

松江地域介護支援専門員協会と松江市介護保険課との意見交換会
～ 終活支援について ～

令和6年1月24日(水)
14時～
松江市役所第2常任委員会室

1. 開会
2. あいさつ [松江地域介護支援専門員協会 会長]
3. 終活支援ノート事業について [松江市介護保険課]
4. 松江地域介護支援専門員協会アンケート結果 [松江地域介護支援専門員協会]
5. 終活支援ノートの活用について [松江市在宅医療・介護連携支援センター]
6. 終活支援ノート活用事例発表 [松江地域介護支援専門員協会]
※意見交換会終了後、資料は回収させていただきます。
7. 意見交換
8. 各グループの報告
9. 閉会あいさつ [松江市介護保険課 課長]

意見交換会の内容について

「終活支援ノート事業について」、「アンケート結果」、「終活支援ノートの活用について」、「終活支援ノート活用事例」を踏まえ、以下のテーマにてグループごとに、意見交換を行ってください。

テーマ① 【終活支援ノートの内容について】(Aグループ、Bグループ)

内容について、追加したほうがいいのかと思われる項目、削除したほうがいいのかと思われる項目、表現を見直したほうがいいのかと思われる項目など、より記入しやすい、活用しやすい終活支援ノートとするためにはどのような内容がいいか意見交換をお願いします。

テーマ② 【終活支援ノートの普及・啓発について】(Cグループ、Dグループ)

終活支援ノートを広く知ってもらい、理解してもらい、活用してもらうためには、どのような方を対象に周知したり、どのような内容を紹介するといった意見交換をお願いします。

テーマ③ 【終活支援ノートを作成（記入）してもらうためには】(Eグループ、Fグループ)

本人や家族の方に終活支援ノートを作成（記入）し、自らが望む医療やケアなどを受けってもらうためには、どのようにアプローチするといったか、ケアマネ・行政・その他関係者がどのように連携してアプローチするといった意見交換をお願いします。

終活支援に関するアンケート結果

松江地域介護支援専門員協会
制度調査部

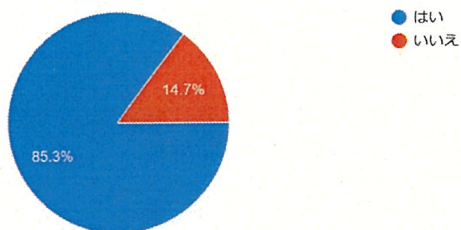
終活支援に関するアンケート

- ▶ 松江地域の居宅介護支援事業所、小規模・多機能居宅介護支援事業所、地域包括支援センターのすべての介護支援専門員を対象に実施。
- ▶ Googleフォームにて作成、一斉メール実施。
- ▶ 95件の回答。

アンケート結果

Q1、松江市が作成した終活支援ノート（2023年版）を知っていますか？

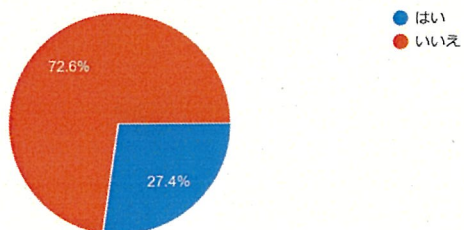
95 件の回答



アンケート結果

Q2、松江市が作成した終活支援ノート（2023年版）を使ったことがありますか？
※終活支援ノートを利用者、家族に配布した。利用者と一緒に記載をしたなど

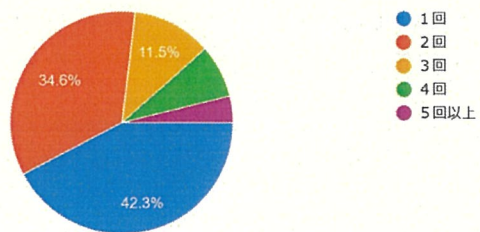
95 件の回答



アンケート結果

Q3、「はい」と回答した人は、何回使用しましたか？
(同じ利用者への使用は1回とカウントします)

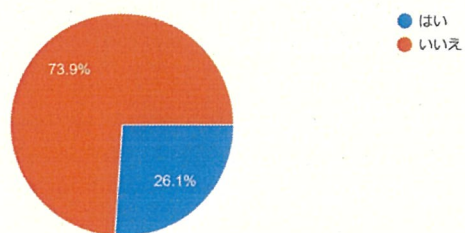
26件の回答



アンケート結果

Q4、「いいえ」と回答した人で、市販の終活支援ノートや医療機関等の
独自ノートなど他のものを使って、利用者や家族と話をしたことがありますか？

69件の回答



アンケート結果

Q5、終活支援ノート（2023年版）を活用して成功した事例があれば記入して下さい。
（自由記載）

- ・身寄りがない独居高齢者。
- ・残された家の事や家財道具などを冊子をもとに話をして方向性を決めることが出来た。
- ・安心したとの意見はありましたが、成功とはどういう意味ですか？
- ・家族、本人の看取りに向けて意向確認できた。
- ・今年度の物は使用したことがないが、その前のまめなかノートは、親族がいない利用者様3名と意思表示ができるうちに、一緒に作成し、大変役に立った。終活支援ノートより出しやすかった。（タイトルや中身の雰囲気含め）
- ・本人の思いをきちんと記載されていた。（2件）
- ・必要事項が項目ごとにまとまっており、本人他、後見人や親族と一緒に話し合いをしたところ、スムーズだった。
- ・普段将来の話をするとな怒る方が比較的きちんと自分の気持ちを伝えてくれた。

アンケート結果

Q6、終活支援ノート（2023年版）を活用して失敗した事例があれば記入して下さい。

- ・聞きにくい項目や書きにくい項目があり、うまく聞き取りができなかった
- ・思いや考えが変わったり、ノートをどこにしまったか忘れてしまわれた。
- ・ご家族様の了解も必要、確認したことで混乱してしまうケースもあるため。

アンケート結果

Q7、終活支援ノート（2023年版）を記載するに当たって、追加してほしい項目があれば記入して下さい。

- ・通帳・保険証書・年金等の書類の保管場所が万が一の時にどこにあるわからない。保管場所が分かるとよい。
- ・インターネット関連の契約内容について（死後家族が解約する時必要になるため）

アンケート結果

Q8、その他（自由記入）①

（使い方などについて）

- ・財産について変動があり、毎年記入すれば良いがハードルが高いと意見あり。
- ・ずいぶん前に記入されたものであれば内容をそのまま鵜呑みにしてもよいのか疑問が残る。
- ・イエス・ノーなどの簡単な入りからパンフレットで進めていけるとその時の状況に応じた質問や終活内容にたどり着けると良い。
- （古いなどのような感覚で気軽に終活支援が勧めると導入しやすい）。
- ・実子もなく、先々のことを考え始めている方があるので紹介してみたい。
- ・ノート自体はいいと言われ、ご自身で記入してもらおうようにと渡したら、いろいろ自分のことをさらけ出すみたいで...と記入を洗られた。
- ・通帳をたくさんもっていれば余計に暗証番号を覚えているうちに書いておくことが大切。

アンケート結果

Q8、その他（自由記入）②

- ・一度、自分が記入してみたからのほうが勤めやすいと感じた。
- ・日ごろから家族間で話し合ったり話題にしていく必要あり。
- ・使う前の自分の中にある抵抗が強かったと感じた。話を切り出したり、一緒に整理するには非常に有効だと感じた。一方で時間は必要。
また保管方法や実際にノートを家族と共有する方法などは改めて知りたい。
- ・大事なことをたくさん記入する欄があってよいと思うが、独居の方などはノートを記載されていても、
実際それを何かあったときに確認することが出来ないのではないか？

アンケート結果

Q8、その他（自由記入）③

（広告について）

- ・1ページめくるとお墓の写真というのが、出しにくさ、使いにくさを感じる。
いまでもひとつ前のまめなかノートを使っている。
（お墓の広告に関し、3件同様な意見あり）
- ・終活支援ノートを紹介する場合に、これから少しずつ将来について考えていきたいと思います
お誘いする場面が少なからずあるのですが、表紙をめくって墓石の写真を見て、まだそこまで
考えてないと引かれる方あり。（広告がいけないということではない。）

終活支援ノートの活用

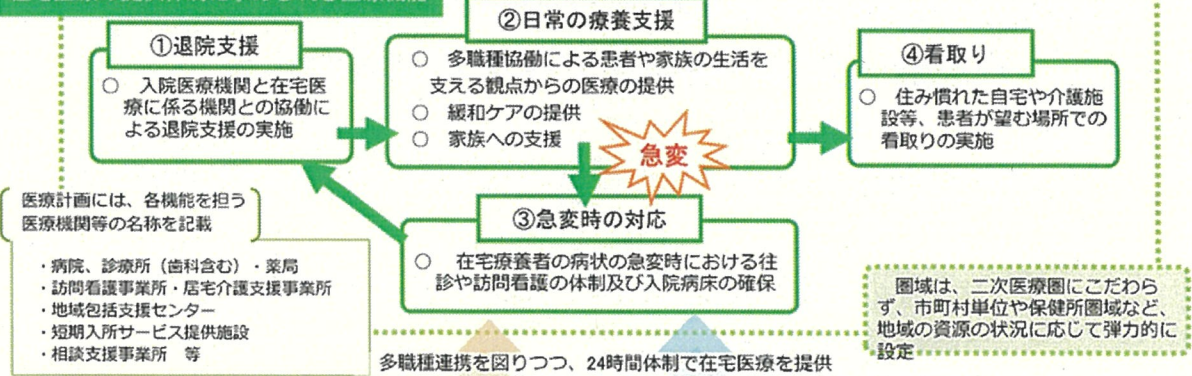
松江市社会福祉協議会

松江市在宅医療・介護連携支援センター

保健師 錦織梨紗

～ 「在宅医療の体制構築に係る指針」による在宅医療提供体制のイメージ ～

在宅医療の提供体制に求められる医療機能



在宅医療において積極的役割を担う医療機関

- ①～④の機能の確保にむけ、積極的役割を担う
- ・自ら24時間対応体制の在宅医療を提供
- ・他医療機関の支援
- ・医療、介護、障害福祉の現場での多職種連携の支援

・在宅療養支援診療所
・在宅療養支援病院 等

在宅医療に必要な連携を担う拠点

- ①～④の機能の確保にむけ、必要な連携を担う役割
- ・地域の関係者による協議の場の開催
- ・包括的かつ継続的な支援にむけた関係機関の調整
- ・関係機関の連携体制の構築 等

・医師会等関係団体
・保健所 ・市町村 等

在宅医療の体制構築に係る指針（疾病・事業及び在宅医療に係る医療体制について（平成29年3月31日医政局地域医療計画課長通知）より

看取りの場面での取り組み

～医療・介護の連携を支援する立場から～

- ①在宅医療・介護の連携、お互いの理解が必要
- ②本人の意思決定と、家族の理解が必要

看取りの場面での取り組み

～医療・介護の連携を支援する立場から～

- ①在宅医療・介護サービスの連携、お互いの理解

「 終末期の支援の中で、患者さんに対しての返答に迷った際に、一緒に考える場が欲しい 」

「 仕事を共有し話あうことで、支援がずれないものになっていくため、終末期の支援では特に多職種で話し合うことが大切 」

⇒ ACP事例検討会

まつえACP普及・啓発推進協議会研修会



看取りの場面での取り組み

～医療・介護の連携を支援する立場から～

②本人の意思決定 家族の理解

「どうやって自分の考えを伝えたらいいの？」

「いざという時の事なんて縁起でもない…」

「そもそも家で最期を迎える時、どんなことを
医療職や介護職がしてくれるのか分からない」

「家で看取るなんて想像も出来ない…」



私の想いを伝え身近な人と話し合うためには



終活支援ノート（意思決定を支援するツール）

自分の“これまで”と“これから”を見つめなおし、どのように生き最期を迎えたいか？について考えるためのノート

- 人生を自分らしいより良いものにする。
- “いざという時”を、自分や大切な人が後悔せず納得して過ごすために。

包括支援センターの現場からは

- ひとり暮らしをしていた高齢の親さんが入院されて意識不明、県外の子供さんたちが帰省された。

通帳は？
どこの銀行と
取引してるの？

これからの治療に
ついて誰とどう考
えればいいのか？



保険証は
どこにあるの？

本人は自分の最期
をどうしたいのか
きいておけば
よかった…

7

医療や介護の現場からは

利用者の看取りの方針など、地元の家族と決めていたが・・・

そんなこときい
てないわよ！
出来る限りの
治療してもらわ
なきゃ。

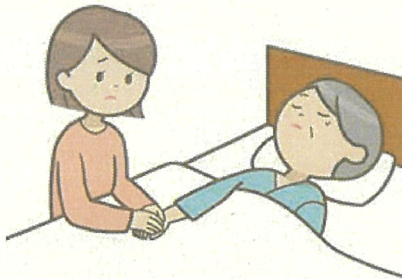
おやじは、こ
うしてほし
いって言って
たよ

久しぶりに
会ってこんな
ことに・・・生き
て欲しい！

8

施設からは

在宅困難となって施設入所されたが、その時にはなかなか意思表示が難しい状況

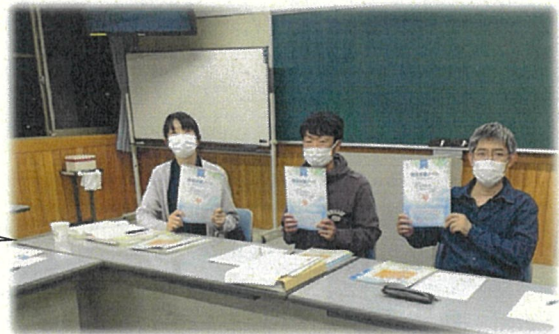


元気なころ
どう考えておら
れたのかしら

9

終活支援ノートの活用①

松江地域介護支援
専門員協会の取り組み



•ケママネジャーの役割は、ご本人やご家族が希望する生活を支援するために、必要な医療・介護サービス等を調整し計画を立案すること。

•利用者さんが、人生で何を大切にし、どのような人生を送りたいと思っているのかを知ることによって、より一層寄り添った支援が出来る。

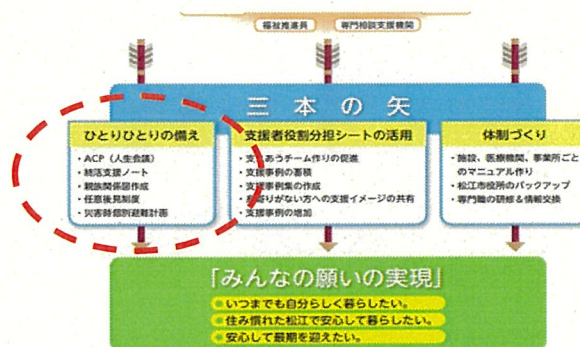
10

終活支援ノートの活用②

身寄りのない方の支援

自分らしい人生の過ごし方を形として示すための取り組みを、支援に関わる関係者とともに進めていただくことが望めます。

(松江市身寄りのない方への支援ガイドラインより)



11

終活支援ノートときいて どんなことを思いうかべましたか？

本人

- 「そろそろ考えとかなないといけないか…」
- 「そんなこと、まだ考えたくない、縁起でもない」
- 「書こうとは思うけど、いざとなったら向かえない」

家族

- 「こんなこときいて縁起でもないって言われる？」
- 「お金目当てと、思われなにかしら」
- 「どうやってきりだそう…」

12

終活支援ノートの普及・啓発

終活支援ノートの理解を促す取り組み



出前講座に出かけ、
終活や在宅医療について
のお話をしています

在宅医療・介護 あんしんガイド

住み慣れた地域で安心して暮らすための
お役立ちBOOK

1. 介護予防
2. 医療・介護が必要になったら
3. 救急のとき
4. 最後のときに向けて

在宅で受けられる医療・介護につ
いて、知ることが出来る。



松江地域介護支援専門員協会と松江市介護保険課との意見交換会

～終活支援について～

A グループ

記録係：

【終活支援ノートの内容について】

1. ノートタイトルについて

- ・「終活」の「終」が「死」をイメージさせてしまい縁起が良くない。(エンディングも同様)
- ・サブタイトル（私の思いをつなぐノート）の方が良いのでは？ポジティブなイメージ。

2. ノートの広告

- ・1ページ目を開いたとたん、墓石の広告ではイメージが良くない。いかにも死後の話という感じになりそのあとが開きにくい。
- ・ノート全般に入っている広告ページ企業が死を連想させるものではないかなものか？もう少しポジティブなイメージが持てる企業、あるいは広告内容に変更した方が良いと思われる。(ex.片付け事業の広告、手続きを手伝ってくれる専門家の広告など)

3. ノートの項目

- ・「第1章わたしのこと」は自身の基本情報的内容で、ここをしっかりと書いておいてもらえると市の基本情報の記載内容も充実する。
- ・「座右の銘」等記入するのが一見難しいと思える項目もあるが、その人の思いや意向など、感情的なことを吐き出せる項目があって良いと思う。
- ・「第2章もしもの時は」は、(入院時など)「病気の時は」治療についての「同意」をとる内容とも重なり自分ことを考える良い機会となる。特に身寄りのない方などは聞いておく必要あり。
- ・「第5章財産について」は、死後手続きとともに必要になってくることなので書いておいてもらう必要あり。

4. ノートの構成

- ・ノート自体大きくて書く内容がボリュームがある。どこから書いてよいのかわからない。
- ・構成や順番については要検討。「第1章」のあと、いきなり「第2章もしも(死?)」、「第3章エンディング」とつながっていくので、その前に「手続き」のことや「大切な人」など、今につながることを先に持ってきた方がイメージが良いのではないかと？

5. その他

- ・支援者との関係性も含め、ノートを渡すタイミングが大事。書いてもらえる、あるいは一緒に書くことができる関係性が出来ていることが必要となる。
- ・映画「死ぬまでにしたい～のこと」のような順番があっても良いのではないかと？

【終活支援ノートの内容について】

CM 協会 ノートについての話すタイミングが難しい

- ① どう生きたいか？
 - ② 記入するところが一か所しかない。もっと増やしてほしい。
 - ③ 一冊にまとまりにくいこともある。入口の部分と本当のエンディングとは分けたほうが良い。二冊などあってもよいので。使い分けはしたほうが良い。
- どのあたりから分けたほうが良いか？
- 入院したり、本人様の判断がだんだんと困難になったときが分岐点では？

CM 協会 聞く内容について、、自分の親とか身近な関係であれば聞かれるが、ケアマネや介護等の立場ではなかなかここまで突っ込んだ内容については難しい。

一冊にこれだけの網羅されるのは…難しい…

○広告で葬儀屋さんののが多数あるのだが、それも抵抗感が強い。どうしても後ろ向きになってしまう。ペットの広告などはあるとよい。

○タイトルが暗くなりがち「終活」ではなく、サブにある「私の想いノート」などまた別のタイトルなど明るく前向きになる題名はないものか…

包括 紹介しても、包括の立場として個人情報の点からも抵抗がある方が多い。

特養に紹介したケースの中で、そこの特養独自の様式で聞き取りされていたが、「最後に会いたい方はいますか？」とあった。これは終活支援ノートにも必ず入れてほしい。

マイナンバーのことがノートに入っていない。これは今後導入不可欠なものなので是非設けてもらえないものか？

介護保険課 マイナンバーはパスワードなどの問題もあるのでここへの導入は難しいかも。

介護保険課 確かに個人情報の管理が難しくなる。

【終活支援ノートの普及・啓発について】

- 松江市介護保険課。終活支援ノート 7 ページ、30%話し合っている、47%自分で考えているが話し合っていない。
- ケアマネ協会のアンケート結果。85%が知っているが72%が使っていない。
- 在宅医療・介護連携支援センター。縁起でもないという意見もある。

【自由意見】

- ・普及啓発について、今までの活動で徐々に市民にも広まっていると思う。引き続き、地道に活動を続けていく事が必要。
- ・ケアマネジャー以外の専門職に対しても幅広く、出前講座のような活用方法についての勉強会、研修会を開催すると良い。
- ・普及率、使用率〇〇%を目指そうといった目標値を決めたり、アンケート結果やデータなどを基に対策を考えたり、方法は色々ある。資料を基に、今回のような意見交換、相談、検討していく事を継続すると良い。
- ・最期になって本人らしく、周囲が困らないように。という事は良い事だと思うが、最期まで楽観的で、いい加減で、周囲に依存的な人だったな。というのも本人らしさだと思う。
- ・核家族化、少子高齢化の社会的背景も高齢者に終活を迫らせている要因だと思う。終活支援ノートをきっかけに、本人らしさや家族の絆が深まると良い。
- ・発表を聞いていて自分自身が意識が薄かったと自覚した。自身の意識が薄いので利用者にも勧めにくいと感じていたのだと思う。
- ・ノートを一つのツールとして、終活の話題にするきっかけになると良い。
- ・一時期に比べて「終活」という言葉を聞かなくなった気がする。一般化した？見聞きしているけれど、当時ほどのインパクトが無いだけ？どうなんだろう？
- ・一般の市民の方の意見も聞きたい。アンケート結果などあれば今後の参考になると思う。
- ・ノートは知っているが、どのタイミングで紹介するか。終末期になってからでは遅いし、縁起でもないと言われると、話しにくいテーマと感じる。
- ・一般の市民の方、当事者の高齢者の方の考え方はどうだろうか？
- ・終末期になってからではノートは使用しにくいと思う。前の前の段階、お元気なころから話題にしてもらいたい。
- ・広報活動を地道に続け、出前講座など「ちょっと書いてみようか」と思ってもらえる機会は良いと思う。

【対象】

- ・住民向けの活動は進んでいるが、訪問看護や医師など幅広い専門職への周知。
- ・高齢者をきっかけに、訪問時にお嫁さんや家族などへ情報提供する。
- ・若い世代から考える、祖父母の事。二十歳の集いなどのイベント、ドラッグストアなどで終活支援ノートを紹介する。
- ・40代、厄年のお参り、神社。食事会、宴会など、ホテルや旅館など。同じ年代の人が集まる場所や機会に終活支援ノートを紹介する、皆で一緒にワイワイしながら話題にする。

【内容】

- ・例えば「終活支援」を「自分史」という名前にすれば、どの年代でも自分事となる。「終末期」という話題に比べて、若い頃から話題に出来るし、知人や友人同士でも話がしやすくなる。
- ・質・量ともに高齢者が一人で書くには難しい、逆に、このノートを全部書ける方は心配無いと思う。書ける部分だけ書く、チェック式にしたり、書きやすくすると良い。
- ・若い世代はパスワードなども残しておきたいのではないか。また、ノートもアプリやデジタルの方が若い世代には受入やすいと思う。
- ・亡くなった本人よりも、残された家族目線の内容だと思う。「終活」は本人が自分らしく最期を迎えるための自主的な取り組みで、やった方が良いとか、やらなきゃいけないとか、周囲から言われて取り組むものではないと思う。
- ・身近な家族に勧めたいが、縁起が悪いと言われそう、「終活支援」というネーミングの印象があると思う。

【終活支援ノートの普及・啓発について】

- ・終活支援ノートを自分で書いてみると、P16の大切な人たちのところから書いてみると、入りやすいと感じた。
- ・ケアマネジャーをしていて、90歳超えが1/4以上おられる。90歳を超えたら、担当者会で、人生100年といわれるが、今後どのように生きていきたいか、と持ち掛けている。
- ・身寄りがない人は家族と疎遠になっている人に活用したことがある。延命のことや葬儀のこと、お寺のことまで書いてあって助かった。一方で、利用者との関係性ができていないと、なかなか進まないこともある。
- ・主治医から、身寄りのない人が危篤となり、人工呼吸器をつけるかどうか、ケアマネに問い合わせがあり、混乱した。医療機関でも、終活ノートの利用推進をしてもらいたい。(医療的な部分はケアマネから突っ込みにくい部分もある)
- ・成年後見を利用する人や、身寄りのない人は一緒に記入した。医療機関でも終活ノートの勉強会等してもらいたい。
- ・ケアマネジャーには、せめて終活ノートの存在を知っておいてもらいたい。
- ・ケアマネジャーから勧めにくい方も多く、まずは65歳の第一号被保険者になった時や初めての介護認定を受けた際、全員に市から配布してもらおうと、きっかけができ、その後のフォローでケアマネも関わりやすい。
- ・表紙の「終活」という言葉や1ページ目のお墓の宣伝が、ネガティブな感じがして勧めにくいところもある。
- ・早い段階で本人が、書く気にならないといけないと思う。周知については、高齢者だけではなく、若い人にも広報等通じて知ってもらいたい。
- ・メディアを通じて、繰り返し伝えていくのも良いと思う。

【終活支援ノートを作成(記入)してもらうためには】

- ① 多くの人に終活支援ノートを知ってもらう
 - ・終活支援ノートを知っているか知らないかの差は大きい。普及啓発を行いまずはノートの存在を知ってもらう事が必要。
 - ・高齢者に限らず、例えば学校の取り組みや宿題などで終活支援ノートの話題があれば家族間で話をするきっかけになるのではないかな。

- ② ノートの記入方法について
 - ・終活支援ノートを見た事はあるが、実際に記入をした事はない。まずは自分で書いてみる事でノートの良さが分かり利用者さんにしっかり説明ができたり、勧めやすくなるのではないかな。
 - ・日頃文字を書く機会がない方も多く、書くこと自体ハードルが高い。パソコンやスマートフォンを使いこなしている利用者さんもいるので、ノートのデジタル化など、時代や年代に合わせたやり方の検討が必要。
 - ・利用者さんの状態に合わせた記入方法。(自分で書く事が難しい方は聞き取りをしながら家族や支援者が代筆をするなど)
 - ・終活支援ノートを渡すのみで終わってしまう事が多い。どの章から記入しても良い、全て記入しなくても良い事を伝えるだけでも記入のハードルが下がるのではないかな。

- ③ その他
 - ・終活支援ノートの作成は非常に重要度が高いと感じてはいるが、ケアマネ業務の多さから積極的には取組めていない現状がある。
 - ケアマネ業務を見直し、業務の負担を軽減する事で利用者さんと一緒に終活支援ノートに取組む余裕が生まれるのではないかな。

【終活支援ノートを作成(記入)してもらうためには】

- ・記入内容の追加として『感謝している人への、お礼の言葉』の欄があると良い。
本人の思いが、一言でも伝えやすいし、ノートの書き出しとして気持ちが込められやすい。
- ・ノートの名前を見直してもよいのでは。『終活・・・』という言葉が少し硬く感じる。
以前の『まめなかノート』等、表題が変わると、もう少しカジュアルに書きこむ気持ちになるのではないだろうか。例えば、『思いをつなぐノート』なども良いと思う。
- ・簡易版「導入シート」などがあっても良いと思う。
- ・医療の欄などは、専門家でないに記載しにくく、記入の時に関わってくれる関係者として行政、包括やケアマネの連携があれば、記載しやすいと思う。
- ・様々なケースの経験から、やはり元気で、若いうちから少しずつ書いてもらうとよいと思う。
- ・出前講座などが良いと思う。若い方なら、QRコードを読み取り、チラシなどダウンロードができると良いと思う。
- ・松江市の窓口で、本人や家族が介護申請に来所され時に、ノートの存在を紹介してはどうだろうか。
- ・自分で書ける方は、部分的に書けるところだけでも書いてもらって良いので、ケアマネや包括と一緒に記入していく。
- ・ノートを自分で書いてみたが、こんなに大切なことがたくさんあったんだと気づかされた。実際に家族が亡くなる時期に、このノートの存在は知っていたが、その時期は家族も本人も記入することが負担で書けなかった事があった。
- ・きっかけ作りが大切。家族としては、最低限わかっておきたいことがある。

