

# みやまみやま

2024年 冬  
vol.111

特集

## 地域+ACP(人生会議)～未来はここから～

### 1～4 私らしく生きるために想いを伝えよう

5 在宅なんでも相談

- がん末期を過ごす場所は ●仕事と介護を両立したい

6 インフォメーション

裏表紙 ちょっと出かけませんか？

- 市民講座・イベント・グルメ





愛知国際病院  
岡田みどり

愛知国際病院  
太田 信吉

やまびこ日進  
徳井 春美

やまびこ日進  
水口 ふみ

# 私らしく生きるために 想いを伝えよう～暮らしの中に、ACP(人生会議)を～

## 「生きる」ためのACP

**太田** 約1年前に私が日進市東部福祉会館で出前講座\*を開催したとき、参加者の皆さんに「ACPって知っていますか」と聞いたら、まだ誰も知りませんでした。「お葬式の話ではありません。最後まで自分らしく生きていくために、少し先のことを考え、想いを家族や大切な人たちと話し合うことですよ」とお伝えしました。そのACPについて分かりやすくまとめたくださったのが、夏に日進市から発行されたリーフレットとACP手帳(P3参照)です。この制作に、やまびこ日進さんが携われたとか。

**水口** はい。日進市の医療・介護従事者などから広く制作メンバーを募って、ケアマネジャー、訪問看護師、

薬剤師など12名の多職種の皆さんと一緒に、約1年かけて作りました。

**徳井** 私は前職で15年ほど訪問看護をしていたのですが、医療やケアについて患者さんやご家族と話すきっかけとなるツールがあればいいな、と感じるときが何度もありました。それを実現できてうれしいですし、ぜひたくさんの人に活用していただきたいと思っています。

**岡田** さっそく使わせていただいています(笑)。私は在宅診療部で4年前から訪問診療に同行しています。訪問先では滞在時間が限られるのですが、ACP手帳を使うようになって、いろいろとお話しがしやすくなりました。患者さんだけでなく、若い方もACPについて気軽にお話できる

ようなデザインもいいですね。

**水口** 私たちが目指したのは、老いも若きも、市民全員が手に取りやすいツールにすることでした。だから「終わり」ではなく「生きる」という言葉を全面に出して、前向きに考えてもらえる表現にしています。

## ACPの原点は、寄り添うこと

**岡田** じつは愛泉会でもACPプロジェクトという活動を続けています。2カ月ごとにメンバーが集まって、各部署の取り組みや事例を出し合い、勉強会を開いています。最近は一人暮らしの高齢者も増えていますので、ご本人が話せなくなった際は、医療従事者が医療やケアの舵取り役になることも少なくありません。でも、本来



## ACP (Advance Care Planning=アドバンス・ケア・プランニング)

将来の変化に備え、将来の医療やケアについて、本人を主体に、そのご家族や近い人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合い、ご本人の意思決定を支援する取り組みのこと。

はどこでどのように過ごしたいのか、元気なときに大切な誰かに想いを伝えておいたり、ACP手帳に書きとめたりしてくださっていたら、医療従事者はその想いに寄り添うことができずし、きっとご本人も安心だろうと思います。

**太田** 私が駆け出しの外科医だった頃は「1日でも長く、患者さんの命を救う」というのが医者使命でした。どんなに高齢の方であっても、どんな状況であっても、心臓や呼吸が止まりそうなら心肺蘇生をして、気管挿管して人工呼吸器につなぐのが医療のあり方だったのです。でも今は、治療や処置に対し、その人の想いが尊重される時代です。他人任せや医者任せにするのではなく、本当はどうしたいのか、自分で考えることがとても大事です。厚生労働省がACPを「人生会議」と名付けたときは少し硬い言葉に感じましたが、みんなで話し合うことの大切さが伝わる、いい言葉だと今は思います。人生会議はいつでもどこでもできます。結婚や出産などをきつ

かけに、「自分はこう生きたい」と自然に話せるようになるのが、ACPの目指すところではないでしょうか。

**水口** ちょうど私たちも成人式にACPのリーフレットを配れないだろうかと考えているところです。ACPが地域の皆さんの文化として根づくまで、息長く活動を続けていきたいです。

**徳井** 完成したツールを最初にお届けしたのが、日進市にある3カ所の地域包括支援センターと9カ所の訪問看護ステーションです。ツールを渡すだけではなく、その大切さをきちんと説明したうえで、担当者の皆さんに「一緒に広めていきましょう」とお伝えしました。今後は、ケアマネジャーも訪問しながら、草の根的に普及を進めていければと考えています。

**水口** やまびこ日進でも、市民の皆さんの要望を受けてACP講座を定期的に開催していきまして、専門職と市民の両サイドからACPの普及啓発を進めています。

**岡田** ACPって、身近なところに答えがある気がします。訪問診療で患者さ

んの家をお訪ねすると、男性の方でも料理の本がたくさん並んでいたり、趣味の作品が飾られていたり。それを拝見するだけで、ご本人の想いを感じ取れたり、ご家族の方と会話が広がったりするんです。

**水口** ACPの原点は寄り添い、支援すること。だれでもいつか、お世話される立場になるのですから、お互い様です。相手の想いに寄り添える関係づくりをどんどん広げて、皆さんの心の中に花を咲かせるように、豊かな気持ちで生活できる街づくりに貢献できたらって思います。

**徳井** 私もだれもが温かい気持ちで自分らしく生きるために、できることを一つひとつやってみようと思います。

**太田** 今日は皆さんとACPについてお話しする機会ができて本当によかったです。地域のみなさんが安心して過ごせるよう、私たち愛泉会もしっかり役割を果たしていきますので、これからもよろしくお願ひします。

\*「愛泉会 健康講座メニュー」をもとにご依頼者と内容を決めて、看護師や管理栄養士、理学療法士、薬剤師等の専門職が対話型・参加型の講座を提供

## Profile



やまびこ日進  
徳井 春美  
訪問看護、在宅診療にも関わった後、2019年、やまびこ日進に入職。多職種と連携を図りながら各種企画を担当。



やまびこ日進  
水口 ふみ  
ソーシャルワーカーとして病院勤務後、老人保健施設などを経て2022年、やまびこ日進に入職。

## やまびこ日進とは？

日進市在宅医療・介護連携支援センター。日進市民の方々が医療や介護が必要になったとき、「住みなれたまち」で「自分らしい生活」を人生の最後まで続けられるよう、地域の医療・介護従事者間の連携支援を行っています。



医療法人財団愛泉会 愛知国際病院  
院長 医師 太田 信吉  
専門分野は一般・消化器外科、腫瘍免疫、緩和医療と幅広い。総合診療科、外科、ホスピスを担当。



医療法人財団愛泉会 愛知国際病院  
在宅診療部 看護師 岡田みどり(終末期ケア専門士)  
約20年間、病棟・外来で勤務した後、2019年に愛知国際病院に入職し、在宅診療に携わる。



# 地域に根付き始めた、ACP(人生会議)

厚生労働省が平成30年に、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」について、愛称を「人生会議」に決定しました。以降、全国の自治体でさまざまな啓発活動が展開されています。

## 日進市の取り組み

日進市では2022年8月にやまびこ日進が企画し市内の医療・介護従事者へメンバーを公募して、「ACPツール検討プロジェクト」を発足。地域でACPを普及啓発していくために、毎月ミーティングを開催し、内容について議論を進めました。

愛泉会からも3人のメンバーが参加しています！



## リーフレットとACP手帳を作成し、活動をスタート！

日進市オリジナルのリーフレットとACP手帳は、「多くの世代の人に受け入れられる」ことを目指して、だれもが答えやすい身近な質問で構成されています。10月からは市内の包括支援センターなどを通して地域の方への配布が始まっています。日進市のホームページからもダウンロード可能です。

### リーフレット



### ACP手帳



自分の希望すること、伝えておきたいことを記載する。その想いを大切な人たちと話し合ってみる。人生会議の入り口となるACP手帳が、「あなたらしく生きる」を支えます。

お薬手帳に入る大きさ



## ACP手帳の活用事例

### 【医療と介護の意見交換会】

地域で支えるACP  
～本人の意向を尊重して想いを聴こう！～

52名参加



看護師、ケアマネジャー、薬剤師など多職種が参加。家族役・看護師役でロールプレイを行い、立場による考え方の違いなどを体感。「ご本人やご家族の支援方法について学び合うことができた」という声が多くありました。

【開催日】2023年10月27日(金)  
【会場】日進市中央福祉センター

### 【市民公開講座】

もしもの時にあなたの想いをかなえるために  
～地域ぐるみで考える～

217名参加



愛知県がんセンターの下山先生、日進市のアガペクリニックの伊藤先生が講演。トークセッションなどを通し、参加者の多くの方が自分も取り組んでみたいとお感じになられたようでした。

【開催日】2023年11月12日(日)  
【会場】日進市民会館大ホール



## Report!

### 愛泉会でも活動中！

## 一緒に考えられそう！ これからの「道しるべ」～ACPの始め方～ @「日進団地ほっとカフェ2」

愛泉会の職員が地域のみなさんの集まりにお邪魔して行う出前講座の様子をお伝えします。今回はACP手帳をお配りし、「これからのこと」を書き込んでいただくことで、みなさんと一緒に楽しく「人生会議」を行いました。

### ～人生会議(ACP)の始め方～ これからの「道しるべ」

11/1水

人生会議という難しく聞こえますが、ふだんお考えになっているようなこと、まずお話ししてみましょう。

【講師】愛知国際病院 院長 太田 信吉  
【場所】日進団地集会所  
【時間】14:00～15:00

参加者にコーヒーをふるまう代表の田中さん。「今日はわたしたちのこれからのことを、先生と一緒に考えてみましょう。」



約25名の参加者のみなさん。うなずきながらお話を聞いてくださる方も。



お薬やかかりつけ医のことなど、細かい情報も書き込みます。



こういう話も大事よね、と意気投合



スタッフ4名が各テーブルをまわって、お話を耳を傾けながら、楽しく考えられるようにサポート。あっという間に時間が過ぎていきます。



ACP手帳に無理に書く必要はなく、「今日は書かない」も、書いた後「書き直す」ことも、大切なお考えです、とお伝えしました。

### 次回のACP講座は裏表紙で紹介しています NEXT

### 愛泉会の出前講座について紹介します！

専門職が地域で行う「出前講座」。2023年4月に講座メニューを配布して以降、近隣地区をはじめ市内各所からご依頼をいただいています。住み慣れた地域で、これからも元気で暮らし続けられるようにサポートするために、すぐに実践できる「食事」や「運動」「生活習慣」などについて、クイズを取り入れながら約1時間のプログラムをご用意。「また来てね」「次は別の話も聞きたい」と言ってくださる方も多く、リクエストにお答えする形で講座メニューも少しずつ増えています。

【対象】近隣地区にお住いの方々(10～20名程度)  
【会場】福祉会館などのスペースをご用意ください  
【費用】原則無料  
【日時】平日(土曜は応相談)10:00～16:00の間1時間程度

お申し込み 病院代表 ☎0561-73-7721(担当/諸石史恵、水野寿美子)

※ご希望日の2カ月前程度前にご相談いただくとスムーズです。講座内容をご担当者さまと打ち合わせをしながらご要望にお応えしています。



### これまで行った講座(例)

- 言語聴覚士 「声の老化を予防～美しい声を保とう～」
- 管理栄養士 「フレイルを予防しよう！ シニアに大切な栄養の話」
- 看護師 「困ったな、が少し楽になる魔法のコミュニケーション」
- 理学療法士+管理栄養士 「フレイル予防講座～栄養と運動～」
- 管理栄養士 「おうちの食中毒を防ごう」
- 理学療法士 「肩甲骨体操」
- 薬剤師 「おくすりはあなたの味方」
- 看護師 「知っていますか？睡眠と健康」
- 看護師 「便は健康のパロメーター」

# 在宅なんでも相談



## がん末期を過ごす場所は



相談者  
義父ががんの末期と診断されました。入院中の病院からは退院を勧められ、自宅で看たい気持ちはありますが、どこまでできるか心配です。

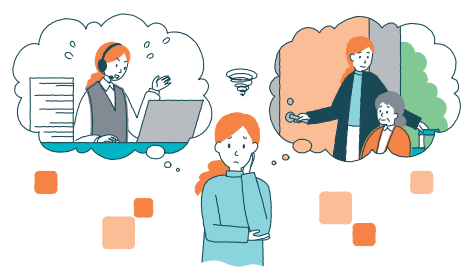
ケアマネ  
できるだけ不安を解消してご自宅で過ごせるように、訪問診療や訪問看護、福祉用具レンタルや介護サービスなどを組み合わせて提案、調整します。愛知国際病院のホスピスへの入院を検討することも可能です。

在宅診療部  
訪問診療では、緩和ケアなどの医療を提供しながら、ご本人やご家族の望まれる形での療養生活をサポートします。

訪問看護師  
訪問看護は定期的に自宅に訪問し、体調管理や医療処置を行いながら24時間体制で緊急時の対応も可能ですよ。



相談者  
介護だけでなく、医療的なサポートを自宅でも受けられると聞いて安心しました。



## 仕事と介護を両立したい



相談者  
デイサービスを利用する母と同居しています。最近、私の仕事が忙しくなり、介護との両立が難しくなってきました。

ケアマネ  
仕事をしながらの介護に悩まれる方は少なくありません。ご家族の休息のために施設で短期間の泊まりサービス(ショートステイ)を利用するのはいかがでしょうか。

老健  
老人保健施設愛泉館ではリハビリの専門職が配置されているので、日常生活の支援を行いながら、滞在期間中に集中的にリハビリを受けることができますよ。



相談者  
介護を代わりにしてくれる親族が近くにはないので、泊まりのサービスは助かります。どんな人が利用していますか。

ケアマネ  
冠婚葬祭などでの一時的な理由で数日間ご利用になる方や、毎月定期的にご利用になる方もいます。ご家族の介護負担軽減のため、ほかの介護サービスと組み合わせて利用するのがおすすめです。

お問い合わせ 日進市東部地域包括支援センター ☎0561-74-1300 (月曜～土曜 8:30～17:30)

### 在宅を支えるワンポイントアドバイス 気になる「むくみ」のホームケア

ホームケア編

年を重ねるにつれて、だれでも気になる「むくみ」。体を動かすことが減るとむくみが常態化してしまいます。自宅でできるむくみトラブル予防法をご紹介します。(在宅診療部 看護師 松木由紀子)

#### ケア

#### 1 保湿

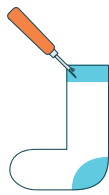
むくみ(浮腫)のある部分は皮膚が弱く乾燥しやすいため、スキントラブルを起こしやすくなっています。皮膚に浸透するローションなどの保湿剤と、皮膚をバリア(保護)する脂溶性クリームの両方を使うことがおすすめです。両方を混ぜた混合軟膏もあります。



#### ケア

#### 2 圧迫予防

圧迫によってスキントラブルや循環不良を招くことがあります。靴下のゴムの一部分を切って圧を弱めることや、靴下をひっくり返して中表にして縫い目があたらなくすることが予防につながります。



# Information

インフォメーション

## 愛知国際病院

### 正面玄関前工事完了のお知らせ

昨年夏より進めておりました愛知国際病院の玄関前駐車場の整備工事が終わり、通路に手すりなどの設置も完了しました。工事完了に伴い、来年4月より日進市「くるりんパス」三本木ルートに愛知国際病院前が追加予定です。今後も安全性、利便性向上のための工事を行う予定です。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。



### 愛知国際病院 糖尿病教室を再開しました!

3年ぶりに看護師、管理栄養士、薬剤師による「糖尿病教室」を再開しました。次回は、平日の参加が難しい方に向けて、土曜日に開催します。ご本人はもちろん、ご家族にもきっと役立つ教室です。ぜひご参加ください。(参加費はお問い合わせください)



#### 愛知国際病院 糖尿病教室

【日時】1月27日(土)13時～13時40分 3階ラウンジにて  
糖尿病と診断されていて、当院に受診歴がある方が対象です。

要申込

## 愛泉館

### 全国介護老人保健施設大会に参加しました

11月21日・22日の2日間、宮城県仙台市にて第34回全国介護老人保健施設大会が開催され、愛泉館から井手施設長をはじめ4名が参加しました。作業療法士の東さんは演題発表を行い、愛泉館のデイケアを卒業して地域の介護予防教室に参加するほどお元気になられた事例を紹介しました。介護ロボットや認知症対応、地域共生など多くの学びを、これからの愛泉館に取り入れていきます!



## 表紙のイラスト

### 作品づくりを振り返って

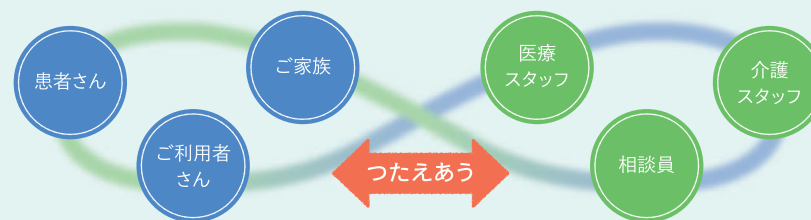
1年間、「みなみやま」表紙を担当させていただきありがとうございました!仕事でイラストを描くのは初めてで、ベースをつかまなくて苦戦しましたが、それも含めて良い経験をさせていただきました。4つの作品をつくるうえで、まず意識したのは、つながりが感じられる連作にすること。さらに、一つ一つの作品をじっくりと眺めたいような、細かな面白さや工夫もプラスしようと考えました。制作を通じて学んだのは、一つのテーマを追求しながら作品を積み重ねると、自分の個性を見つけられるということです。今回のテーマは「太陽と本」。統一感を大切にしつつ、毎回新しさも加えることによって、私らしさが無意識にイラストの中に抽出されていったように感じています。名古屋学芸大学 メディア造形学部 2年反町 友美佳さん



編集こぼれ話 111号!ただの数字なのに、ゾロ目や自分に縁のある数字の並びを見ると嬉しくなりません?いそいそと事務所のキャビネットを開けて「みなみやま」第1号を改めて見てみると、阪神大震災に駆け付けた医師と保健師の報告が、おそろかにはいけない大切なものが、ふっと輝いた気がします。一期一会に感謝して、1年を笑顔で過ごしていきたいです!(諸石)

## あなたと共に、パートナーシップ宣言

わたしたちは、患者さん・ご利用者さんやご家族の診療・介護への参加を推進しています。



市民講座

「みんなで支える認知症」講座

11月17日(金)と12月1日(金)の2回、当院のホスピス研修室で「みんなで支える認知症」講座を開催しました。在宅診療部の宮崎医師の話や認知症の方を対象としたコミュニケーションスキル「ユマニチュード」のワークショップを行い、2日間で45人が参加。日進市の認知症応援ガイド「ケアバス」作成に携わった日進市東部地域包括支援センターの中西さんからの相談窓口の紹介もあり、参加者からは「もっと聞きたかった」「これからの参考になった」という声が聞かれました。

宮崎 雅医師



認知症応援ガイド(ケアバス)

COMING SOON!



太田 信吉院長

転ばぬ先のACP(人生会議) ~一緒に楽しく考えてみよう~

厚生労働省がすすめている「人生会議」の取り組み。日進市でも独自のACP(人生会議)のパンフレットが完成して、使いやすいと好評です。愛泉会では愛知国際病院の太田信吉院長とACP支援会議メンバーが、みなさんのACP(人生会議)を応援する講座を企画しました。一人では考えがまとまらないことも、一緒にお話してみると楽しくACPが始まりますよ!

2024年  
2/7水

【時間】14:00~15:30 【場所】ホスピス研修室 【定員】20名(要予約) 【参加費】無料  
※定員に達した場合は締切とさせていただきます

お申込先

☎0561-73-7721(病院代表) ✉ f.moroishi@aisen-kai.jp(担当:諸石)

【受付期間】

~2/1木

イベント

愛知牧場

雪まつり2024 in 愛知牧場

2月の土・日・祝日に天然雪で作った無料で遊べる雪ひろばやふわふわ遊具が登場。開催期間は冬咲きの菜の花も見ごろを迎えるので、一緒に楽しむのもおすすめです。

【期間】2月の土・日・祝(計10日)  
10:00~16:00



お問い合わせ

☎0561-72-1300

X(旧Twitter)



にっしん端っこマルシェ

年4回開催の人気イベント!

「食・農・にぎわいなどの活性化」をテーマに、日進市役所で開催。旬の野菜やお弁当、パンなどのほか、ハンドメイド雑貨や花屋など約50店が出店します。毎回数分で売り切れる「端っこプレミアムセット」や、子どもワークショップなどここにしかない出会いにもワクワクお越しください。

【日時】1月14日(日) 10:00~14:00 【場所】日進市役所西側駐車場  
※来年度の開催についてはInstagramを要チェック!

お問い合わせ

☎080-3620-6026 ✉ misshinhashikko@gmail.com

Instagram



グルメ

パンとお惣菜Pur.(ピュール)



あんぱん220円、  
クリームパン230円  
(注文を受けてからフィリングをサンドします)

Pur.は「純粹」を意味するフランス語。管理栄養士の資格を持つ店主が営む、素材本来の味や栄養を引き出すパンとお惣菜のお店です。野菜がたっぷりのキッシュなどのお惣菜や常時約20種類のパンは早ければ16時頃に売り切れることも。これからの季節はテイクアウトのスープも人気です!

【住所】みよし市三好丘4丁目1-15  
【TEL】080-8018-9588(駐車場3台)  
【営業時間】11:00~17:30(なくなり次第閉店)  
火・水・金・土曜  
(第2火曜・日・月・木曜定休)



Instagram



ホームページ

Nicocafe(ニコカフェ)



東郷町いこまい館の近くにある、温もりのある小さなカフェ。農林高校出身の店主が手作りするお惣菜やデザートのおいしさが口コミで広がり、メディアで取り上げられたことも。ハンドトリートメントやウクレレ教室などのコラボも人気。ランチ利用は予約がおすすめです。

【住所】東郷町春木和合前田222-3  
【TEL】0561-57-5063(駐車場3台)  
【営業時間】11:00~16:30(L.O16:00)  
火・水・木・金、第1・3土曜(日祝定休)

クロワッサンサンドプレートランチ(個数限定)1,550円~  
キッズプレート550円、雲のレアチーズケーキ550円



Instagram

賛助会員募集のお知らせ

アメニティーの充実(施設環境、造園、園芸)、ホスピスでの諸行事、広報啓蒙活動、家族会の開催、ボランティアの活動、教育活動のために是非ご協力をお願いいたします。(ご入会いただいた方には年に4回広報誌をお送りいたします)下記の口座に会費をお振り込みください。

【①郵便局窓口利用】郵便振替口座 00890-5-3757 【②ATMおよびインターネット振込利用】ゆうちょ銀行(9900) 店番089 当座0003757

【①②口座名義】愛知国際病院ホスピス賛助会 【一口】1,000円(おいくらでも結構ですが、できましたら、5口以上でお願いいたします)



【医療法人財団 愛泉会】

- 愛知国際病院 ■老人保健施設 愛泉館 ■指定居宅介護支援事業所 愛泉館 ■日進市東部地域包括支援センター
- 訪問看護ステーション えまい ■住宅型有料老人ホーム カナン 【関連施設】アジア保健研修所(AHI)

〒470-0111 愛知県日進市米野木町南山987-31 Tel.0561-73-7721(代) Fax.0561-73-7728 http://aisen-kai.jp/

医療法人財団 愛泉会 広報誌「みなみやま111号」発行日:2024年1月1日 発行人:井手宏 編集発行:法人だより委員会 編集長:近藤正嗣

※無断で複写、複製、転載することを禁じます。



お問い合わせ

【受付時間】月~土曜 8:30~17:30

医療  
について

地域連携室

☎0561-73-9179

介護  
について

日進市東部地域包括支援センター

☎0561-74-1300