



# 宇治久世医師会版事前指示書『わたしの想』



## Q & A

### 入手場所について

**Q. 『わたしの想』シートとリーフレットはどこに置いてありますか？**

**A.** 現在の主な配布場所は下記のとおりです。

(行政/地域包括支援センター)

宇治市健康生きがい課・介護保険課、城陽市高齢介護課、久御山町住民福祉課

宇治市・城陽市・久御山町の各地域包括支援センター

(地域医療支援病院)

宇治徳洲会病院、京都岡本記念病院

### 記入について

**Q. 事前指示書はいつ作成すればよいですか？**

**A.** 事前指示書を手にとったとき、お元気なうちから作成してください。

75歳以上の方、要介護認定を受けておられる方は、救急受診率が高いです。

いざという時に備えて、ご家族、知人、かかりつけ医やケアマネジャー等と、しっかり話し合い、事前指示書を作成しておきましょう。

※以下のときなら、考えやすく作成もしやすいと言われています。

- ・状態が比較的安定しているとき
- ・様々な判断が差し迫っていないとき
- ・ご自身やご家族が、手術や入院等大きな疾患の変化を乗り越えたとき等

**Q. 事前指示書を書いていることを、どういう人に知っておいてもらったらよいですか？**

**A.** 例えば、次のような方々が挙げられます。

- ・ご家族や、身近なご親戚
- ・かかりつけ医を始め、医療保険/介護保険サービス上で関わり合いのある専門職
- ・ご自身が気にかけている人や、ご自身のことに普段から関わり、気にしてくれている人

事前指示書の記入にあたっては、ご自身の人生の最終段階について知っておいてほしい人と、まず「話し合う」ことが最も大切です。『私の想』シートの記入段階から相談し、いざという時にどうしてほしいかを伝えておきましょう。

**Q. 全項目書いておかないといけませんか？ わからないことは誰に相談すればよいですか？**

**A.** 書ける部分からご記入ください。ご家族や知人をはじめ、かかりつけ医やケアマネジャー等、医療/介護/福祉に携わる専門職と相談しながら、段階的に記入していきましょう。

チェックが難しい項目については、欄外や自由記載欄に現時点のご自身の希望や大体のイメージ、相談した内容等を記載しておくといよいでしょう。

空欄の状態ですら「その時」を迎えてしまうと、その項目についてはご自身ではなく、ご家族や医療者の価値観によって方針が選択され、回復の見込みが薄くても蘇生処置や、延命治療が選択される場合もあります。

**Q. 今は自宅以外にいますが、住所はどう書いたらよいですか？ 住民票の住所ですか？**

**A.** 住民票の所在地にかかわらず、今現在お住まいの住所をご記入ください。

**Q. 記入にあたっては、かかりつけ医の了承は必要ですか？**

**A.** 必須ではありませんが、あらかじめ、かかりつけ医にご自身の意思や希望を知っておいてもらうことで、希望する医療の提供につながります。記入中や記入後、かかりつけ医に見てもらおうといよいでしょう。

(かかりつけ医が患者さんの書かれた「わたしの想い」シートのコピーをとってカルテに保存し、患者さんと共有されているケースもあります)

**Q. すでに事前指示書やリビングウィル（※）等、生前に意思を示しておく書類を用意していますが、『わたしの想い』に沿って書き直す必要がありますか？**

**A.** 事前指示書に決められた様式はありません。『わたしの想い』シートを見ていただいて、書き加えたい内容がなければ、書き直す必要はありません。

※リビングウィル…回復の見込めない病気や突然の事故で、ご自身の意思が伝えられなくなった時に備えて、延命治療についてどのようにしてほしいか、お元気なうちから要望書として記したものです。

**Q. かかりつけの先生がいない場合はどうすればよいですか？**

**A.** 例えば、風邪をひいた時や、気になる症状がある時などに受診し、病気のことだけでなく健康上の心配事を気軽に相談しやすいかどうか、確認してみるのも一つの方法です。できれば自分の生活圏内で行きやすいところが良いでしょう。「この先生ならお話しやすい」と思えば、かかりつけ医になってほしい旨を相談してみましよう。

定期的を受診していなくても、これまでに診てもらった先生が何人かいたりする場合は、その中でいちばんご自身の状況を知ってくれている先生にまず相談してみましよう。

## 記入後について

### Q. 書いた後、実際どうしたらよいですか？

A. ご家族や知人、かかりつけ医、医療/介護/福祉に携わる専門職に書いたこと、事前指示書を持っていることを伝え、コピーをとってもらおう等して共有しておきましょう。

シートは4つ折りにすると健康保険証やおくすり手帳に挟むことができます。携帯しておき、いざという時にはすぐに取り出せるようにしておくといでしょう。

### Q. 事前指示書をいったん作成しましたが、自身の体調や生活環境の変化により記載内容を変えたいと思っています。どうしたらよいでしょうか？

A. 何度でも事前指示書は書き換えられます。ご家族、知人、かかりつけ医やケアマネジャー等と相談しながら、ご自身の状態に応じて書き換えてください。その際は、いったん作成したものに変更した日付とその理由を書き添えるか、または新しい用紙にご記入ください。

### Q. 後々、わたしが意思疎通できなくなったとき、書いたとおりになるのですか？

A. 今後の医療に対する話し合いが必要になったとき、明確に書かれたご本人の意思や希望は、最大限に尊重されるべきものです。

ただし、病状によっては、その意思に反してでも治療を行った方が、明らかにご本人にとって有益な場合もあり、その時は医療者からご家族に治療を提案されたり、救急搬送先等で治療が行われたりする可能性があります。

逆に治療を希望されていても、それがご本人の状態によっては負担となる場合もあります。

具体的な治療方法ごとに是非を表す前に、その根本にある想いや今後どのように生きたいか等をご家族や医療者等に話しておき、自由記載欄に書いておくといでしょう。選択が必要となった際、書かれた意思や希望が今後の治療方針やケアの決定に役立ちます。

## 医療処置について

### Q. 医療用語が難しいです。胃ろう・中心静脈栄養など、専門的な医療用語だけでは実際のイメージがつかえません。誰に質問したらよいですか？

A. かかりつけ医の他、介護保険サービスを利用されている場合、ケアマネジャーを始め、関わり合いのある職員に聞いてみましょう。また、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターには医療と介護の専門職がいます。直接お問い合わせ頂ければ具体的な説明を受けられます。

また、地域のサロン等の出張講座では、実物の胃ろうや、人工呼吸器につなぐ

チューブ等を使って、説明しています。お気軽に宇治久世医師会事務局までお問合せください。

**Q. 指示書で「延命処置を望まない」と記入すると、治療は一切されなくなってしまふのですか？**

**A.** 延命処置を望まない意思を示したことにより治療内容が検討されない、十分な医療がなされないということはありません。  
医療者がその治療や処置を行うことによって、ご本人の身体状態が改善し、自宅や社会復帰の可能性が高くなると判断すれば、治療が提案されます。

**Q. 救急車を呼ぶ／呼ばないは、どう判断したらよいのですか？**

**A.** まずは、かかりつけ医や訪問看護師に連絡して指示をもらってください。  
「最期の時が近い」と言われている場合や、持病に伴う症状が度々あったり、また徐々に体調が悪くなってきていたりする場合などは、病状が突然変化する可能性が高いです。あらかじめ、緊急時や夜間休日にどう対応すればよいか、かかりつけ医と相談しておくことが必要です。  
もし救急車でかかりつけでない医療施設に搬送されたとしても、事前指示書は大事な情報になりますので、持参するようにしてください。

## 家族の想いについて

**Q. 本人と家族で想いや意見が違う場合、どうすればよいですか？  
家族の意見も優先してほしいのですが…。**

**A.** 「わたしの想い」シートは、ご本人の想いを書くシートになります。まずは、ご本人の率直な想いを知った上で、今後協力が必要となるご家族等のご事情を含めて、話し合っていく必要があります。ご本人またはご家族に関わる専門職（ケアマネジャー等）がいる場合は、専門職にも相談してみましよう。

## 医療代理人について

**Q. 医療代理人になってくれる人や身内がいません。どうすればよいですか？**

**A.** 医療代理人がいない場合は、代理人の欄に『いない』と記載し、そのことをかかりつけ医やケアマネジャー等に伝えておきましょう。  
ただ、医療代理人がいることで、ご自身で意思を表現できなくなった時でも、できるだけ適切な医療やケアにつながりやすくなります。  
そのため、現在お近くにいない場合や疎遠という場合でも、いざという時にご自身の決断を委ねる可能性がある人が思い当たるなら、その人と事前にお話しておきましょう。

**Q. 普段から相談している人と医療代理人は違う人でもよいですか？**

**A.** 違う人でもよいですが、医療代理人の方は、いざという時にご自身に代わって意思を伝えたり、治療方針を判断したりします。また、病状によっては『わたしの想い』シートに書かれた内容が当てはまらないケースもあります。その時は医療者と医療代理人の方が相談の上、ご自身にとって最善の治療方針を判断することになります。

そのため、普段から相談している人と同様に、医療代理人の方には、ご自身のことを理解しておいてもらう必要があります。

**Q. 家族の1人が医療代理人として署名していますが、他の家族の意見はどうなるのでしょうか？**

**A.** ご本人の想いをご家族の方々全員で共有し、いざという時はどのように対応するのか、役割分担も含めて話し合っておきましょう。

**Q. 法的な拘束はないとありますが、なぜ署名が必要なのですか？**

**A.** 事前指示書には定められた様式はありませんが、その内容に「ご自身の意思表示」と「医療代理人」、両方の項目が含まれたものとされています。医療代理人の方を指定し、その方に署名をしておいてもらうことで、第三者が見てもシートの内容が共有できていることがわかります。事前指示書についてはそれを規定する法律がないので、法的な意味合いや拘束力はなく、何度でも書き直しや撤回ができるものとなっています。

## 最期の時を過ごしたい場所について

**Q. 誰かと相談しないといけないですか？**

**A.** 希望に沿った終末期を過ごし最期を迎えるためには、ご自身と周囲の方々との意思を共有し、「その時」を迎えた際に手助けを得られることが必要です。ご自身の希望があったとしても、それを実現するための介護力、病状への理解が不足していること等により、希望通りにならない場合も多くあります。どうすれば希望の過ごし方ができるのか、まずはかかりつけの医療者やご家族、関わり合いのある専門職等に相談し、その実現に向けて共に準備していくことが重要です。

## その他（専門職向け）

**Q. 差し迫った状況の有無で説明の仕方が異なると思います。どうすればよいですか？**

**A.** すでに差し迫った状況では、ご本人がゆっくりと意思決定できない状態にあることが多いため、周囲の方々がご本人に関する最も重要な判断をする必要に迫られます。そうなる前に事前指示書の作成を支援しておくのが望ましいです。具体的な方針を決定しておくことは難しいかもしれませんが、例えば「もし、このような状況になったら、どうしてほしい？」などという例え話を通して、「ご本人の考え方・価値観」を聞き、事前に共有しておくことが重要です。

**Q. 施設で看取りをしていません。事前指示書を書いてもらっても、ご本人の希望に沿えない場合はどうすればよいですか？**

**A.** まずは、ご本人とご家族などのサービス利用者に、施設の運営上、すべて事前指示書どおりに対応するのは難しい旨を伝えてください。その上で、ご本人が望む生き方や終末期を迎えた時の対応について伺い、どうすれば希望により近い状態で過ごして頂けるかを考え、準備しておくことが重要です。あらかじめ搬送先の病院と連携しておき、看取りを依頼する等の方法でもよいでしょう。自施設で看取りが困難だとしても、入所時等の段階で事前指示書を活用し、ご本人・ご家族と施設側とで終末期の過ごし方について意識合わせを行った上で、対応を事前に協議しておきましょう。

