

## 「人生会議」のきっかけツール “わたしのいきかた手帳”の活用例の紹介

和田 優輝

株式会社和田デザイン事務所

佛教大学保健医療技術学部看護学科 濱吉准教授より「自分自身のこれまでの人生を振り返り、これから先の希望について考え・それを大切な人へ伝えるためのツール」の研究開発の発意を受けて、「わたしのいきかた手帳」と名付けた手帳をデザインした。

デザインに際して、以下2点の認識に立ったうえで進めた。一つは、医療介護等の現場では、アドバンスケア・プランニング（Advance Care Planning：ACP）の認知はすでに浸透しているが、一般市民にとってはACPや「人生会議」という言葉もまだまだ耳慣れないものという段階にあるという認識。もう一つは、市民が自身の「命」を見つめることや、他者に人生を語るということは、日常的なことではなく心理的な障壁が少なくないであろうという認識。

ここで求められる「ツール」作成におけるデザインの役割は、自身や他者とのコミュニケーションを促せるようなインタフェースにある。その上で主に工夫した点は以下のような点である。

- (1) 冊子形式。形式は、自身の人生を記すものがプリント用紙でばらばらとしているにはあまりに軽率に見える。そこで、手に取りやすいこと、大切に保管したいと思えることを重視し、冊子の形式とした。
- (2) ふり返れる。保管を前提とした冊子であり、何度も振り返り活用する視点から、時系列で自分の意思を記入できるものとした。迷いや気変わりがそのまま記録されるようにしている。
- (3) 「わたしのいきかた」という品名通り、「わたし」だけの冊子になるように、自身の人生にとって大切な写真などが加えられるページを用意した。
- (4) 内容については、質問は「わたしのこれまでの人生 小さい頃はこんな子供でした」というものから始めている。
- (5) 医療・介護の面での質問は自身では記入がしにくい点も考慮し、「とてもそう思う～まったく思わない」の5段階での回答ができるようにした。

このように制作した「わたしのいきかた手帳」を活用された方の声を取材し、実際に医療現場や一般市民が、自身の人生最期の時まで自分らしく生き抜くことに向かってどのような心境の変化が生まれたかを紹介する。診療所でのケースは、最終的には看取ることになるのだが、その前にこの手帳が家族との対話のきっかけを生み、本人の言葉により、残された家族・医療従事者がともによき看取りになったと感じられたのではないかというケース。もう一つは、健康な母娘が娘からの提案で2人で「人生会議」を食卓の会話で行い、双方のいきかたに関する価値観を深く見つめ合うことができたというケースである。