

2025 年度 市民公開講座 開催実績報告書

報告日：2025 年 11 月 17 日

事業名：釧路市在宅医療・介護連携推進事業

作成：事務局（CCL）

1. 開催概要

- 講座名：市民公開講座「誰かとはじめる、あなたらしい時間のつむぎ方」
- 日時：2025 年 11 月 16 日（日） 10:00～11:30
- 会場：ANA クラウンプラザホテル釧路 3 階 万葉の間
- 講師：鶴岡 優子 医師（つるかめ診療所 所長／日本在宅医療連合学会副代表理事）
- 参加者数：90 名
- アンケート回収数：41 名（回収率 45.6%）

2. 実績サマリー

本講座は、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）を「難解な医療手続き」から「日常の延長にある温かい対話」へと意識変革することを主眼に開催されました。

アンケート結果では、参加者の約 98%が満足を示し、85%以上が受講後に「家族と話したい」と回答するなど、単なる知識習得に留まらない「行動変容」を促す極めて高い成果が確認されました。特筆すべきは、講師の「元女優」という経験や映画を用いた親しみやすいアプローチが、従来の医療講座ではリーチしにくかった層の心理的ハードルを劇的に下げた点です。「具体的な実践方法をもっと知りたい」という声も寄せられましたが、これは本講座によって参加者の意識が「他人事」から「自分事」へと深く移行し、実践への強い意欲が喚起された何よりの証左と言えます。

3. アンケート集計結果（詳細）

（1）講座全体の満足度

Q. 講座全体を通して、ご満足いただけましたか？

全体の約 98%が肯定的（よかった・まあまあよかった）な評価をしており、高い満足度が得られました。

項目	回答数	比率
よかった（※大変満足含む）	34 名	82.9%
まあまあよかった	6 名	14.6%
よくなかった	1 名	2.5%
合計	41 名	100%

(2) 行動変容（今後のアクション）

Q. 今回の講座をきっかけに、ご自身やご家族との「自分らしい未来」について話し合ってみたいと思いましたか？

本講座の最大の成果です。「すぐにでも始めたい」「機会があれば話したい」を合わせると85%以上に達しました。「現時点では考えていない」はわずか1名であり、ほぼ全員の意識を変えるきっかけとなりました。

項目	回答数	比率
すぐにでも始めたい	16名	39.0%
機会があれば話し合ってみたい	19名	46.3%
今後検討したい	5名	12.2%
現時点では考えていない	1名	2.5%

(3) ACP の理解度と講師の分かりやすさ

Q. ACPについて理解が深まりましたか？

Q. 講師のお話は分かりやすかったですか？

「講師の話が難しかった（分からなかった）」と回答した層（約15%）が一定数存在しましたが、「ACPの理解度」で見ると「理解できなかった」層は約5%まで減少しています。

これは、専門用語や話し方などのハードルを感じた参加者であっても、「ACPの大切さ・概念」そのものはしっかりと受け取ったことを示唆しています。

■ ACP 理解度

- 理解が深まった／ある程度深まった：95.1% (39名)
- 理解できなかった／あまりできなかった：4.9% (2名)

■ 講師の話の分かりやすさ

- わかりやすかった／まあまあ：85.4% (35名)
- わからなかった：14.6% (6名)

4. 参加者の声（自由記述の分析）

自由記述（計22件）の内容を分析・分類しました。

【講師・講演スタイルへの評価】

- 「元女優」という経歴やユーモアを交えた講演スタイルに対し、好意的な意見が多数寄せられました。
- 「これまで参加したCCI（主催者等）の講座の中で、一番わかりやすく、楽しい時間を過ごせました。別海から参加してよかったです。」

- ・ 「お医者さんの講演会には数多く参加してきましたが、鶴岡先生のような本当に気さくな、ユーモア溢れる内容には衝撃を受けました。かんぴょうの件では声を出して笑いました。」
- ・ 「挙手した参加者にお土産を配布する講演は初めてで驚きましたが、楽しい内容でした。」
- ・ 「映画のシーンを解説していただいたことが良かったです。」
- ・ 「とにかく先生の話術が素晴らしく、もっと長くても良かったです。釧路にも鶴岡先生ご夫婦のような医師がいてくだされば良いのにと強く思いました。」

【行動変容・ACPへの気づき】

- ・ 講演直後から具体的な行動に移そうとする声が見られました。
- ・ 「帰宅後、早速紹介された映画『いのちの停車場』を見ました。まずは自分がこれからどう生きていきたいかを考え、家族や友人と話し合ってみたいと思いました。」
- ・ 「参加するたびに、自分の終末への不安が薄らいでゆく気持ちになります。」
- ・ 「日頃から、どんなふうに過ごしたいか話し合えるとよいと感じています。今回の講演を切り口に、また家族と話し合えると感じました。」
- ・ 「介護は一人で行わないで、地域や周りを巻き込むことが大事だとわかりました。」

【ご意見・ご要望（もっと詳しく知りたかった点）】

- ・ 映画や女優のエピソードに時間を割いた構成について、一部の参加者からは「具体的な方法をもっと知りたかった」という指摘がありました。
- ・ 「全然思っていた内容と違った。ただの映画の宣伝って感じだった。ACPのやり方、こんな事話すといいとかを知りたかった。」
- ・ 「前段の部分（映画・女優の話）が長かった。取組み事例をもっと聴きたかったです。」
- ・ 「実例を元にもっと深掘りしてお話しして頂ければと思いました。講師と参加者との交流が楽しかったので、時間が短いなと感じました。」
- ・ 「話し合った後、何か手続きを踏むべきなのか、書類に残すべきなのか、など具体的な手段があるのか気になりました。」

【今後取り上げてほしいテーマ】

- ・ 独居・身寄りがない方の対応：「伴侶を亡くし、子供や身内には頼れない者が、最期に向かうときの過ごし方を何パターンか知りたいです。」
- ・ 介護の現状：「在宅や施設での介護の現状や今後について。」
- ・ 男性視点：「今度は（講師のパートナーである）旦那様のお話が聞きたいです。」

5. 考察と今後の提言

1. 「ACP=日常の会話」という意識変容の達成本講座の最大の成果は、医療的なテーマでありながら「映画」や「女優」という親しみやすい切り口を用いたことで、参加者の心理的ハードルを劇的に下げられた点にあります。アンケート結果

(満足度 98%、対話意欲 85%) が示す通り、「難しそう・怖そう」といった ACP へのイメージを払拭し、「自分ごととして家族と話してみよう」という前向きな空気を会場全体で醸成することができました。特にオリジナルパンフレットは、この温かいモチベーションを家庭へ持ち帰るための最適なツールとなりました。

2. 「知りたい」から「やってみたい」への意欲の現れ自由記述に見られた「具体的な書き方や手続きをもっと知りたい」という声は、本講演によって参加者の関心レベルが「認知」から「実践」へと一段階引き上げられたことの証左です。先生のお話が参加者の心に深く響き、「実際にやってみたい」という強い動機づけがなされたからこそ、具体的な手法への渴望が生まれたと言えます。本講座は、地域住民が ACP を実践するための土壤をしっかりと耕す役割を果たしました。
3. 今後の展開への示唆（多様なニーズへの対応）「おひとりさま」や「身寄りのない方」への対応に関する質問が寄せられたことは、今後の啓発活動における重要なヒントとなりました。今回、先生が蒔いてくださった種を大切に育てていくためにも、今後はワークショップ形式での実践講座や、多様なライフスタイルに寄り添ったテーマ設定など、より具体的なアクション支援へとフェーズを進めていくことが事務局の使命であると再認識いたしました。

以上