

2021年2月25日

～人生会議で、“これから”をより豊かに～  
オリジナルエンディングノート「夢結いの一と」と啓発冊子を制作！

SOMPOケア株式会社（本社：東京都品川区／代表取締役社長 遠藤 健、以下、「当社」）は、高齢者の皆さまに充実した生活と、最期までその方らしく、尊厳ある人生を送っていただくために「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）-人生会議-」（以下、「人生会議」）に力を注いでいます。

今般、人生会議をより身近なものとし、気軽に始められる実践ツールとして、当社オリジナルエンディングノート「夢結いの一と」を制作しました。また、“これから”に備えて身近な人と人生会議を始めるきっかけになる啓発冊子「人生会議なるほどブック」も併せて制作しましたので、お知らせします。両ツールともに、監修は緩和医療の専門家である当社顧問の松岡 順治先生（岡山大学病院緩和支援医療科）です。

当社では、2019年から人生会議に関する社内研修を本格的にスタートし、人生会議への理解を深めてきました。研修で育成した人材を中心に活用を進め、今後は当社全ホーム・事業所で人生会議への取組みを広げていく予定です。

なお、「夢結いの一と」と「人生会議なるほどブック」は、当社ウェブサイトにて公開していますので、誰でも自由にご活用いただけます。※



※書式のダウンロードはこちら

「夢結いの一と」 [https://www.sompocare.com/attachment/topic/1129/yumeyui\\_note.pdf](https://www.sompocare.com/attachment/topic/1129/yumeyui_note.pdf)

「人生会議なるほどブック」 [https://www.sompocare.com/attachment/topic/1128/jinseikaigi\\_naruhodo\\_book.pdf](https://www.sompocare.com/attachment/topic/1128/jinseikaigi_naruhodo_book.pdf)

## 1. 背景と目的

当社は、経営理念に掲げる「人間尊重」という考え方にに基づき、介護を必要とするお一人おひとりに寄り添う個別性の高い介護サービスを追求しています。介護において最も大切なのは、ご利用者さまの生きがいや充実感のある毎日を支えていくことです。人の生き方や価値観は、一人ひとり違います。だからこそ、高齢になっても、介護が必要になっても、ずっと自分らしい暮らしを続けていけるよう、お手伝いしたいと考えています。

「人生会議」とは、もしものときのために、本人が望む生活や医療・ケアについて前もって考え、家族など信頼できる人たちや医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みです。厚生労働省によると(注1)、人は、命の危険が迫った状態になると、約70%の方が医療やケアなどを自分で決めたり、希望を人に伝えたりすることができなくなるといわれています。ご本人は気持ちを伝えられなかった、そして家族はその気持ちを知ることができなかった、そうならないために人生会議はあります。これから起こるかもしれない“もしものとき”のために、自身の希望を文字で残しておくことで、自分の意思を伝えられなくなったとき、身近な人たちが代弁して希望を叶えてくれることにつながります。それを実現するのが、今回制作した「夢結いの一と」です。

また、「夢結いの一と」は人生の最終段階について記すだけではありません。これまでの生活や好きなこと・嫌いなこと、そして、これから過ごす時間も大切にしていけるように、どのように過ごしたいか、叶えたい夢は何か、などを記すことができます。

そして、「人生会議なるほどブック」では、人生会議をどう始めて、どう進めていけばよいのか、ヒントやポイントをわかりやすく紹介しています。

## 2. 「夢結いの一と」について

2021年2月に当社が公表した人生会議に関する調査(注2)において、両親と人生会議ができていないと回答した理由の約50%が、「きっかけがないから」というものでした。また、どのようなきっかけがあれば、多くの人が人生会議についてもっと話しやすくなると思うか、という質問には、約25%が「エンディングノート(終活ノート)など、自身の希望を書き留める専用のノートがもっと身近になると良い」と回答しました。

本人の記憶や、話したことを書き記すエンディングノートは、人生会議を行う上で大いに役立ちます。本人に代わり、誰かがこれからのことを決めなければならなくなったとき、ノートに記したことが拠りどころの一つになります。「夢結いの一と」という名称は、関わるすべての人と温かい縁を結び、彩り豊かな人生となるように、そしていつか別れのときを迎えたあとも、それぞれの記憶の中に思い出が紡がれていく一助になってほしいという願いを込めて名付けました。「わたしのこと」「これからのこと」の2部編成で、イラストも交え、書き進めやすい構成になっています。



#### 4. 監修者コメント

##### ■松岡 順治（まつおか じゅんじ）先生

岡山大学病院 緩和支援医療科。岡山大学大学院 ヘルスシステム統合科学研究科特任教授。2017年7月より、当社顧問。

あなたの夢はなんですか？

「夢結いのーと」は、施設や在宅で介護・看護・医療を受けられる方のために編まれました。かかりつけの医師、看護師さん、介護士さん、薬剤師さん、ご家族、友人とお話しをしながらこれからの人生について一度ゆっくり考えてみましょう。

私たちは皆、自分らしい人生をおくりたいと思っています。自分の希望する人生を生きたい、自分の思うような人生を生きたいと思っています。しかし、自分が本当に望んでいる人生はどういうものか、じっくり考えたことはあまりないではありませんか？

2005年、スタンフォード大学の卒業式で、アップルの創業者スティーブ・ジョブズ氏の伝説のスピーチが生まれました。「みなさん、今日が人生最後の日だとしたら、今日やろうとしていることは本当にやりたいことですか？いつもこう考えて過ごしてみてください。最後の日は必ず来ます。でも、それまでの人生は、そうすることでできると素晴らしいものになります」彼は17歳の時から、こう自問しながら毎日を過ごしていたそうです。参加者のだれもがこのスピーチに深く心を動かされました。私たちは皆、誰でも最後の日が来ます。彼は、私たちが本当に望んでいる自分らしい生き方は、今日が人生最後の日だと仮定して初めて、その姿が明らかになると教えてくれたのです。

「夢結いのーと」は、みなさんが自身の生き方を考えるきっかけとなります。今までの人生を振り返り、語り合うことで、自分はどう人生をおくりたいのかが浮かび上がってきます。話し合うことで、あなたの人となりをもみんなが理解できます。最後の日だと仮定して、本当はこうしてみたいのに、こんなふうにご覧したいのに、と考えてみてください。医療に100%はありません。人生の最終段階の医療についても、そのメリットとデメリットを知ることによって初めて正しい選択ができるのです。その希望を「夢結いのーと」が記録します。私たちは、人生最後の日まで幸せな日を送るために生きているのです。どんな時も夢を持ち続けることが大切です。その夢の実現を、私たちと夢結いのーとが応援します。

#### 5. 今後について

当社はこれからも人間尊重に基づいて、ご利用者さま・ご家族さまに寄り添い、ご利用者さまお一人おひとりの生き方への理解と尊重を大切にしながら、人生会議に取り組みます。そして、人生会議の啓発・支援活動を推進していきます。

(注1) 「ゼロからはじめる人生会議」厚生労働省・神戸大学 <https://www.med.kobe-u.ac.jp/jinsei/index.html>

(注2) 2月25日付 当社リリース「ACP（アドバンス・ケア・プランニングー人生会議ー）に関する調査結果」  
[https://www.sompocare.com/attachment/topic/1131/news\\_0225\\_2.pdf](https://www.sompocare.com/attachment/topic/1131/news_0225_2.pdf)

以上