

〈原著〉

A市における人生ノート書き方講習会に参加した高齢者の終活の現状と「人生ノート」の記載状況

馬場保子¹⁾ 柿田京子²⁾ 井戸佳子³⁾ 酒井眞弥子⁴⁾
新田章子⁵⁾ 横山加奈⁶⁾ 今村嘉子⁷⁾

Survey on intentions about end of life planning and the use actual situation of “JINSEI Note” ; A-city version ending note

Baba Yasuko¹⁾ Kyoko Kakita²⁾ Ido Yoshiko³⁾ Sakai Mayako⁴⁾
Nitta Akiko⁵⁾ Yokoyama Kana⁶⁾ Imamura Yoshiko⁷⁾

1) 活水女子大学 看護学部 2) 介護老人保健施設 うぐいすの丘
3) 長崎リハビリテーション学院 4) 医療法人 田崎医院 5) 鎮西学院大学 現代社会学部
6) 愛知県立大学 看護学部 7) 東京医療学院大学 保健医療学部

要 旨

A市では人生ノートを介護予防事業で活用している。これまでに人生ノート書き方講習会を受講した高齢者の終活の現状と人生ノートの記載状況を明らかにすることを目的とした。過去3年間に講習会を受講した157名を対象に自記式質問紙調査を行い、110名分を分析の対象とした(有効回答率70.1%)。平均年齢76.3±5.6歳、男女比は29.1%:70.9%であった。終活への関心は女性が高かった(p<.01)。対象の56.4%は終活を実施しており、男女で取り組み内容に違いがみられた。対象は、人生の終末期について考えたことはあるが、その思いを身近な人に伝えていなかった(p<.01)。人生ノートのことを家族が知っているのは33.6%で、11.9%は人生ノートをほぼ書いていた。人生ノートの続きを「なかなか書けない」のは、女性、後期高齢者に多く、そのうち42.9%は人生ノートに取り組みたいと回答した。家族と一緒に語り合う場を提供することや、対象の特性に応じて講習会の内容を工夫する必要がある。

キーワード：終活、人生ノート、アドバンス・ケア・プランニング

I. 緒言

超高齢社会である日本では、多死社会を迎えている。1951年に83万人であった年間死亡者数は、2017年には134万人に増え、2039年には167万人になると予想されている(厚生労働省, 2017)。1976年に「在宅での死」と「病院・施設での死」の割合が逆転して以来、現在も死亡場所の80%以上は、病院である(厚生労働省, 2011)。2025年には団塊世代が75歳以上の後期高齢者となり、今後死亡者が急増していくとされる。住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、地域包括システムの構築が推進されて

いる。その中でも終末期のケアについては、療養者自身が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、意思決定を支援するプロセスであるアドバンス・ケア・プランニング(以下、人生会議)が重要な役割を果たす。人生の最期をどう迎えるか、個人のニーズに合わせたケアの提供により、療養者と家族のQOLの維持・向上が求められている。

終活の例としてエンディングノートがある。エンディングノートの作成意向は年齢階層が高くなるほどその傾向が強くなっているが、実際にエンディングノート作成経験がある人は、60代では2.4%、70歳以上では5.0%にとどま

っている（経済産業省，2012）。その人らしい最期を迎える上で、家族への意思決定支援が重要となる。人生にとって最善となること、大切にしたい希望について家族で話し合いを行っておくことは、高齢者世代だけでなく残された家族にとっても意義のあることである。

A市では、2015年からエンディングノート（以降、『人生ノート』）を活用した介護予防事業を行っている。これまでの人生を振り返るだけでなく、「これから」をどのように過ごすのか具体的に記載し、介護予防に役立てるものである。2015年～2019年9月時点で593名が『人生ノート』書き方講習会に参加している。講習会は60分程度であり、時間内にすべての項目を記載することが難しい状況にあり、自宅に持ち帰った後に続きを書き記すことになる。

そのため、本研究では、講習会参加者が終了後に『人生ノート』を記載しているのか、記載していなくても家族と今後の人生において大切にしたい思いを伝えているのか、高齢者の終活の実態と人生ノートの記載状況を明らかにすることを目的とした。A市における高齢者の終活への取り組みの特徴をふまえた介護予防事業への示唆や自分らしい終末期の在宅療養支援を実現するための基礎的な資料となる。

II. 方法

1. 研究デザイン

量的研究

2. 用語の定義

・『人生ノート』とは、A市が作成しているオリジナルのエンディングノートである。内容は「生まれた頃」「若い頃」「働き盛り」「今の自分とこれから」「介護が必要になったとき」「医療・終末期について」からなる。活用することを重視し、参加者と一緒にこれまでの人生やこれからの生活を考える機会として活用してもらうノートである。

・『終活』とは、人生の終末を迎えるにあたり、延命治療や介護、葬儀、相続などについての自身の希望をまとめ、準備を整えること。また、亡くなる直前のことだけでなく、「老いの時代をどう自分らしく生きるか」という活動を指す。

3. 研究対象

過去3年間（2018年4月～2021年3月）に人生ノート書き方講習会を受講した高齢者10団体157名

4. 研究期間

2021年7月～2021年8月

5. データの分析方法

1) データの収集方法

研究協力者であるA市地域包括支援センターの責任者に口頭及び文書で研究概要を説明し、研究協力の同意を得た。過去3年間に人生ノート書き方講習会を受講した20団体の代表者に連絡してもらい、そのうち10団体から研究参加の内諾を得た。内諾を得た団体の代表者へ研究者が連絡し、参加者が集まりやすい日程を団体の代表者と調整したうえで、研究者が団体の集まりに訪問し、研究参加について説明した。質問紙の投函をもって研究の同意を得たこととした。

2) 調査項目

調査項目は、①対象者自身について（基本属性、家族との交流頻度、過去1年間での介護経験、看取り経験の有無、健康状態（主観的健康観、健康への関心）②終活への取り組み（終活への関心、実施している終活、取り組みたい終活）、③人生の最期に対する考え、④A市版『人生ノート』について（記載状況、家族は対象が『人生ノート』を持っていることを知っているか）とした。

3) 分析方法

- ①対象者自身についての項目については記述統計で傾向を把握した。
- ②終活への関心（とても関心がある：4～関心がない：1）は、マン・ホイットニー検定を用いて分析した。終活の「取り組みをしているか」については、 χ^2 二乗検定を用いて分析した。「取り組んでいる終活の内容」、および「これから取り組みたい終活」については男女で割合を比較し傾向を把握した。
- ③「人生の終末期について考えたことがあるか」、「大切にしたい思いを身近な人に伝えたか」については、フィッシャー直接確率法を用いて比較した。また、「大切にしたい思いを身近な人に伝えた」経験の有無と、基本属性については χ^2 二乗検定、交流頻度（5：毎日～1：全くない）との関係は、マン・ホイットニー検定を用いた。
- ④『人生ノート』について、ノートの記載状況について、最も近い状態のものを選択してもらい割合を把握した。ノートを持っていることを家族が知っているかについて、 χ^2 二乗検定を用いた。

いずれも、前期高齢者と後期高齢者の2群間、および男女の2群間で傾向を把握した。有意水準5%で有意差ありとした。なお、統計ソフトはSPSS.Ver26を使用した。

6. 倫理的配慮

調査にあたり、事前に団体の代表者と訪問の日時とアンケート配布のタイミングについて打ち合わせを行った。アンケート調査は、自由意志で行い、参加しなくても不利益がないことを口頭および文書で説明した。アンケートは無記名で集会終了後にそれぞれ封筒に入れて回収、または郵送で個別に送付してもらった。なお、活水女子大学倫理審査を受けて行った（承認番号㊟21-003）。

III. 結果

1. 対象の概要

157名のうち129名から回答が得られた。人生ノートは、講習会参加時に配布する。そのため、人生ノートを持っていないと回答したものは、講習会に参加していないと思われるため分析から除外した。他に、欠損値が多いものを除いた110名分を分析の対象とした（有効回答率70.1%）。

平均年齢76.3±5.58(61～89)歳であった。性別は男性32名(29.1%)、女性78名(70.9%)であった(表1)。

表1. 対象の概要

項目	全体		男性 (n=32)		女性 (n=78)	
	n	%	n	%	n	%
N=110						
年齢						
60～74歳	41	37.3%	14	43.8%	27	34.6%
75歳以上	69	62.7%	18	56.3%	51	65.4%
平均年齢	76.3歳±5.58 (61～89歳)					
家族構成						
ひとり	27	24.5%	3	9.4%	23	29.5%
夫婦のみ	40	36.4%	16	50.0%	24	30.8%
夫婦と子	17	15.5%	7	21.9%	10	12.8%
夫婦と子と孫	14	12.7%	3	9.4%	11	14.1%
その他家族	12	10.9%	2	6.3%	10	12.8%
子どもの有無						
あり	101	91.8%	30	93.8%	71	91.0%
なし	9	8.2%	2	6.3%	7	9.0%
子どもとの交流頻度 (n=101, 男性32, 女性71)						
※交流頻度には、会う、電話で話すなどを含む						
毎日	35	34.7%	10	33.3%	25	32.1%
週に1回以上	33	32.7%	8	26.7%	25	32.1%
月に1回以上	29	28.7%	9	30.0%	20	25.6%
年に1回以上	3	3.0%	2	6.7%	1	1.3%
まったくない	1	1.0%	1	3.3%	0	0.0%
主観的健康観						
とても健康	13	11.8%	4	12.5%	9	11.5%
まあまあ健康	81	73.6%	24	75.0%	57	73.1%
あまりよくない	16	14.5%	4	12.5%	12	15.4%
良くない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
健康への関心						
とても関心がある	60	54.5%	6	18.8%	30	38.5%
やや関心がある	45	40.9%	21	65.6%	47	60.3%
あまり関心がない	5	4.5%	5	15.6%	1	1.3%
全く関心がない	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
治療中または後遺症が残るような病気						
あり	55	50.0%	15	46.9%	40	51.3%
なし	55	50.0%	17	53.1%	38	48.7%
過去1年間での入院経験						
あり	10	9.1%	2	6.3%	8	10.3%
なし	100	90.9%	30	93.8%	70	89.7%
気軽に相談できるかかりつけ医						
あり	76	69.1%	20	62.5%	56	71.8%
なし	34	30.9%	12	37.5%	22	28.2%
過去1年間での介護経験						
あり	17	15.5%	3	9.4%	14	17.9%
なし	93	84.5%	29	90.6%	64	82.1%
過去1年間の看取り経験						
あり	16	14.5%	6	18.8%	10	12.8%
なし	94	85.5%	26	81.3%	68	87.2%

2. 終活の実施状況

1) 終活への関心と取り組みについて

終活への関心は、後期高齢者のほうが高いが有意差はなかった ($p = .90$)。女性のほうが、関心が高かった ($p < .01$) (図1)。対象のうち、62名 (56.4%) が、終活に取り組んでいた。前期高齢者、後期高齢者 ($p = .10$) および男女で有意差はなかった ($p = .39$) (表2)。

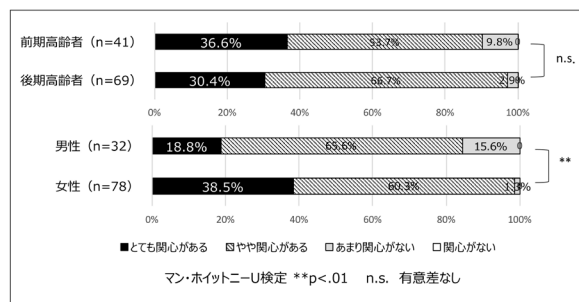


図1. 終活への関心 年齢・性別による比較

表2. 終活の実施状況 年齢・性別による比較

	実施している (%)	実施していない (%)
前期高齢者 (n=41)	19 (46.3)	22 (53.7)
後期高齢者 (n=69)	43 (62.3)	26 (37.7)
男性 (n=32)	16 (50.0)	16 (50.0)
女性 (n=78)	46 (59.0)	32 (41.0)

χ^2 乗検定 n.s. 有意差なし

2) 取り組んでいる終活の内容

終活に取り組んでいる62名が、行っている終活内容について、あてはまる項目を選択してもらい、行っている人の割合を項目ごとに男女別に示した (図2)。

男女ともに「持ち物の整理」に取り組んでいる割合が多かった。男性9名 (60.0%) は、「人生ノート」と回答した。「持ち物の整理」7名、「財産整理」7名 (46.7%)、「お墓の準備」5名 (33.3%) の順が多かった。

女性は、多い順に「思いを伝える」24名 (51.1%)、「持ち物の整理」23名 (48.9%)、「お墓の準備」17名 (36.2%)、「介護について希望を決める」17名 (36.2%)、「終末期医療について決める」17名 (36.2%) であった。「思いで作り」は7名 (14.9%) であったが、男性で取り組んでいると回答した人はいなかった。

3) これから取り組みたい終活

これから取り組みたい終活の内容について、あてはまる項目を選択してもらい、項目ごとに割合を男女別に示した (図3)。

男女ともに、これから取り組みたい終活は、「持ち物の整理」が一番多かった。男性は、「財産整理」10名 (26.3%) で、「思いを伝える」や「思いで作り」と回答した割合は女性よりも低かった。

女性は、多い順に「持ち物の整理」43名 (67.2%)、「介護の希望を決める」26名 (40.6%)、「終末期医療を決める」25名 (39.1%)、22名 (34.4%) は、「人生ノート」に取り組むたいと回答していた。

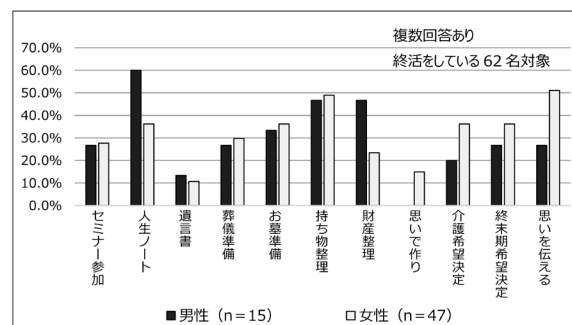


図2. 取り組んでいる終活の内容 男女による割合の比較

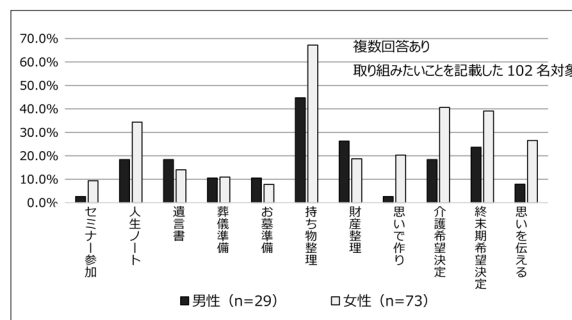


図3. これから取り組みたい終活 男女による割合の比較

3. 人生の終末期の考えについて

人生の終末期について考えたことが「ある」は、前期高齢者・後期高齢者では有意差はなかった ($p = .65$)。男女では、女性のほうが考えたことが「ある」が多かった ($p < .05$) (表3)。また、自身の大切にしたい思いを伝えた経験が「ある」は、前期高齢者と後期高齢者、男女間で有意差はなかった (表4)。

人生の最期の過ごし方について考えたことがあることと、自分の大切にしたい思いを身近な人に伝えたことが「ある」では、有意差がみられた。対象は、人生の終末期について考えたことがあるものの、自分の大切にしたい思いを身近な人に伝えていなかった（表5）

表3. 人生の最期の過ごし方について考えた割合 年齢・性別による比較

	考えたことがある(%)	考えたことはない(%)	
前期高齢者 (n=41)	33 (80.5)	8 (19.5)] n.s.
後期高齢者 (n=69)	53 (76.8)	16 (23.2)	
男性 (n=32)	20 (62.5)	12 (37.5)] *
女性 (n=78)	66 (84.6)	12 (15.4)	

χ²乗検定 *p<.05 n.s.有意差なし

表4. 自分の大切にしたい思いを身近な人に伝えた経験 年齢・性別による比較

	ある(%)	ない(%)	
前期高齢者 (n=41)	24 (58.5)	17 (41.5)] n.s.
後期高齢者 (n=69)	48 (69.6)	21 (30.4)	
男性 (n=32)	18 (56.3)	14 (43.8)] n.s.
女性 (n=78)	54 (69.2)	24 (30.8)	

χ²乗検定 n.s.有意差なし

表5. 人生の最期の過ごし方についての考えと意思表示

考えたこと※1)	思いを伝えましたか※2)		p値
	はい(%)	いいえ(%)	
前期高齢者 (n=41)	あり 22 (53.7)	11 (26.8)	<.05*
	なし 2 (4.9)	6 (14.6)	
後期高齢者 (n=69)	あり 44 (63.8)	9 (13.0)	<.01**
	なし 4 (5.8)	12 (17.4)	
男性 (n=32)	あり 15 (46.9)	5 (15.6)	<.01**
	なし 3 (9.4)	9 (28.1)	
女性 (n=78)	あり 51 (65.4)	15 (19.2)	<.01**
	なし 3 (3.9)	9 (11.5)	

※1) 人生の最期をどのように過ごしたいかについて考えたことがありますか

※2) 自分の大切にしたい思いを身近な人に伝えましたか

Fisher直接確率法 **p<.01 *p<.05

大切にしたい思いを伝えた経験が「ある」ことは、過去1年間（現在介護中を含む）の介護経験の有無で有意差があった（p<.01）。過去1年間での看取り経験や自身の入院経験の有無、持病の有無、子どもとの交流頻度によって差はなかった（表6）。

4. 「人生ノート」の記載状況

「人生ノート」の記載状況について、「書き終わった」～「書いていない」のうち、どの状態に近いかを選択してもらった。「書き終わった」「だいたい書いた」は、11.9%であった（図4）。

表6. 大切にしたい考えを伝えた経験

	(n)	自分の大切にしたい思いを身近な人に伝えましたか		検定	p値
		はい (%)	いいえ (%)		
治療中、後遺症が残る病気	あり (55)	38 (69.1)	17 (30.9)	(a)	n.s.
	なし (55)	34 (61.8)	21 (38.2)		
過去1年間の入院経験	あり (10)	9 (90.0)	1 (10.0)	(b)	n.s.
	なし (100)	63 (63.0)	37 (37.0)		
気軽に相談できるかかりつけ医	あり (76)	51 (67.1)	25 (32.9)	(a)	n.s.
	なし (34)	21 (61.8)	13 (38.2)		
過去1年間の介護経験 (現在介護中を含む)	あり (17)	16 (94.1)	1 (5.9)	(b)	<.01**
	なし (93)	56 (60.2)	37 (39.8)		
過去1年間の看取り経験	あり (16)	12 (75.0)	4 (25.0)	(b)	n.s.
	なし (94)	60 (63.8)	34 (36.2)		

伝えた経験の有無と子どもとの交流頻度 (子供がいる n=101) ※
 ※5:毎日 4:週に1回以上 3:月に1回以上 2:年に1回以上 1:交流なし (C) n.s.
 検定 (a):χ²乗検定 (b):Fisher直接確率法 (c):マン・ホイットニーU検定
 **p<.01 n.s.有意差なし

書き終わっていない状態であっても「人生ノート」を持っていることを、家族が知っているのは、33.6%であった。「人生ノート」を家族が知っているのは、後期高齢者のほうが多く、年齢で有意差があった（p<.05）。性別では男性の家族が知っているほうが多いが、有意差はなかった（p=.15）（表7）。

「人生ノート」の記載状況について「途中だが、なかなか書けない」と28名（25.7%）回答した。その内訳をみると、女性、後期高齢者が多かった。その28名は、これから取り組みたい終活の内容で「人生ノート」の項目を42.9%が選択していた。

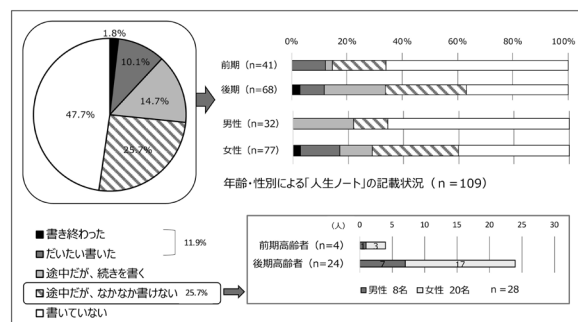


図4. 人生ノートの記載状況

表7. 人生ノートの家族との共有 年齢・性別による比較

	家族は知っている(%)	家族は知らない(%)	
前期高齢者 (n=41)	9 (22.0)	32 (78.0)] *
後期高齢者 (n=69)	28 (40.6)	41 (59.4)	
男性 (n=32)	14 (43.8)	18 (56.3)] n.s.
女性 (n=78)	23 (29.5)	55 (70.5)	

χ²乗検定 *p<.05 n.s.有意差なし

IV. 考察

1. A市における終活の実態

本研究では、A市の過去3年間に人生ノート書き方講習会を受講した高齢者を対象として、

高齢者の終活の現状と人生ノートの記載状況について明らかにした。「終活」という言葉の認知率は高く、終活への関心は女性が高い（地方経済総合研究所，2017）。また、高齢者にとって終活は多様な希望を残すためではなく、迷惑をかけたくないという他者への配慮に基づき行われ、他者へ迷惑をかけるという不安からの解放につながるということが明らかになっている（木村・安藤，2015）。本調査において、終活の取り組み内容は、男女で異なった。男性は、目に見える形の「人生ノート」「持ち物整理」や「財産整理」など、残される家族に対する思いやりに基づいて行われていた。一方、女性のほうが、一般的に介護状態が長く続くことや介護を担う可能性が高く終活に関心が高いため、将来の自身の心身の状況を案じた将来の希望を決め、「思いを伝える」という終活の内容になっていると思われる。

高齢者は、「治る見込みがない病気になった場合、どこで最期を迎えたいか」について「自宅」を希望する人が54.6%と最も多い（内閣府，2017）。しかし、在宅で最期を迎えるのが困難な理由として、“急変時の対応への不安”や、“家族に介護の負担がかからないこと”を優先していることがあげられる（厚生労働省，2004）。対象は、人生の最期をどのように過ごしたいかについて考えたことはあるものの、意思表示ができていなかった。しかし、介護経験がある場合には、自分の大切にしたい思いを伝えることができていた。それは、自分の将来について自分らしく生きることについて介護経験を通して向き合う気持ちが働いていたと思われる。

2. 人生ノートの記載状況

A市版「人生ノート」は、過去・現在・未来軸で講習会の参加者と共に、これまでの人生を振り返り、自分らしく生きること考えるツールとして活用してもらうように設計されてい

る。本調査の対象は、介護予防教室で人生ノートの講習会を受けているため、記載している割合が先行研究と比較して高い傾向にあると思われる。

年齢が上がるにつれて死の備えに対する意識が高まっている一方で、高齢者の多くは死について考えたことはあるものの、まだ遠い未来と考える傾向にあることや家族や他者と語る場がないことが指摘されている（彦・田島，2011）。「人生ノート」に取り組んでいないのは前期高齢者、男性に多く、このような傾向を反映していると思われる。人生の終末期についての思いは、心身の状態に応じて変化する。そのため、自分自身で前もって考え、話し合い、共有する“人生会議”が重要である（厚生労働省，2019）。人生ノートの記載を「途中だが、続きがなかなか書けない」のは、後期高齢者や女性に多いため、年齢を重ねるにつれて文字を書くことや、思い出を整理することが大変な作業となっていると思われる。取り組みたいという意欲はあるため、過去の出来事や大切にしたい思いに一人で向き合うことが難しい場合には、思いで話や自分が大切にしたい気持ちを表出してもらうような機会を設けることや、聞き書き・代筆するなど対象に合わせた講習会の内容の工夫が必要である。

V. 本研究の限界と課題

本調査は、1つの市で限られた対象から得られたデータであるため、一般化することには限界がある。しかし、A市における高齢者の終活の実態や人生ノートの記載状況について対象の傾向を把握した介護予防事業への示唆を得ることができた。家族と思いを共有するという点において課題が残るため、講座の参加者に家族と思いを共有することの大切さを伝えることや、中年期の人にも「人生ノート」に関心を持ってもらい、一緒に語り合う場を提供するなどのアプローチが必要であろう。今後の講習会

を行う上で年齢層や対象の特性を把握した介入が必要である。

VI. 結論

本研究によって以下のことが明らかとなった。

1. A市における終活の実態

- ・対象の 56.4%は、終活に取り組んでいた。終活への関心は女性のほうが高かった。
- ・取り組んでいる終活の内容、取り組みたい終活の内容は男女で違いがみられた。
- ・対象は、人生の終末期について考えたことはあるが、その思いを身近な人に伝えていなかった ($p<.01$)。
- ・大切にしたい思いを伝えた経験が「ある」ことは、介護経験の有無で有意差があった ($p<.01$)。

2. 人生ノートの記載状況

- ・対象の 11.9%は人生ノートをほぼ書いていた。
- ・人生ノートの続きを「なかなか書けない」のは、女性、後期高齢者に多く、そのうち 42.9%は人生ノートに取り組みたいと回答した。
- ・人生ノートを持っていることを家族が知っているのは 33.6%であった。

研究助成

本研究は、JSPS 科学研究費助成金 (20K02286, 代表：馬場保子) によって実施した。

COI

調査・論文作成に関連し開示すべき利益相反はない。

参考文献

- ・地方経済総合研究所(2017):「終活」に関する意識調査～家族に向けて準備する「終活」とは、調査研究活動報告書 2017.5

http://www.dik.or.jp/wp/wp-content/uploads/2017/05/p_syukatsu_1.pdf

(2021年8月30日検索)

- ・彦聖美・田島祐佳(2011):高齢者が捉える生と死に関する文献検討, *Hospice and Home Care* 2011 Vol.19, No1, 42-49.
- ・経済産業省(2012):安心と信頼のある「ライフエンディング・ステージ」の創出に向けた普及啓発に関する研究報告書, 8-19.
- ・木村由香、安藤孝敏(2015):エンディングノート作成にみる高齢者の「死の準備行動」, *応用老年学* 第9巻第1号,43-54.
- ・厚生労働省(2019):人生会議してみませんか
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html (2021年8月30日検索)
- ・厚生労働省(2018):平成30年3月改正 人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン,
<https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyyou-10802000-Iseikyoku-Shidouka/0000197701.pdf> (2018年11月13日検索)
- ・厚生労働省(2017):平成29年度 人生の最終段階における医療に関する意識調査結果(確定版),
https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/saisyuiryo_a_h29.pdf (2018年11月13日検索)
- ・厚生労働省(2011):人口動態統計年報 主要統計表「死亡の場所別にみた年次別死亡数・百分率」,
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suii10/dl/s03.pdf> (2018年11月13日検索)
- ・厚生労働省(2004):平成16年7月 終末期医療に関する調査等検討会報告書 今後

の終末期医療の在り方について、
<https://www.mhlw.go.jp/shingi/2004/07/s0723-8.html> (2018年11月13日検索)

- ・内閣府(2017):平成29年版高齢社会白書(概要版)平成28年度高齢化の状況及び高齢社

会対策の実施状況、
http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/html/zenbun/s1_2_3.html (2018年11月13日検索)

Survey on intentions about end of life planning and the use actual situation of “JINSEI Note” ; A-city version ending note

A-City has been using the Ending Note in its nursing care prevention projects. The purpose of this study was to clarify the current status of end-of-life activities and the use of ending notes by elderly people who have taken the life note workshop so far. A questionnaire survey was conducted on 157 participants who had taken the course in the past three years, and 110 were analyzed (valid response rate: 70.1). The mean age was 76.3 ± 5.6 years, and the sex ratio was 29.1:70.9. Interest in end-of-life activities was higher among females ($p < .01$). 56.4% of the subjects were engaged in end-of-life activities, and there was a difference in the nature of the activities between men and females. They had thought about the end of life but had not shared their thoughts with their family ($p < .01$). 33.6% of the family knew about the ending note, and 11.9% of the subjects had almost written the ending note. It was more common for females and elderly to have "difficulty" writing the rest of the ending note, and 42.9% of them wanted to try it. It is necessary to provide a place to talk about it with family members and to devise the content of workshops according to the characteristics of the target group.

Keywords: End-of-Life, Life Note, Advance Care Planning