

# みらいふノートを活用したアドバンス・ケア・プランニングの推進

島根県立大学出雲キャンパス

看護学科4年 山根瑞紀 安田桃子

看護学科3年 小前陽菜

看護学科2年 板山奈央 伊藤光希 大庭愛結

福原凜々花 矢田悠真 田中愛梨

教員 小川智子 加藤さゆり

## 活動に至った背景

西ノ島町は、島根半島から北東約65Kmにある隠岐諸島の中の一島一町である。美しい景観や恵まれた海洋資源を活用し、漁業・畜産・観光を基幹産業としたまちづくりが進められている。少子高齢化が進み、独居高齢者や高齢者夫婦世帯も増加傾向にあり、自らの最期をどう迎えるのか、アドバンス・ケア・プランニング(ACP)の推進が求められる。

## 活動の目的

2023年度に、地域の方々や医療スタッフの方々から意見を収集して、島オリジナルのエンディングノートである「みらいふノート」を作成した。

2024年度は、高齢者サロン等を訪問してACPの推進とみらいふノートの活用方法についての健康教室を開催し、島民のACPに対する関心を高める。

### Step 1 ACPに関する学習会の開催

月 日 令和6年8月23日(金)

方 法 Zoomによるオンライン学習会

内 容 ACP知識の醸成講座

講 師 老年看護学 講師 加藤さゆり

学生の学び ACPの変遷を知った  
地域の高齢者を対象とするACPの必要性を感じた など



### Step 2 西ノ島町の高齢者サロンに参加

月 日 令和6年9月 2日(月)・・・宇賀地区  
9月17日(火)・・・物井地区、船越地区

方 法 サロンのレクリエーションに参加した後  
みらいふノートを活用したACPの講話 15分程度

内 容 ・ACPとは何か  
・高齢者に起こり得る事例の紹介  
・「みらいふノート」の紹介

高齢者の声

- ・もう、書いているよ
- ・普段、息子とはあんまり話さないからなあ・・・
- ・早速書いてみようかな
- ・でも、書いたらなんだか責任を感じてしまう
- ・書いても島でできること、できないことがあるけど・・・ など

⇒「話したくない！」それらご自身の大切な考え  
自分の希望を声にだすことの大切さ



### Step 3 島前病院の方々との意見交換会

月 日 令和7年1月27日(月)

方 法 グループワークへの参加(オンライン)

内 容 ・もしバナゲーム  
・みらいふノートに関する意見交換

スタッフの皆さんの声

- ・もう少し島の現状についても記載しても良いのではないか(限られた医療や介護のことなど)。
- その時の状況によって変わるので、書き方講座の中でその都度、現状について説明していくのが良いのではないか。
- ・エンディングノートの各章に「誰と共有したのか(一緒に考えたのか)」を記載する部分があると良いのではないか。
- 自由記載枠を増やし、記載できるようにしましょう！



## 今後に向けて

今後は、関心ある高齢者の方を中心に「みらいふノート」を配布し、高齢者同士のつながりから西ノ島町全体のACPの関心を高めていきたい。完成したノートを活用したACPの啓発により、町民の意識や行動の変化を長期的に把握する必要がある。