

福島県医発第 2899 号（地）

平成 30 年 2 月 19 日

各 医 師 会 長 殿

福島県医師会

会長 松田 峻一良

（ 公 印 省 略 ）

緩和ケア地域連携パス「地域とつなぐ一言日記帳」について

今般、福島県において質の高い緩和ケアが、いつでもどこでも提供できることを目標とし、緩和ケアの地域連携を図る県内統一のツールとして「地域とつなぐ一言日記帳」（以下、一言日記帳）の素案が福島県がん診療連携協議会により作成されました。

本パスは、患者に関わる病院・診療所・事業所の一覧や、患者自身の療養に関する事前のご希望を記入する欄のほか、患者・家族と、病院や在宅で緩和ケアに携わる方々のコミュニケーションツールになればとの思いから、できるだけ簡便で思いや気づきを気軽に記入していただける形式のものとなっております。

本パスの作成については、平成 29 年 11 月 30 日開催の第 27 回全理事会及び平成 30 年 1 月 29 日に開催の第 3 回福島県がん対策推進協議会において承認いたしました。

今後は、患者家族及び診療所等の医療関係者、介護者の同意を得た上で、19 施設のがん診療連携拠点病院から試行運用を開始することとなっております。

つきましては、貴会におかれましても本件についてご了知いただき、貴会会員に対する周知方ご高配賜りますようお願い申し上げます。

小郡三井医師会より

地域保健担当理事 淡河喜雄
会長 白石恒明

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～



福岡県がん診療連携協議会

目次

1 一言(ひとこと)日記帳について

2 困った時の連絡先

3 わたしについて

- ◇わたしのこと ◇かぞくのこと
- ◇わたしが大切にしたいこと

4 よくある質問

5 患者と家族と医療者が 書き込む一言(ひとこと)日記



1 一言日記帳について



この『一言(ひとこと)日記帳』は、
つらい症状を少しでも和らげ、穏やかに過ごすことで、
あなたが“自分らしく生活するために”作られました。
ご自分やご家族の「からだ・気持ちの状態や思い、願い」
を文字にして、地域の医療・介護担当者などに伝えて
いただければ幸いです。

受け取ったら、まず

2 困った時の連絡先(3・4ページ)

3 わたしについて(5ページ)

❖わたしが大切にしたいこと(6ページ)

に、ご自分の「大切な情報」を書き込みましょう。

※ご家族にお手伝いいただいてもかまいません。

5 患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

(8～14ページ)には、日々の暮らしやからだの様子、

または、お困り事など、何でもよいので書き込んでみましょう。

※書き方がわからなければ、お近くの医療スタッフにご相談ください。

受診時や訪問診療時には、担当の医師、歯科医師、薬剤師、
看護師などにお見せください。

病院からもらった説明書・データ・お薬のリストなども
この手帳にはさんで、一緒に保管しておくといいでしょう。



2 困った時の連絡先



「いつもと様子が違う」と感じたら！

「どうしたら…？」と迷った時に！

ご家族名	ご関係	携帯電話	自宅電話

①②・・・と順番を入れておきましょう

病院の担当医にご確認ください

連絡の優先順	施設名	担当者名	電話番号	緊急入院受け入れ
	●訪問看護ステーション			
	●ケアマネジャー			
	●在宅医			
	●病院(科)			担当医の了解 ☐ 済 ☐ 未
	●病院(科)			担当医の了解 ☐ 済 ☐ 未

連絡時の注意

あわてずに、①いつから、②どこが、③どのようにいつもと様子が違っているかを伝えてください！



その他のわたしのかかいつけ医療・介護機関

施設名	担当者名	電話番号
●歯科医院		
●保険薬局		
●ヘルパー事業所		
●担当の地域包括支援センター		
●現在利用している通所施設		
●申し込み済みの緩和ケア病棟①		
●申し込み済みの緩和ケア病棟②		

MEMO



3 わたしについて



わたしに関わる人たちに知っておいてほしいこと。

◆わたしのこと

ふりがな お名前				男	☐
				女	☐
生年月日	明治・大正・昭和・平成 (西暦 年)				
ご住所	(〒)				
電話番号	自宅	— —			
	携帯	— —			
アレルギー	☐ 無				
	☐ 有	お薬			
		食べ物			
		その他			

◆家族のこと

ご家族	お名前	ご関係	電話番号	同居・別居
			自宅	同居・別居
			携帯	
			自宅	同居・別居
			携帯	
			自宅	同居・別居
			携帯	
			自宅	同居・別居
携帯				
		自宅	同居・別居	
		携帯		

❖ わたしが大切にしたいこと

あなたが医療・介護担当者に知っておいてほしいと思うことを伝えてください。
お気持ちが変わったら、書き直していただいてもかまいません。

自分らしく過ごすために、ご自分が特に**大切にしたい**と**思っていること**で、医療・介護担当者に知っておいてほしいことはなんですか？

例：趣味や生きがい、できるだけ自宅で家族と一緒に過ごしたいなど

逆に、**これだけはしたくない、してほしくない**と**思っていること**で、医療・介護担当者に知っておいてほしいことはありますか？

例：入院はしたくない、痛い検査はしないでほしいなど

心配なこと、気がかりなこと、困っていることはなんですか？

例：家族のこと、仕事のことが心配、お金の心配など。

医師からの**説明を一緒に聞いてほしい方**はどなたですか？

お名前	ご関係	ご連絡先

からだがつらいなどの理由で自分の意思表示が難しい場合、
どなたに（家族等）意思決定を任せたいですか？
（上と同じ場合は、ご記入不要です）

お名前	ご関係	ご連絡先



4 よくある質問

聞きたいことをきちんと聞くために！

たとえば…

- (1) 今後どんな症状が起こりますか？
- (2) 仕事や他の活動への影響はありますか？
- (3) どのような症状に気をつけて
生活すれば良いですか？
- (4) 家族の心配事や悩みは
誰に相談すれば良いですか？
- (5) 不安で眠れない時、どうすれば良いですか？
- (6) こころの相談は誰にすれば良いですか？
- (7) 同じように悩んでいる人と、話ができますか？

⋮

※患者さんやご家族からよく尋ねられる質問を、
いくつかあげています。これらを参考に、
尋ねたいことを考えてみませんか？



5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族

医療者・介護者

20×○年 ○月 □日

記載例

日々の暮らしやからだの様子、お困り事など、何でもよいので書き込んでみましょう。
メモ書きでも、どなたが書いても結構です。

からだ・気持ちの症状による生活の支障が
とてもある・少しある・あまりない・全くない

20×○年 ○月 △日

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」
のところを、○で囲んでいただだけでも結構です。

からだ・気持ちの症状による生活の支障が
とてもある・少しある・あまりない・全くない

20×○年 ○月 ◇日

家に帰るの不安かな

本人の名前：○○

書いた人のお名前

家の花だんの手入れができない事を気にされています。

☆☆病院看護師：△△

からだ・気持ちの症状による生活の支障が
とてもある・少しある・あまりない・全くない

20×○年 ○月 ×日

今日はいつもより調子がいい ○○

まんじゅうを美味しそうに食べました。今日はニコニコしてます。 家族の名前：☆☆

からだ・気持ちの症状による生活の支障が
とてもある・少しある・あまりない・全くない

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

血圧安定し、顔色も良い。
洗髪しました。
訪問看護師：□□

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載) おこりうることと対応:	

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載) おこりうることと対応:	

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載) おこりうることと対応:	

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載) おこりうることと対応:	

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応:

5患者と家族と医療者が書き込む一言(ひとこと)日記

わたし・家族	医療者・介護者
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	
年 月 日 <u>からだ・気持ちの症状による生活の支障が</u> <u>とてもある・少しある・あまりない・全くない</u>	

年 月 日

最近増減した薬剤の種類と内容(医療者記載)

おこりうることと対応：



<一言日記帳をお渡しした病院名>



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～



福岡県がん診療連携協議会

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

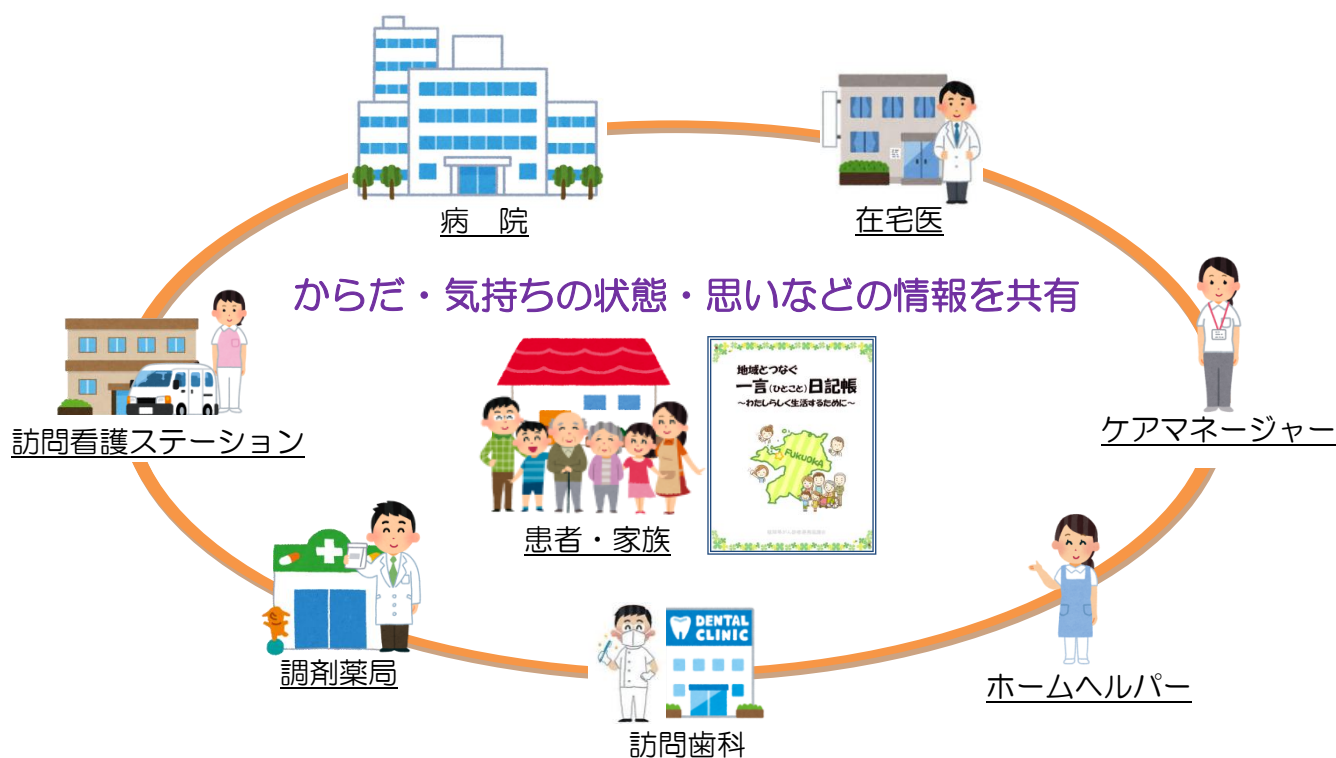
2. 患者・家族へ「一言日記帳」「一言日記帳 説明書（患者・家族配布用）」の配布、
および **一言日記帳 説明書** をもとに記載・活用方法を説明

※登録管理事務局への登録

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）

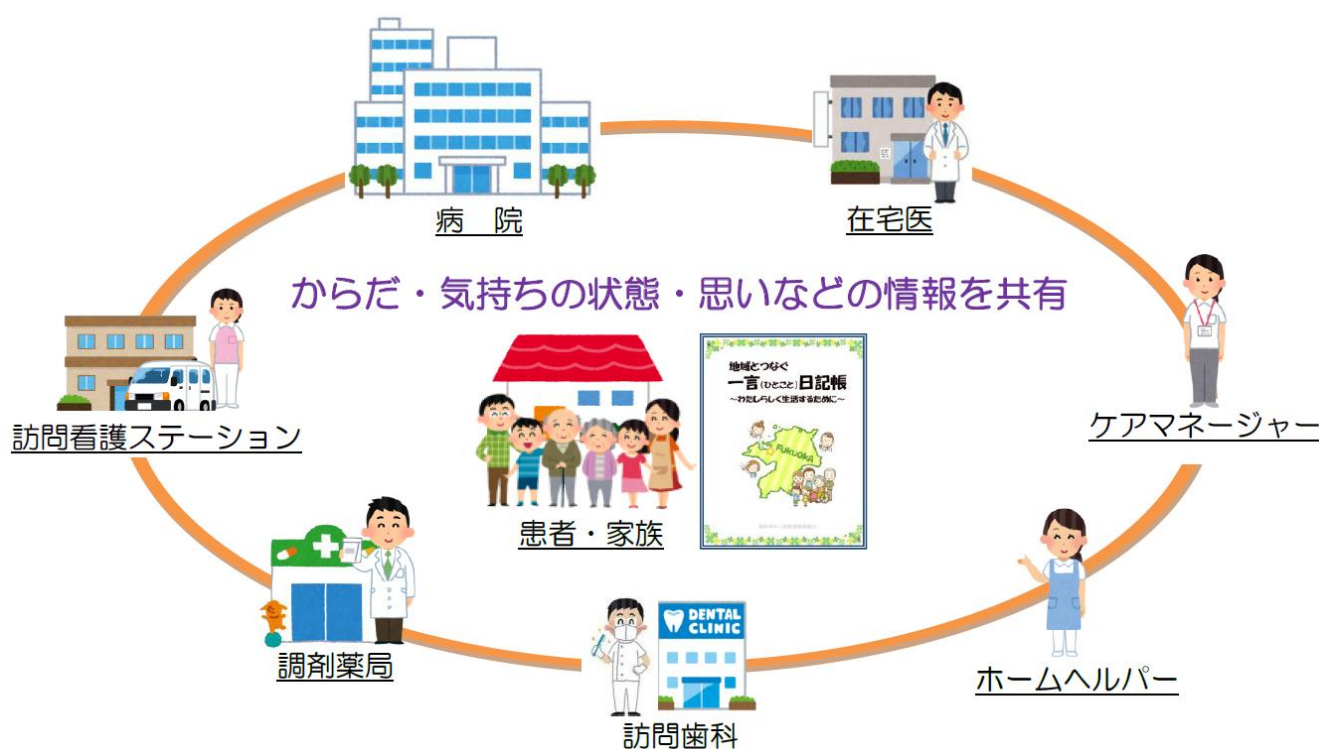
6. 登録管理事務局にてデータ集計、解析、評価

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

身体がつら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されています。

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」の部分を○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。

そのため、お名前など情報の一部を登録管理事務局へご登録いただくことや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、および登録のお断りをされても、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。

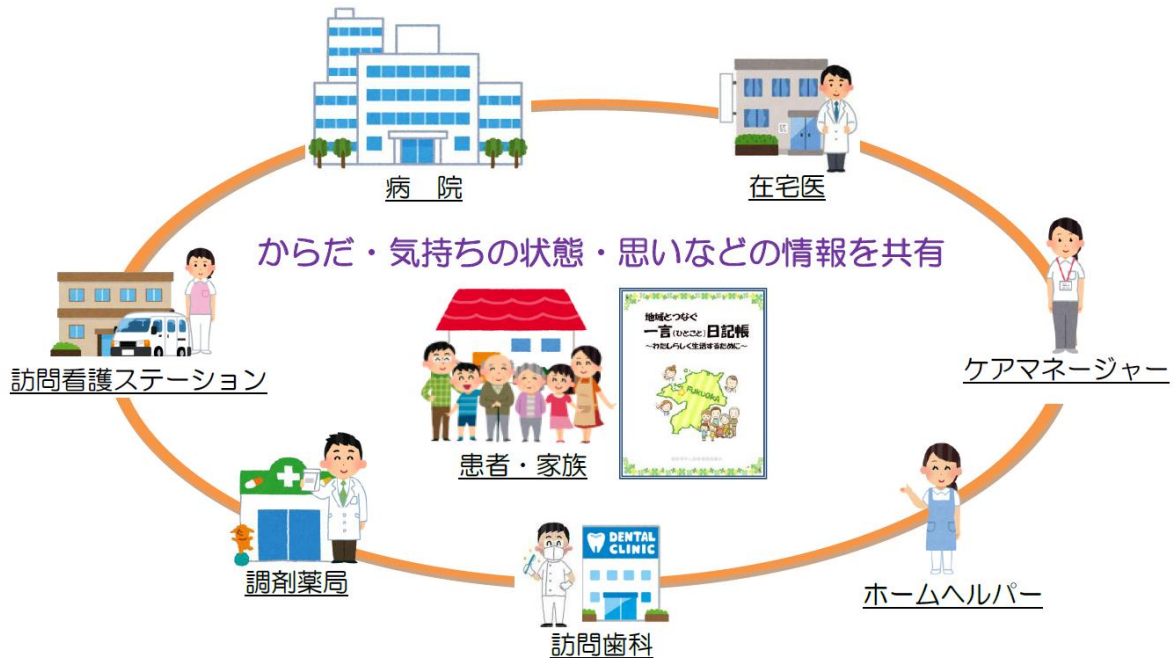
2) 個人情報の取り扱いについて

事務局は、管理責任者のもと、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。

一言（ひとこと）日記帳 説明書（患者・家族配布用）

1. 一言（ひとこと）日記帳について （2 ページ）

一言（ひとこと）日記帳は、いつもあなたの手元に置き、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。



2. 困った時の連絡先 （3～4 ページ）

あなたや・ご家族が「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、あわてず、「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）

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、

ご家族や医療・介護担当者に知っておいてほしいと思うことを自由に書いて下さい。

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、ご自分の気持ちを伝えにくい場合、誰に意思決定を任せたいかも書くことができます。

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いましょう。

4. よくある質問 （7ページ）

「何を質問してよいかわからない」と感じていないでしょうか。
あなたが聞きたいことをきちんと聞けるように、ほかの患者さん・ご家族からでている疑問点や不安について、いくつか“よくある質問”をあげています。

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～ ）

日頃、医療・介護担当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」の部分を○で囲むだけでも構いません。

医療・介護者担当者も、あなたやご家族からの質問、心配事への回答や伝えたいことを書き込み、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. 一言（ひとこと）日記の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・介護担当者へご相談ください。

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。
そのため、お名前などの情報の一部を登録管理事務局へのご登録いただくことや、個人が特定されない形で情報を研究などに活用させていただくことにご同意をお願いいたします。

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、および保管のお断りをされても、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

事務局は、管理責任者のもと、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。