。

調査方法



支援者への調査

回答者の概要



支援者への調査

「人生会議トランプ」改良点 (自由記載)

- トランプの形状などに関する点
- 文字が小さい
 - 高齢者にとってはトランプが小さくて扱いづらい
 - 「人生会議」よりもう少し柔らかいネーミングがあるとよい
 - ラフさ (ふざけ感、くだらなさ) のあるものがよい など
- お題の内容に関する点
- 初対面で話すには難しい内容がある
 - 「延命治療はしたい」などは、人によっては触れてほしくない部分の可能性もある
 - 長い文章の内容は使用しにくい など
- 説明書などの必要性
- 時間がかりすぎないような工夫が必要
 - 意図的にお題を選んで話し合いたい時のために、説明書があるとよい
 - 自然な流れで、家族で人生会議トランプができるようなアドバイスが使い方もともに載っているとよい
 - 発言を忘れるので、簡単に書けるシートがあるとよい など

WSの開催

「人生会議トランプ」改良ワークショップの概要

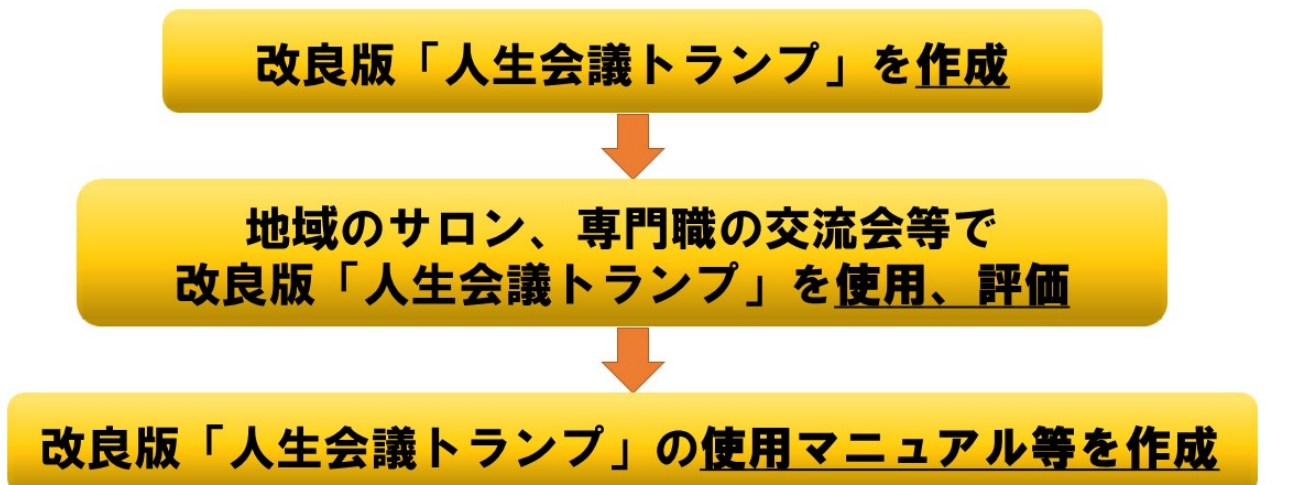
日時: 2022年12月10日 (土)
場所: 共立女子大学3号館
参加者:
千代田区社会福祉協議会 2名
IKILUを考える会 2名
(ACPの普及啓発活動に取り組んでいる、保健・医療・福祉職の有志で構成される会)
介護支援専門員 1名
地域在宅看護学領域ゼミ生 5名
看護学部教員 5名
計15名

WSの開催

「人生会議トランプ」改良の方向性

- 「人生会議トランプ」を活用するターゲットは元気な人を対象とするため、広く啓発するために価値観、考え、思いを問うカードを充実させる
- 話し合いたい内容や費やせる時間に合わせて活用できるように、フルセットで使う場合と、一部抜粋して使用する場合と、使い分けができるようにする
- 一言メモはQRコードなどにしてお題の文字を大きく表示する
- 「人生会議トランプ」を使用するための解説書やマニュアルの作成を検討する
- 「人生会議トランプ」を通して得られた価値観や意向などを書き込んで持ち帰ることができる媒体を検討する

「人生会議トランプ」改良に向けた今後の計画



「人生会議トランプ」に関心をお持ちいただけましたら、お気軽にお問合せ下さい。
お問合せ先: 田口 rtaguchi@kyoritsu-wu.ac.jp