

A decorative border of playing cards surrounds the central text. The cards are arranged in a roughly rectangular frame. The cards include various suits: spades, hearts, diamonds, and clubs. Some cards are solid blue, while others are light blue with a white grid pattern. The cards are scattered around the text, with some overlapping the text area.

人生の最終段階における  
医療とケアの意思決定支援

## もしバナゲームを体験しよう！

不治の病で療養中、命の終わりが近づく  
「もしもの時」を仮定して

- あなたは何を大切にしますか？
- 専門職として何ができますか？



## もしバナゲームの進め方 (説明はその都度 17:35~)



### まずは、ワークシート①記入 (3分)

不治の病で療養中、命の終わりが近づく  
「もしもの時」を仮定して

どんな医療や介護を受けたいか、残された時間を  
何処でどのように過ごしたいか等

お手元の用紙にご記入ください

下記の項目についてお答えください

●あなたの年代は

20歳代 30歳代 40歳代 50歳代 60歳以上

●あなたの職種は

看護師 ケアマネ 介護職 その他（ ）

●看取り経験は

なし あり プライベート（自宅・病院・施設）  
仕事（自宅・病院・施設）

※回復が見込めない人生の最終段階を想定した時、何を大切に、  
何処でどのように過ごしたいか、医療やケアについてどうしたいか。  
あなたが感じている今の気持ちをご記入ください…ワーク①

シート①

※ゲーム終了後、あなたの気持ちに変化はありましたか…ワーク②

ない

ある どのような事ですか

※本研修会について、ご意見・ご感想をお聞かせください

●講義について

●もしバナゲームについて

※このワークシートは最後に回収します

# もしバナゲームの進め方

開始17:40～

カード配布役 ➡ 一番若い方

3枚のカードをグループメンバーに裏向きで配布し、残りのカードは表向きにして中央におきます

順番にカードを交換しよう

配布された3枚のカードの中で、不要と考える1枚と中央にあるカードの中から1枚と交換します ➡ 一巡目は必ず交換する

上記を繰り返し、グループメンバー全員がカード交換する必要がなければ中止します

# もしバナゲームの進め方

## カードの優先順位

各自、選択したカード3枚に順位をつけましょう

## 選択した理由を順番に話そう

3枚のカードを紹介し、最重要カードについて 選択した理由を話し一巡します

➡ 時間があれば2番目のカードも同様に行いましょう

## ワークシート②記入 17:55～ (3分)

各自、ゲーム後に気づいた事や感じた事を記入しましょう  
わたしの気持ちに、変化や新しい発見など…

大切な事は整理できましたか？

大切な事を実現する為には、何を実行しますか？

18:00～ワークシート①②について  
グループで共有 (10分)

下記の項目についてお答えください

- あなたの年代は  
20歳代 30歳代 40歳代 50歳代 60歳以上
- あなたの職種は  
看護師 ケアマネ 介護職 その他 ( )
- 看取り経験は  
なし あり プライベート (自宅・病院・施設)  
仕事 (自宅・病院・施設)

※回復が見込めない人生の最終段階を想定した時、何を大切に、  
何処でどのように過ごしたいか、医療やケアについてどうしたいか。  
あなたが感じている今の気持ちをご記入ください…ワーク①

- ※ゲーム終了後、あなたの気持ちに変化はありましたか…ワーク②
- ない
  - ある どのような事ですか

シート②

※本研修会について、ご意見・ご感想をお聞かせください

●講義について

●もしバナゲームについて

※このワークシートは最後に回収します

疑似体験を終えて  
18:10～

人生の最終段階の療養者さんに対して、  
私たち医療・ケア関係者は何ができるか (15分)

- ・療養者さんの尊厳や希望に沿った生き方を実現するには？
- ・そのご家族や近しい人には？ など

全体共有 18:25～ (10分)

まとめ 18:35～ (10分)

終了予定 18:45



- 1 見守ってくれる人がいる（家族・親戚・近隣住民・友人など）
- 2 お金の問題を整理しておく
- 3 自宅で最期を迎える
- 4 施設で最期を迎える
- 5 病院で最期を迎える
- 6 看取り期の身体の変化を理解している
- 7 大切な人とお別れをする
- 8 死を覚悟できている
- 9 家族が私の死を覚悟できている
- 10 身辺整理ができている
- 11 ご家族や友人に伝えたいことが話できている
- 12 自分の価値観や優先順位を知る代弁者がいる
- 13 自分が望む形の治療やケアについて主治医やケアスタッフに伝えられている
- 14 尊厳が保たれている
- 15 傍にいてくれる親友がいる
- 16 人生の最終段階を過ごせる誰かがいる
- 17 私の想いを聴いてくれる誰かがいる
- 18 信頼できる主治医がいる
- 19 死生観を話せる
- 20 自分が希望する葬儀の準備ができている
- 21 口から食べられなくなった時、人工栄養（胃ろう・点滴）を希望する
- 22 口から食べられなくなった時は、最終段階と覚悟し自然に任せる（自然死）
- 23 回復の見込みのない時（老衰やがん末期）の救急車通報について家族やケアチームと話し合いができている
- 24 心の拠り所がある（宗教など）

カードは  
24題目



# お疲れ様でした。

- 出口に設置してあります回収箱にワークシートを入れてお帰りください。
- 当センター発行の配布資料についてご確認いただき、ご活用をお願いします



\* 亀田総合病院監修「もしバナゲーム」を参考に、高齢者向けに併せて内容やルール等を工夫して行っています。