

# ふれあい通信

2024  
10月号



## Index

P2 **特集1** もしバナゲームで考える「ACP」支援

P5 **特集2** 在宅看護における看取り

P6 ケアマネ相談室 File 23 **第3回** 地域医療連携のご紹介 / たまふれあいグループ 地域相談室

P7 たまふれNEWS

P8 スタッフ紹介 **たまレポ!** ナース&ケアハウスふれあい 介護職・リーダー 中島 洋志

「もし、あなたがあと半年の命だとしたらどうしますか？」人生の最期を考えるきっかけとして作られた「もしバナゲーム」を通して、ACPを考察していきます。

# 支援

(アドバンス・ケア・プランニング)

## もしバナゲームで気楽にできる「縁起でもない話」

### 「ご本人・ご家族にとっての「ACP」を考える」

ACPとは「本人や家族がもしものときにどのような医療やケアを受けたのかを、家族や医療・介護の専門職など信頼できる人たちと話し合い、共有する取り組み(参照:厚生労働省)」をいいます。

しかし、ご本人やご家族が、将来について専門職とどのように、いつ話し合うかを考え進めることは非常に難しい課題です。

そこで私たち専門職がどういった支援ができるのかを考えるため、たまふれあいグループは「もしバナゲーム」を実施しました。

### もしバナゲーム開発者の想い

「もしバナゲーム」は、亀田総合病院で緩和ケアや地域・在宅医療に取り組む医師が設立した一般社団法人「iACP(アイ・イー・シー・ピー)」が、米国発の「GO Wish Game™」というカードゲームを翻訳し、日本人にとっ

て親しみやすい表現に変えて開発したゲームです。もしバナゲームでは、余命半年という設定のもと、人生の最期で自分が大切にしたいことは何かをカードに書かれた言葉を選びながら、グループワークを通して考えていきます。

開発者の医師は、本ゲームを医療や介護現場のスタッフ同士が実施することで、もしもの事態を自分ごととして考える機会を提供し、現場で出会う患者さんやご入居者が「大切にしていること」や、「変化」にも気づけるのではと考えています。

また病気が発覚したときや治療中に、医師が人生の最終段階におけるケアについて「今考えてください」と迫るのはご本人にとって非常に苦しいことです。人生の最終段階についてゲームを通して事前に考える機会を持っていたなら、病気になるたときに自分らしい選択ができた、自分の価値観に合った治療方針や過ごし方が選べるのではないかと期待しています。



### もしバナゲームをたまふれあいグループのスタッフ同士でやってみました



最初の手持ちのカード5枚と欲しいカードを交換しながら、最終的に3枚のカードを残します

### 自分の価値観に気づき他者の価値観に気づく

カードを選んだり、残したりするとき、その理由をグループ内の他のメンバーと共有します。その際、ファシリテーターが質問しながら言語化を手伝います。

話をする中で、自分でも気づかなかった価値観を知ることができ、他のメンバーの価値観にも触れることができました。



介護職、相談支援専門員、ケアマネ、看護師、リハ専門職のグループ。多職種交流の場にも

初対面のスタッフ同士でも自分らしい発言ができていた様子



## 個人アンケート結果

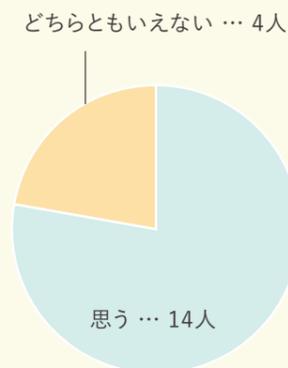
## 参加グループの感想発表

**1班** 自分の周りの人を大切にしたいものがあることが分かり、人生の最期はこんなにも選べるものなんだと感じました。

**2班** 皆、自分の人生の最期は自分で選びたいという思いが根底にあると感じました。しかし実際は、余命半年となったときに、おそらく想定外のこと起こるだろうし、思い通りにはならないこともあるのではと思いました。

**3班** 家族構成や年齢によっても、余命半年をどう過ごしたいかは異なることがよく分かりました。価値観の違いを知ることが大切だと考えさせられました。

**4班** 最終的に3つのカードを選ぶときにとても悩んだので、人生の最期に何を大事にしたいかを決めることは大変だと感じました。実際、患者さんやご家族が決めていくことは本当に難しいことで迷うことも多いだろうと想像しました。



**Q** もしバナゲームは今の仕事に役に立つと思いますか？

**Q** もしバナゲームは仕事の役に立つと思いますか？

■余命を宣告された方の気持ちを想像することができた  
■自分の価値観をご利用者に押し付けられないこと  
■自分が1番大事だと思っていることが他の人、ご利用者、ご家族にとってはそれほど大切ではないこともあるので、さまざまな視点で考えるきっかけになった  
■もしバナゲームを通して、他の方の死生観を知ることができた。それによって、今後ご利用者やご家族が「こう思っているのではないか?」といった想像力を育むことにつながったと思う



もしバナゲームで考える

# 「ACP」支援

「もしバナゲーム」から、  
ACP支援で大切にすべきことが  
見えてきました。

ファシリテーターの感想発表  
(地域マネジメント部長 湯浅 豪)

## 「どう生きたいかを支援

参加者が余命半年を想定して選んだカードは「どう最期を迎えるか」というよりも「最期の半年をどう生きたいか」を考えていたように思います。

ACPというテーマにおいて、専門職である私たちができることは「どう最期を迎えたいか」を支援することではなく、人生のどのステージにおいても、患者さんやご利用者の「どう生きたいか」を支援することだと思っています。ご本人やご家族が病院で余命3カ月と言われ「最期はどうされたいですか」

と尋ねられたとき、まだその事態を受け入れられないこともあるでしょうし、その心理状態の中で最期をどうするか選択しなければならぬというのは、ご本人やご家族にとって大変つらいことです。

## 「元気なうちから「ACP」

人生の最期について、もっと早い段階から考えていくことが大切です。

元気なうちに「ご本人が「どう生きたい」と願う、その人らしさが反映された言葉や行動を日々の介入の中で積み重ねていきます。そして、いざ看取りが訪れたときに「この方はこういうことが好きなんですね」と、自信を持って言えるような看取りの支援につなげることが大事だと思っています。



【考察】  
もしバナゲームで考えるACP支援

参加者・ファシリテーターの感想からACP支援において重視したい点を考察しました。

● 最期に何を大切にしたいかは、家族構成や年齢、個人の価値観が強く影響している。自分にとって大切なものが、他者にとっても重要であるとは限らない。そのため、ご本人やご家族の価値観を尊重したACP支援が重要である。

● ゲームを通じて、他者との会話の中で自分でも気づけなかった価値観を発見することができた。このように、ご本人やご家族が専門職との会話を通して「何を大切にしたいか」を知り、ACPを考えるきっかけとなる。

## 特集2



# たまふれあい訪問看護ステーションが考える在宅看護における看取り

事例を通して、たまふれあい訪問看護ステーションの在宅看護への想いをお伝えします。



たまふれあい  
訪問看護主任  
おたけ 大瀧 めぐみ

## 在宅看護はご家族とともに

事例1 看取りを自宅で行うと決断されたご家族。病院からは「これ以上の治療はできない」と言われていましたが、少しでも望みがあるのならと、ご家族はご本人を大きな病院に通院させながら介護を続けました。

看取りの時期が迫っていることを頭では理解できても「できる限り一緒にいたい」と思うことは自然なことです。通院を続け、望みをつなげたいというご家族の気持ちをくみ取り、在宅看護ではできる限り通院が可能なように、支援させていただき

事例2 訪問看護と訪問リハビリテーションで介入していた90歳を超えたご夫婦。お2人も容体が少しずつ悪化し認知症が進む中、息子さんの仕事がしながら数カ月間介護を続けました。ご夫婦は自宅で最期を迎えたいと希望されましたが、息子さんの負担を考え、結婚記念日を迎えたら施設に入ると意思表示されました。

病院から施設への入居のタイミングはご本人では決まられません。在宅看護だからこそ、人生の最期をどう過ごすかをご本人やご家族で決めることができ、自分たちが主体となって決めることができるのが在宅看護の良さだと改めて感じました。

## ご家族と共に歩む「バンソウ」者でありたい



ご家族が自宅での看取りを決断されたことに悔いはなかったと思っただけのよう伴走することが、在宅看護における看護師の大事な役目と考えています。

この伴走には3つの意味があります。1つ目は、盲目ランナーの伴走者が障害物や道の変化に気を配るように、ご本人とご家族に寄り添い、生活の変化に気を配りながら共に歩む「伴走」。2つ目は最期のときをご家族に心を重ねて共に創り上げる「伴奏」。3つ目はご家族と共に看取る「伴送」です。3つの「バンソウ」を大切にすることで成長を続けていきます。

● ご本人やご家族にとって、医療やケアの方針を決定することに、迷いや葛藤が伴う。また、その時々々の生活状況や心情によっても変化することを十分に理解する必要があります。

● 早い段階から、日々の介入を通じて、ご本人やご家族の人生観を理解し、共通の価値観を持ってACPの支援を行うことが大切である。

## 【まとめ】ご本人、ご家族が主体の「ACP」

もしバナゲームを通して、スタッフはACPの主体はご本人、ご家族であり、私たち専門職は、支援する側であることを再確認できたと思います。私たちは将来について詳しいだけに、支援という立場から気づかないうちに、専門職の立場や考えで進めていないか、立ち止まって考えることが大切です。

ご本人、ご家族のACPを支えるために何を大切にすべきか、振り返る機会となりました。



たまふれあい訪問看護ステーションはご本人、ご家族の病状を医師がどう伺っているか、どこまで病状を理解されているか、また看取りについてどこまで受け入れられているかを一つ一つ丁寧に確認しながら、最期まで「ご本人らしい」暮らしができるように伴走させていただきます。

そして、エンゼルケアにおいても「ご本人らしさ」を大切に、ゆったりとした時間の流れの中で一緒にケアさせていただきます。

たまふれあい訪問看護ステーションでは看護師がチームで関わり、日々の看護から看取りまで、万全な体制で対応いたします。お気軽にご相談ください。

## たまふれあい訪問看護ステーション

- ✓ 24時間365日の安心
- ✓ 10名以上の看護師が所属
- ✓ 幅広い医療処置に対応

お問い合わせ 地域相談室

TEL 044-931-0220



テーマ

進んではまた戻る…でもいつかは動くタイミングがくる!

考えた!



居宅ケアマネ Cさん

うまくいかないことも多いケアマネの仕事。それでも前を向いてご利用者とご家族を支える地域ケアマネさんへのエールも込めて、たまふれあいグループの居宅ケアマネCさんのエピソードをご紹介します。

歩行器がないと歩くのが難しい要介護1のAさん。妻のBさんは「Aは杖でも歩けるのに努力をしないでいから歩けないのよ」と歩行器を返却してしま

いました。介護保険の利用がなくなつたことで給付もなくなりましたが、放つておけないとケアマネCさんは月に1回様子を伺うことになりました。Aさんは褥瘡もありBさんが処置をしていたので、訪問看護を入れることや、レスパイト目的でのショートステイを提案しました。しかし、神経質で完璧主義なBさんは家に人を入れることや、

サービス利用で気を回すことにストレスを感じてしまったため、受け入れは難しい状況です。

歩行器がないことで転倒の心配もあったAさん。やはり自宅で転倒してしまい救急搬送され入院。その後、転院したりハビリ病院からは歩行器で歩くことが最大限できることだと言われたため、退院後に歩行器を入れることでサービスが再開しました。

退院後訪問した際に娘さんが同席していました。Bさんの神経質などころが目立ち、伝えたこともうまく理解できない様子に心配になり駆けつけたようでした。娘さんには訪問看護やショートステイへの理解があり、ようやく好転するタイミングがきたと少し胸をなでおろすことができました。

ケアマネの気づき

サービスの提案がうまく進まないのは当たり前前と肝に銘じて、うまくいかないときも声かけは続けましょう。いつでもうまくいかないことを自分のせいだと、全てを背負い込まないようにしましょう。必ず流れが変わるタイミングがきます。とんと構えていきましょう!



生活支援コーディネーターの取り組みをご紹介します! ~食を通した地域の顔の見える関係づくり~ 「農園野菜でぬか漬けを作ろう!」

生活支援コーディネーターは、子どもからお年寄りまで、障害のある方、子育て世代といった多様な人々がつながる機会を通して、誰もが暮らしやすい地域づくりに取り組んでいます。

たまふれあいの家 枳形にある地域交流室にて、地域の皆様とぬか漬け作りを楽しみました。

グループホームご入居者の健康のために、たまふれあいの家 枳形でレンタルしている農園(通称:たまふれ農園)で野菜を収穫し、たまふれ!で精米した炊き

立てのご飯で握るおにぎりとおにぎり作り、みんなで挑戦しました。地元の方にいただいた野菜で漬けておいたぬか漬けとおにぎりです。試食会も行い、楽しいひとときを過ごしました。



たまふれ農園での収穫体験は、子どもだけでなく都会暮らしの大人にも貴重な体験



珍しい白ナスを手取る子どもたち。野菜の色・形・手触りも食育につながります



農園の一角には懐かしい手押し型の井戸。初めての経験に大人も子どもも興味津々



「ミョウガを漬けるとおいしいのよ!」とボランティアさん。そういった会話も楽しみの一つ



たまふれ!ご利用者も、受付、農園での野菜収穫や水やり、おにぎり作りと大活躍!



多摩区役所の管理栄養士さんのお話。ぬか漬けは塩分が高いため、野菜にカウントしないとのこと

参加者の声

マンション暮らしで土に触れる機会がなかったため、畑や井戸に行って、参加者の皆さんと楽しくお話ししながら作ったおにぎりはおいしかったです。さまざまな年代の方と交流できる場が普段ないので良い経験でしたし、管理栄養士の方からのお話もあり、少し食生活を見直してみようと思いました。

見学ボランティア Kさん



せっかく育てたのに家庭では消費できず持て余していた野菜を活用していただいた上に、ぬか漬けや生ぬかのお土産までいただいてありがとうございます! また何か機会があれば協力します! 菅馬場在住 宮坂さん



親子と一緒に畑に行ったり、ぬか漬け作りができて楽しかったです。ネットで調べて、いただいたぬかを使って早速いろいろなもの(チーズや卵)でぬか漬けを作ってみました。夏休みの時期は保育園や幼稚園も休みで遊ぶ場所が減るので、こういったイベントに参加できるのはありがたいです。親子で参加 Oさん

今回のイベントには、子ども連れのパパママに加え、たまふれサポーターズなどボランティア、グループホームのご利用者、福祉事業所のたまふれ!ご利用者、多摩区役所職員にご参加いただきました。ぬか漬け作りを通して、世代や立場を超えた自然で温かい交流ができたことが最大の収穫でした!

いつもありがとうございます!



たまふれあいグループ 地域相談室

TEL 044-931-0022

「ワンストップサービス」で、いち早く「不安」を「安心」に変えます!



地域医療連携について教えてください。現在6名の相談員がおり、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士の資格取得者が在籍しています。病院から在宅へと戻られる比較的医療度の高い方が、ご自宅にて療養し、ご自身らしい生活が送れるようにサービスの調整を行っています。また、たまふれあいグループのサービス窓口として、ご本人やご家族からの医療・介護のご相談を受け付け、包括支援センターやケアマネジャーからの相談に、社会福祉士が生活にお困りの方へ支援させていただくこともあります。加えて、たまふれあいグループの相談窓口にとどまらず、ご家族へのグリーフケアを行い、困ったときに相談していただける関係を築いたり、「まちの保健室」を開催し、健康意識の向上や心配事の相談を通じて地域の方々と顔の見える関係を築いたり、地域の皆様のヘルスケアの「窓口」としても機能するように、幅広い相談業務を行っています。

重点的な取り組みを教えてください。グループ内ではクリニック、訪問看護、

グループホーム、看多機、デイサービス、福祉事業所を運営しているため、相談室へお電話いただければ最適なサービスをコーディネートします(ワンストップサービス)。外部サービスの調整ももちろん受け付けます。また、医師、看護師、薬剤師、リハビリ職、ケアマネジャーといった多職種が相談室と同じフロアで働いているため、迅速に相談し、早い対応ができることが強みです。たとえば、退院後の在宅受け入れが難しい場合には、たまふれあいグループの看多機をご利用いただき、その間にサービスの調整を行うこともあります。

読者の皆様にメッセージをお願いします

ご相談1件1件に丁寧に対応し、対応後にはしっかりと振り返りを行うことで、相談員全員の業務の質を高めて、地域の皆様との信頼関係構築に努めています。臨機応変に対応し、何かあったら現場に駆けつけるフットワークの軽さを持った「おせっかい」な相談室です。困ったことがあれば、まずは相談室にご一報ください!

ナース&ケアハウス  
ふれあい  
介護職・リーダー  
なかじま ひろゆき  
中島 洋志さん



かんたき  
看多機の仕事はやりがいがある  
あって自分に合っています

# たまレポ!

今月のインタビューー 地域相談室 相談員 亀井 直樹

かめい なおき



## こんにちは! たまふれあい地域相談室です。

中島は前々職で寝具販売店の店長補佐としてキャリアを積んでいました。本当に何がしたいのかと迷走していたときに、親しくしていた先輩から「何をやっているときに楽しい? 達成感がある?」と聞かれ「ご高齢の方と話しているときに楽しい」と自然に答えられたことから、福祉・介護業界への転職を決めたとのこと。

無資格で前職の事業所に就職し、看多機に約1年、定期巡回・随時対応型訪問介護看護に4年半、訪問介護に半年ほど携わりながら初任者研修、実務者研修、介護福祉士の資格を取得しました。中島は訪問介護のように大方決まった仕事よりも、看多機のように1日の業務に変化がある仕事の方が生き生きと働けて自分に合っていると感じ転職を決めました。

たまふれあいグループに入職を決めたのは、ホームページの代表の挨拶にあった「ふれあいから生まれる温かい感情の連鎖が地域社会への貢献につながっていく」という言葉に深く共感したからです。ご利用者と近い距離感で生活をサポートしたいと希望の看多機での勤務をスタートさせました。

現在、中島は経管栄養や喀痰吸引の手技を看護師から学び、医療面の勉強も積極的に行いながら業務に励んでいます。

中島に「この仕事をする上で気をつけていることは?」と聞くと「看多機は緊急性が高くて、臨機応変に対応することが多いので、ご利用者の些細な変化に気づけるように、常に気を配ってご利用者を深く知るようにしていること」だといいます。一方、体力的にきつと感じることもありますが、ドライバーとして送迎するとき、フロアでは静かだったご利用者が車の中で積極的に話をしたり、笑顔を見せたりすることに喜びを感じるとのこと。中島はプラスに捉えることで仕事へのやりがいを見いだせる人物です。

そんな中島をどうぞよろしくお願いたします。



コーヒーが好きで  
ほぼ毎日飲んでいます。



仕事は体力勝負。  
体を鍛えるために  
少しですが家で  
筋トレをしています。



友人に勧められてはまった一人旅。  
寂しくなるかと思いきや案外  
楽しめたことが新たな発見です!

地域相談室

## ナカムラのつぶやき



読書の秋です。ここ1年くらいNetflixばかり見てあまり本を読みませんでしたが、先日久々に本を読み活字から得る想像の世界に没頭しました。好きなジャンルはやはり医療ミ



ステリー! 山崎豊子に海堂尊、次は何を読もうかなと通勤の電車が楽しみな今日この頃です。

(地域相談室 相談員・看護師 中村 絵里)

なかむら えり



ご相談は下記の地域相談室までお電話ください

044-931-0220

〒214-0014 神奈川県川崎市多摩区登戸1763  
ライフガーデン向ヶ丘2F