

# 人生会議講演会 開催概要

## 自分らしい生き方逝き方

### ～自分の望む医療・ケアを受けるために～

☆日時 令和元年10月19日(土) 13:30～15:30  
☆場所 リージョンプラザ上越 コンサートホール



疾病の有無にかかわらず、市民一人ひとりが、将来の意思決定能力の低下に備えて、人生の最期の時間をどのように過ごし、どのような医療・ケアを受けたいかなどを元気なときから意識し、家族、友人、医療・介護関係者等と繰り返し語ることにについて考えるため、講演会を開催しました。

当日は、200名を超える方に参加いただきました。

## 講演

座長 ▶▶ 上越地域人生会議協議会 座長 籠島 充 氏  
テーマ ▶▶ 人生会議しよう！～自分らしい生き方逝き方のために～  
講師 ▶▶ オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏



### 人生会議とは？

将来の意思決定能力の低下に備えて、患者の意向を叶えるために話し合うプロセス。

日頃から繰り返し話し合うことが大切。

- 人生会議は、胃ろうや延命処置の選択など具体的な処置を決める事前指示書の形ではなく、共有する時間や雰囲気を含め、話し合いを継続する過程全体のこと。
- 決めなくてもいいから、いっぱい話そう。
- 価値観を理解し共有することで、複雑な状況に対応可能となる。
- じっくり話すと心の根っこが見えてくる。
- 認知症や子供など自分で判断するのが難しいと思われがちな人は、本人を囲んでみんなで話すと方向性が見えてくる。



## 情報提供

上越地域人生の最終段階における医療・ケア協議会（通称：上越地域人生会議協議会）の取り組みについて紹介し、協議会で作成した「上越地域人生会議ノート」を会場の皆さんに記入していただきました。



## 対談

- ◇上越地域人生会議協議会 座長 籠島 充 氏
- ◇オレンジホームケアクリニック 理事長 紅谷 浩之 氏
- ◇一般社団法人上越医師会 上越地域在宅医療推進センター センター長 揚石 義夫 氏



始めに、会場の皆さんに上越地域人生会議ノートを書いた感想を挙手で質問したところ、「少し難しいと思うが大事なこと」と感じている方が多いようでした。

会場からは「一人暮らしの人生会議は どうしたらよいか？」などの質問があり、先生方から「家族だけでなく、友人やケアマネと話すことも人生会議」とのお話をいただきました。

続いて、先生方から、これまでの臨床経験を通じて「繰り返し話し合うことの大切さ」を語っていただき、人生会議を身近に感じることができました。また、紅谷先生からは、上越地域の取り組みは全国的にも進んでいるとのコメントをいただきました。

## 参加者の声

- 普段、家族と話をする機会はなかったが、両親と人生会議をしてみたくなった。
- 自分の人生をどう送るのか、今から考えてみることも大事だと思った。
- 自分らしく生きるを大切にしたい。
- 今考えていることが、時の経過により変わってもいいことが参考になった。
- 人生会議が日常的に行える文化の醸成が必要だと感じた。
- 人生会議は、しぼりがとても緩やかで考え方が多方面に渡っているので、誰でも参加しやすい取り組みだと思った。