

# 運用の手引き

〈医療関係者用〉

地域とつなぐ  
一言(ひとこと)日記帳  
～わたしらしく生活するために～



福岡県がん対策推進協議会

# 目的 ・ 対象患者 ・ 開始時期

## 福岡県の緩和ケアにおける地域連携のために

- ※ 「一言日記帳」は5大がんのようなアウトカム志向（達成目標を定め運用するなど）のクリティカルパスではなく、緩和ケアにおける地域連携のコミュニケーションツールとして活用する。
- ※ 緩和ケアはがんと診断された時から始まる。  
よって、「一言日記帳」は、いかなる病期（診断時期・治療期・回復期・再発期・終末期など）にも適用可能である。
- ※ がん以外の疾患に対する適用については適宜判断する。

## 目的

患者・家族がつらい症状を少しでも和らげ、穏やかに安心して“自分らしく”過ごすことができるよう、患者・家族と連携する医療者・介護者がコミュニケーションを促進し、情報共有することで症状緩和の連続性と質を確保するためのツールとして使用する。

## 対象患者

身体や気持ちのつらさを有し、且つ、一言日記帳の活用に同意を得た患者  
(がんの種類や病期は問わず、がん治療を継続中でも適用可能。)

## 開始時期

《開始を検討するタイミングの参考例》

- 緩和ケアの早期介入が望ましいと判断された時
- 意思決定の支援に役立てたいと判断した時
- 療養場所の移行時（外来 ⇒ 入院 ⇒ 転院、在宅 など）

# 一言日記帳 運用の流れ

対象：からだや気持ちのつらさを有し、且つ、一言日記帳の活用に同意している患者  
がんの種類や病期は問わず、がん治療を継続中でも適用可能

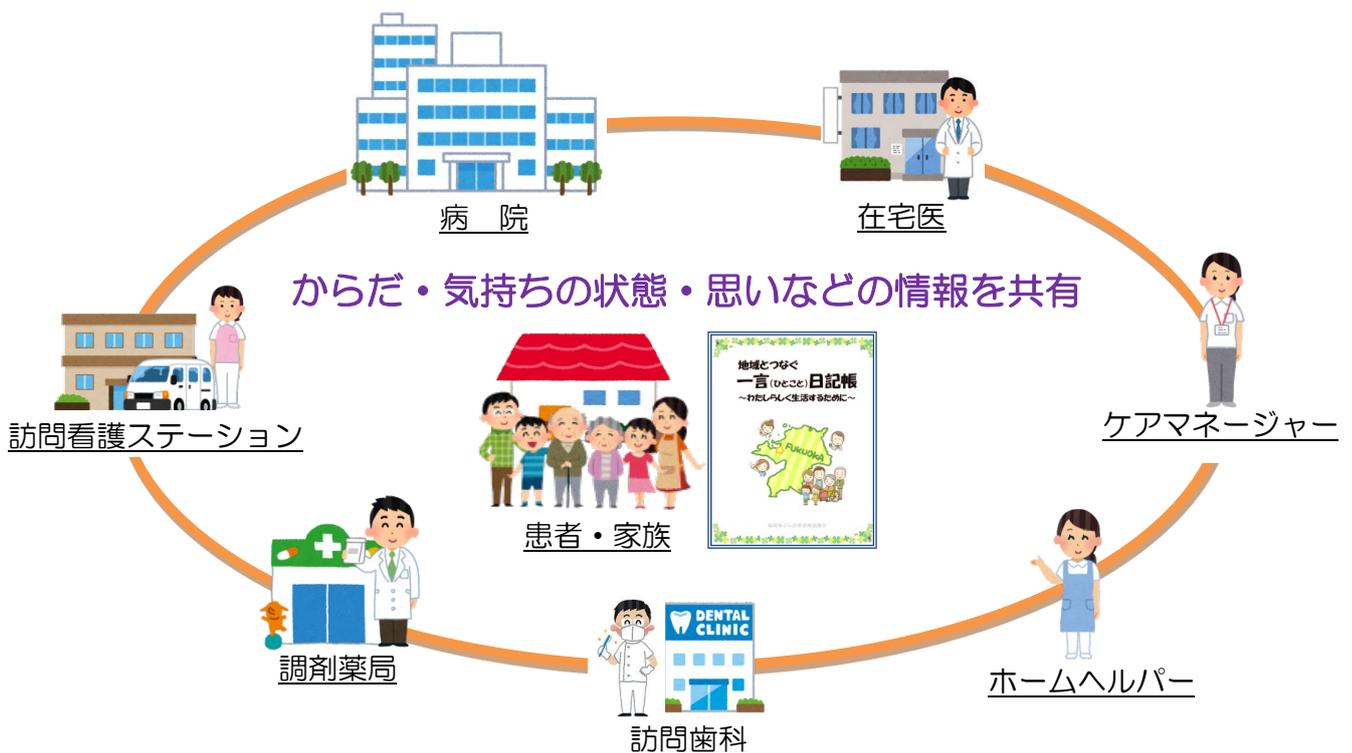
1. 患者・家族へ「一言日記帳」の目的を説明、活用の同意を確認

2. 患者・家族へ「一言日記帳」「一言日記帳 説明書（患者・家族配布用）」の配布、  
および **一言日記帳 説明書** をもとに記載・活用方法を説明

3. 連携医療機関（在宅医・訪問看護師等）がある場合は、「一言日記帳」の目的・運用に  
ついて説明し対応可能か確認。

⇒ 対応可能な医療機関を加え運用、対応不可な医療機関には運用しない。

4. 「一言日記帳」運用開始



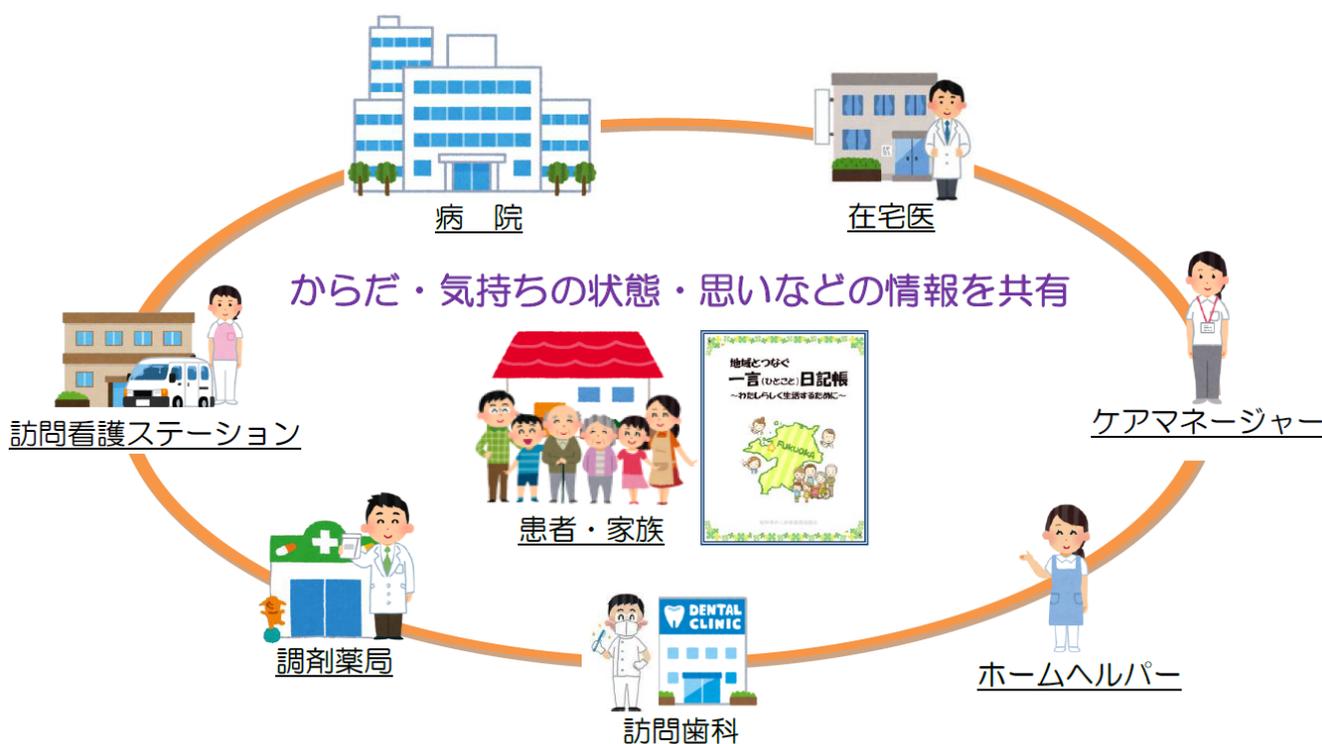
5. 「一言日記帳」運用終了（患者が運用中断希望、もしくは死亡の場合）

# 一言(ひとこと)日記帳 説明書

患者・家族へ「一言日記帳」を渡し、実際にページを示しながら説明してください。  
※患者がいつでも活用方法を再確認できるよう「一言日記帳 説明書（患者・家族配布用）」を配布してください。

## 1. 一言(ひとこと)日記帳について (2ページ)

一言日記帳は、いつも患者の手元に置き、病院受診時や訪問を受ける時などに、担当する医師や看護師などへお見せください。病院の医師や看護師など、もしくは、在宅医や訪問看護師などが、からだ・気持ちの状態や思いなどの情報を共有します。



## 2. 困った時の連絡先 (3~4ページ)

家族や在宅医、現在関わっている医療・介護機関の施設名、担当者名、電話番号を書く欄です。

患者・家族が「いつもと様子が違う」と感じた時、「どうしたらいいの?」と迷った時、これを見ながら連絡することができます。

あらかじめ「何かあったら、第一報はどこに連絡するのか」

「このような時はここに連絡する」など、

病院の医師や在宅医・訪問看護師などと話し合っておくとよいでしょう。

連絡時は、慌てず、「①いつから ②どこが ③どのように」いつもの様子と違うのかを伝えるようにしましょう。

### 3. わたしについて (5~6ページ)

---

患者さんが自分らしく過ごすために

「大切にしたい」と思っていること、逆に「したくない・してほしくない」と思っていること、心配や気がかり、困っていることなど、

患者さんがご家族や医療者・介護者に知っておいてほしいと思うことを自由に書く欄です。

また、医師からの説明を一緒に聞いてほしい人についてや

身体が辛いなどの理由で自分の意思表示が難しい場合、誰に意思決定を任せたいかも書きます。

気持ちは変わることがあるため、何度でも書き直しても大丈夫です。

また、自分で書き込めない場合は、ご家族や医療者・介護者に手伝ってもらっても構いません

### 4. よくある質問 (7ページ)

---

患者・家族と医療者・介護者との活発なコミュニケーションは大変重要です。

しかし、患者・家族は「何を質問してよいかわからない」など、

自分から医療者・介護者に質問することが難しいと言われていました。

そこで、患者・家族から疑問点や不安について、聞きたいことをきちんと聞けるように、いくつか“よくある質問”をあげています。

これらを参考に、聞きたいことがないか考える機会にしてもらいましょう。

### 5. 患者と家族と医療者が書き込む一言 (ひとこと) 日記 (8ページ~)

---

患者・家族が、日々の暮らしの中での身体の様子や困りごと、その他にも質問や心配事、嬉しかったこと、伝えたいことなど何でも自由に書き込む欄です。

日頃、医療者・介護者に尋ねたいと思っても、いざ、訪問時になると忘れることもありますので、いつでも、思いついた時に書いておきましょう。

あまり書きたくない時は、「からだ・気持ちの症状による生活の支障」の部分で○で囲むだけでも構いません。

(※書き込めない事もひとつの情報として捉えることができます。)

医療者・介護者も、患者・家族からの質問、心配事への回答や

患者・家族に伝えたいことを記載し、双方のコミュニケーションツール(伝言板)として活用します。また、医療者・介護者は、訪問時に患者さんの療養記録を残し、症状の経過観察などの情報共有にも活用します。

- ❖ 5. 用紙については、随時ページを追加することができます。  
追加が必要な場合、担当する医療者・介護者などにご相談ください。

## 6. 個人情報の登録・お願いについて

---

### 1) 一言日記帳運用登録に対するお願い

この一言日記帳は、皆さんに使っていただく中で、問題点や改善点をみつけ、改定を繰り返しながら、更に活用しやすいものにしていきたいと考えています。個人が特定されない形で情報を研究等に活用させていただくことにご同意をお願いします。

なお、不必要になった場合でも一言日記帳は廃棄せずに保管をお願いします。診療に役立たせていただくために記録を見せていただいたり、後日、アンケートのご協力をお願いする場合があります。

一言日記帳について活用のお断り、活用途中での中止をされても、何ら不利益になることはありませんのでご遠慮なくお申し出ください。

### 2) 個人情報の取り扱いについて

個人情報保護の重要性を認識し、取得した個人情報について適切、且つ慎重な管理を行います。また、他の目的で使用する事はありません。

分析に際しても、個人が特定されないよう個人情報の取り扱いに配慮いたします。