

やわらぎ日記を使うメリット



効果的な情報共有ができる



患者さんご家族の希望を
かなえることができる



すばやくつらい症状に対応する
ことで、より長く自宅で過ごす
ことができる

やわらぎ日記があることで
つねに医療者と
つながっている感じがして
家にも安心してました



在宅は、医療機関と違ってつねに医療者が
そばにいたわけではありません。

しかし、やわらぎ日記が手元にあることで、
医療者との心理的つながりを実感でき、安心感
につながった、との声が聞かれています。

やわらぎ日記とは？

患者さん・ご家族の希望を
かなえることを目的とした
情報共有のための日記です



お問い合わせ先

福井大学医学部附属病院
がん診療推進センター

受付時間：月～金 9:00～17:00

代 表：0776-61-3111

2025年3月発行



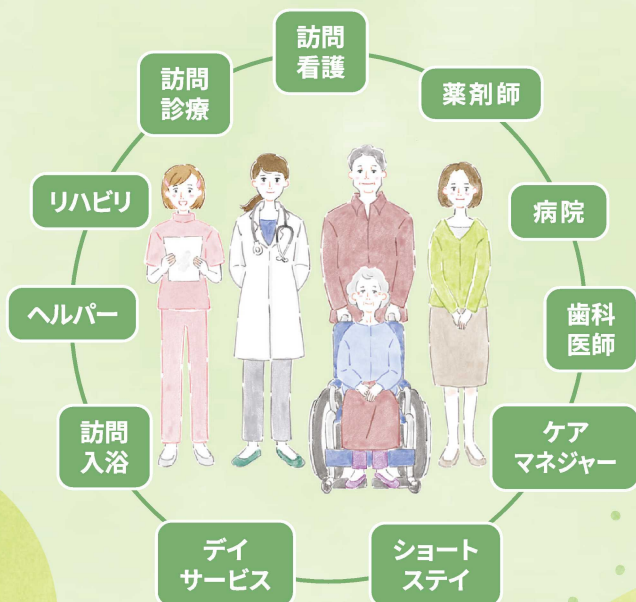
Yawaragi
やわらぎ日記 *Diary*

在宅緩和ケアにおいて最も大切なことは 患者さん・ご家族の希望がかなうこと

在宅緩和ケアの 特徴

在宅緩和ケアは

- ①関わる職種が多い
 - ②それぞれの職種が同じ建物にいない
 - ③患者さんごとにチームメンバーが異なる
- という理由で情報共有が難しいと
言われています



この日記では、在宅緩和ケアを受ける患者さん・ご家族の希望は何かをチーム全体で共有し、その希望をかなえることができるよう「患者・家族の希望」欄を最初に設けています。

希望は病状や療養場所によって変わるため、その時々で記載できるようにしています。

1. 患者・家族の希望	
在宅療養を始めるにあたり、可能な限り患者様ご本人・御家族の希望に沿った生活が送れるように、どのような生活を望まれているか、家族やスタッフと共有しましょう。 希望は、身体や心の状態によって変化することもありますので、希望に変化を感じれば、希望を伝えたり記入したりして、思いを共有してください。	
退院時	
本人の希望	愛犬と散歩がしたい 例) なるべく家族と一緒にいたい 月 日 記載
家族の希望	ひとりでも外出ができるように 例) 痛みやつらさ少なく過ごしてほしい 月 日 記載
在宅療養開始後	
本人の希望	孫と遊びたい 月 日 記載
家族の希望	つらさがなく毎日えがおで 月 日 記載
本人の希望	温泉に行きたい 月 日 記載
家族の希望	温泉旅行に連れて行ってあげたい 月 日 記載
本人の希望	月 日 記載
家族の希望	月 日 記載

経過記録表		在宅開始時			
【維持目標】 患者家族の希望が 叶えられる		年 月 日	年 月 日	年 月 日	
		はい	いいえ	はい	いいえ
↓ 当てはまる症状のみ記入。STAS 3 または 4 になった場合に主治医や緩和ケアチーム					
自覚症状の 判断基準 (STAS) ※	疼痛				
	眠気				
	全身倦怠感				
	呼吸困難				
	咳嗽				
	食欲不振				
	痛痒感				
	便秘				
	下痢				
	嘔気・嘔吐				
心のつらさ 0~4で 評価	抑うつ、不安				
※	せん妄の有無	有・無	有・無	有・無	有・無
※	自由記載欄 記入例： 身の置きどころの なさあり				
記入者サイン					
※ STAS 判断基準目安		0 = 症状がない 1 = 現在の治療に満足している。時折、断続的な症状がある 2 = 時に悪い日があり、日常生活に支障がある（中程度） 薬の調節や処置が必要 3 = しばしばひどい症状があり、日常生活に著しく支障をきたす（重度） 4 = ひどい症状が持続的にある			
オピオイド薬（ベース） 薬剤名、用量					
オピオイド（レスキュー） 薬剤名、用量					

痛みや息苦しさ、使用するお薬の副作用など、つらい症状があっても自宅での生活を楽しむことはできません。

医療者が訪問するごとにこれらの症状評価を行い情報共有することで、つらい症状にすばやく対応することができます。

また、毎日使うお薬や、痛みが出た時に使うお薬なども一目でわかるようになっています。