

# 「想いのマップ」の構成

## 目次

1 はじめに	山梨県中北保健福祉事務所 古屋好美 (医師) . . . . . 1	12 『福祉施設について』	山梨県老人福祉施設協議会 伊藤真美 (看護師)
2 『想いのマップ』の作成目的、活用方法と活用イメージ図 (本人用) 4～5		13 『共に生きます。この大切なとき時期を』	NPO 法人山梨ホスピス協会 小野興子 (看護師)
3 コラム . . . . . 6～8		14 『認知症の人と家族の会～力を合わせともに歩みましょう～』	オリーブの会 (認知症の人と家族の会山梨県支部 地域会) 大木公子
① 『問われる一人ひとりの生き方』	NPO 法人山梨ホスピス協会 小野興子 (看護師)	15 『健康と暮らしを地域でまもる保健所の取り組み』	山梨県中北保健福祉事務所 飯窪千恵 (保健師)
② 『自分らしく生き、自分らしく死ぬ』ために	医療法人どちべインクリニック 玉穂ふれあい診療所 土地邦彦 (医師)	コラム『多職種の連携について思うこと』	学識経験者 山梨県立大学 佐藤悦子 (保健師)
③ 『緩和ケア、知っておきましょう』	がん診療連携拠点病院 山梨県立中央病院 がんセンター緩和ケア科 許山美和 (医師)	5 支援のポイント . . . . . 25～29	
4 多職種それぞれの立場から (各機関の機能と担当者の役割) . . . . . 9～23		① 想いのマップ活用イメージ (支援者用)	
コラム (多職種連携) . . . . . 24		② 『自分を語ってもらうために～病の体験を聞くということ～』	甲府市立病院 武田真弓 (慢性疾患看護専門看護師)
① 『在宅医の立場から』	甲府市医師会 長田 満 (医師)	③ 『自分を語ってもらうために』	山梨県介護支援専門員協会甲府支部 佐藤治美 (介護支援専門員)
② 『お家で歯の治療ができます』	甲府市歯科医師会 笠井隆司 (歯科医師)	6 療養する方に寄り添うための『想いのマップ』 . . . . . 30～34	
③ 『在宅療養を支援する薬剤師の役割』	中巨摩東薬剤師会 藤巻徳郎 (薬剤師)	① 『想いのマップ』 (記入版 1・2・3)	
④ 『病院における地域との連携の窓口です』	山梨県立中央病院地域連携センター 有賀照子 (看護師)	② 『想いのマップ』 (ガイド)	
⑤ 『ソーシャルワーカーって何をする人?』	山梨県医療社会事業協会 田村むつみ (ソーシャルワーカー)	7 参考資料 . . . . . 35～39	
⑥ 『市役所は、住民が安心して生活が送れるよう相談支援する役割を担っています』	甲斐市役所長寿推進課介護予防推進係 向山治子 (保健師)	① 『私を語ってもらうためのヒント』 出典『ジョハリの窓』を改変	
⑦ 『介護支援専門員の機能と役割』	山梨県介護支援専門員協会甲府支部 渡邊美代香 (介護支援専門員)	② 『想いのマップ』を試行的に活用して (感想・意見)	
⑧ 『訪問看護をご存じですか?』	山梨県看護協会中北地区支部 山本和子 (看護師)	③ 平成 25 年度 中北保健所管内 在宅療養者支援検討会議名簿	
⑨ 『理学療法士・作業療法士・言語聴覚士にできる事』	山梨県理学療法士会 藤田理恵 (理学療法士)	④ 平成 25 年度 中北保健所管内『想いのマップ』検討会議担当者名簿	
	山梨県作業療法士会 長坂真由美 (作業療法士)	8 療養されている方の『ことば』から . . . . .	
	山梨県言語聴覚士会 藤巻千春 (言語聴覚士)	9 おわりに . . . . . 40	
⑩ 『管理栄養士・栄養の役割』	山梨県栄養士会 深澤幸子 (管理栄養士)		
⑪ 『介護職の役割』	山梨介護福祉会 甘利俊明 (介護福祉士)		

## おわりに

『想いのマップ』は、医療・看護・介護等の立場の異なる支援関係者が一堂に会し、これまでの日々の支援の中で、学び大切にしていること、工夫していることなど、多職種によるグループワークにより、自由に出し合い、「療養者の立場に立って」よりよい支援につなげる糸口を探すため、何度も検討を繰り返しました。

この冊子は、そうした多職種の熱い思いをまとめ、療養者自身の想いを語っていただき『主体的に、最期まで自分らしく生きる』ために、その想いに寄り添うための支援のポイントをまとめました。

療養される方を支援する関係者たちの手に取られ、読み込まれ、一人ひとりの支援にいかしていただくとともに、療養者自身の想いが引き出され、生きる目標をもって主体的なケアを受ける気持ちにつながって欲しいと願っています。

# 「想いのマップ」ダイジェスト版



療養する方に寄り添うための

## 『想いのマップ』

～私らしく生きるために、想いをかたちに～



\* 『想いのマップ』は… 療養生活を送る本人を中心に

療養される方にとっての「今」と「これから」を自分らしく生きるために、私の想い (こうありたい) を語つたり、言葉で書いたり、形にしなから、その想いを聴いたり・言葉 (文字) にした想いを共有した方々と、寄り添いながら、想いをかなえていくことに活用できます。

### 療養されている方の『ことば』から . . .

- ♡ 私は『どうありたいか』をいつも頭の中の、もうひとりの自分に聴いています。『ありたい姿』を相談しています。
- ♡ 自分の想いを『話せない』、『伝えられない』まま、長い間支援を受けていると、『自分が何をしたいか』本当の自分の気持ちが分からなくなってしまうのです。
- ♡ 基本は、療養されている方ご本人が、『どうありたいか』です。だから、聴いてくださることが、考えるきっかけになると思います。

山梨県中北保健福祉事務所 古屋好美 中北保健所長（医師）

わが国は国民皆保険のもと、世界でも類を見ない高水準の医療・介護制度を確立しました。しかしまだ入院医療・施設介護が中心であり、諸先進国に比べて平均入院期間が長く、自宅で死亡する人の割合も低い状況です。一方、国民の意識の変化によって住み慣れたわが家での療養を希望する人々が増えています。また、DPC 制度（入院医療費の包括支払い制度）の導入後平均在院日数が短縮しており、早期退院後、在宅で医療・看護・介護が必要な人々が増えています。今後、わが国は団塊の世代が高齢化する超高齢社会を迎え、さらに在宅療養の必要性が増してきます。そこで今、地域の在宅療養環境を整備しなくてはなりません。平成 24 年度には国の医療・医療保険・介護保険を担当する部局が連携して、在宅医療・介護の連携推進に大きく舵を切りました。

それでは、私たちのこの中北地域の状況はどうなっているのでしょうか？すでに多職種・医療や介護関係機関・組織が在宅療養に関わっており、中北保健所ではその貴重な資源をマップにした「在宅療養のしおり」を関係者の方々のご協力を得て作成し、地域で活用しています。しかしそれだけでは不十分であることがわかりました。在宅療養の中心にいるのは療養者本人とその家族です。本人と家族の想いはうまく医療・看護・介護の提供者に伝わっているのでしょうか？その想いに関する関係者間の連携は十分でしょうか？そこで、在宅療養者とその家族の想いを形にする目的で「想いのマップ～私らしく生きるために、想いをかたちに～」を作成する運びとなりました。

「マップ」とは「地図」です。在宅療養者本人が自分の人となりを見つめ、如何に生きる覚悟を持つか、現状を受入れるか、その上で何をしたいかを表現するマップです。それを関係者が支援し、あるいは寄り添い、共に実現していくかの道しるべでもあります。ここには「自身」を語ってもらうヒントがたくさんあります。一つめは本人の名前や年齢、住所・疾患名・日常生活動作など分かり易い情報です。二つめは、「くせ」や「こだわり」など身近な家族などの方が本人より分かっているようなことです。さらに三つめには、本人は知っているが他人には語っていないこと、例えば隠しておきたいことや生活歴、経済面のことなどです。最後に、本人も他人も気づいていない潜在的な想い、抑圧されている考えや想いを共有することで初めて気づくことが挙げられます。この一連の作業を共に行うことで、在宅療養者自身や家族だけでなく、支援者もよりよい支援や寄り添いができるようになるためのマップでもあります。

私自身、医療者として療養者の生活や考えをすべて診察中に見極めることが難しいと感じていましたし、生活状況をよく見ている看護師に教えられることが多々ありました。在宅医療の充実感も経験しました。死にゆく高齢女性を在宅で診ていたとき、その方が私の頬を両手でなでて礼を言われたことも忘れられません。在宅療養によって、尊厳ある人生の締めくくりに寄り添うことの意義を、この想いのマップを通じて多くの方々と共有したいと心から願っています。

\* 『想いを語る』ことは・・・

心の中の想いを言葉にすることは、戸惑いや難しさもあります。

♡ これまで積み重ねてきた歩みを振り返ったり、今、起きていること、これからに向けての想いなど、語ることで、気づいたり、整理できることがあります。

♡ 想いは、今、これから、その時その時により変化するものです。今起きていること、健康の状態、これからのこともあわせて、感じたり考えることは様々であり、変化するものです。

変化するという理解し、変化する想いを理解し共有して、寄り添ってくれる人と語り合ってください。

♡ 自分自身と向き合い、今を、本来の自分を大切にすることにつながります。家族、支援者も療養される方自身を理解するとともに、それぞれの考え方、役割に気づくことにもつながります。

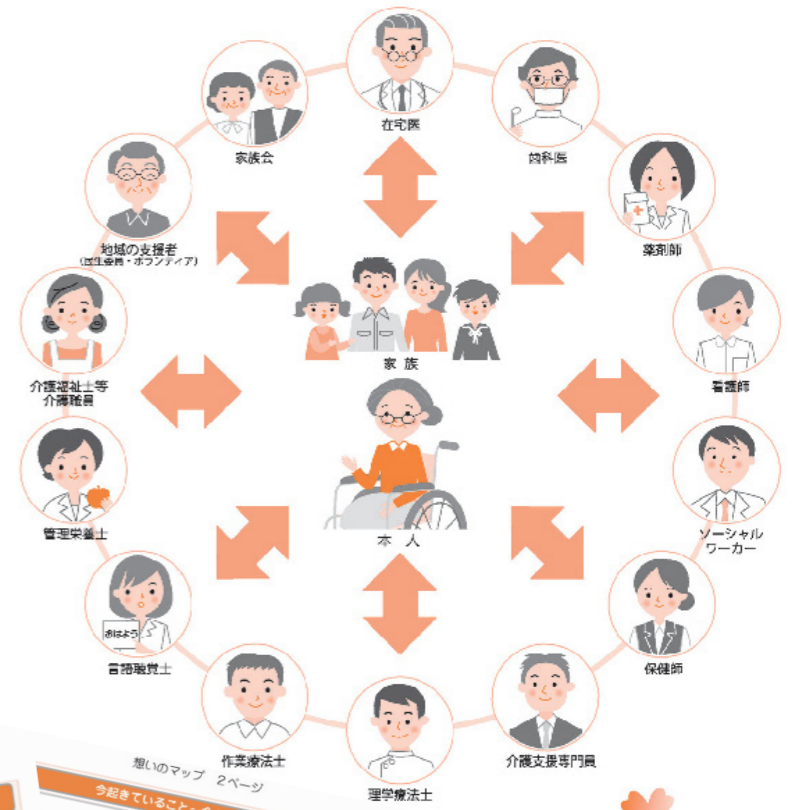
「想いのマップ」 作成目的と活用方法

「想いのマップ」作成に向けての検討、試行的活用を通して

想いのマップ活用イメージ（本人用）

\* 『想いのマップ』は、いつ、誰と、どのように活用するのか…

- ♡ 想いのマップにある項目を埋めることが目的ではありません。話しにくいこと、言葉にならない、今はわからないこともあります。誰と一緒に考えたり話し合うか、誰に伝えたいかなど、いつ、どのように活用するのも自由です。
- ♡ 療養生活をはじめることになった時、入院を機会に、または退院に向けてこれからの生活を考えるきっかけに活用してみませんか。
- ♡ 自宅での療養だけでなく施設での療養を送ることになった時、療養生活を続けていく上で、自分自身の意向を家族や支援者に知っていてほしい時に、語ったり書いたりしてみませんか。
- ♡ 還暦を迎えた時、退職後の第二の人生、将来を自分らしく、いきいき過ごすために、自分自身に向き合ったり、大切な人と語り合ったりするきっかけにしたいだけではないでしょうか。



想いのマップ活用方法

想いのマップは、「私らしく生きるために、想いをかたちに」するものです。これまでのあなたの歩み、現在やこれからへの想いを語ってください。あなたの周りには、このように多くの支援者達がいます。一緒に想いのマップを使って、語り、整理し、あなたらしいよりよい毎を送るために、一緒に考えましょう。