

「終の棲家をきめる」

「最期のとき、あなたはどこで療養したいですか」

住み慣れた場所で最期を迎えたい。でも…

内閣府が平成24年度に実施した「高齢者の健康に関する意識調査」によると、「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」という質問では、「自宅」と答えた人が54.6%と最も多く、次いで「病院などの医療施設」が27.7%という結果でした。一方で、本市の状況を見ると、多くの人が病院などの医療機関で最期を迎えており、自宅に亡くなる人は1割程度です。

これらのことから、最期を自宅で迎えたいという希望がある反面、現実はそのようなことがなかなか実現しにくい状況にあります。その背景には「介護してくれる家族などがない」「介護してくれる家族に負担がかかってしまう」「自宅に往診してくれる医師がいない」「急に具合が悪くなるときにどうすればいいかわからない」などの不安や現実があると推測されます。

在宅療養という選択肢

ここ数年、テレビなどで「在宅療養」という言葉を見聞きする機会が増えてきました。「在宅療養」とは、住み慣れた自宅やいろいろな施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設、小規模多機能施設、グループホーム、サービス付き高齢者向け住宅など）で、適切な医療や看護、介護などを受けながら、療養生活を送ることです。また、在宅療養を続け、最期を迎えることを「在宅看取り」といいます。

「在宅療養」では、医師や看護師、ケアマネジャー、ホームヘルパーなどの専門職が連携し、本人や家族をサポートします。つまり、このサポートを受ければ、住み慣れた自宅などでの「在宅療養」が可能となる場合が多々あるのです。なお、在宅療養での医療と介護サービスにも、健康保険や介護保険（介護認定が必要）が適用されます。

最期のときを迎える前に準備を

まだまだ先のことなのかもしれないが、いつの日か訪れる「最期」を穏やかに迎えられるように、まずは自分の気持ちを整理するところから始めましょう。

医療や介護が必要になったとき、どこで療養したいのか、どこで人生の最期を迎えたいのかなどを考えておくことは、自分らしい生き方を考えることにもつながります。そのときにあわてたり、後悔したりしないように、家族にもよく理解してもらい、しっかりと話し合いましょ。

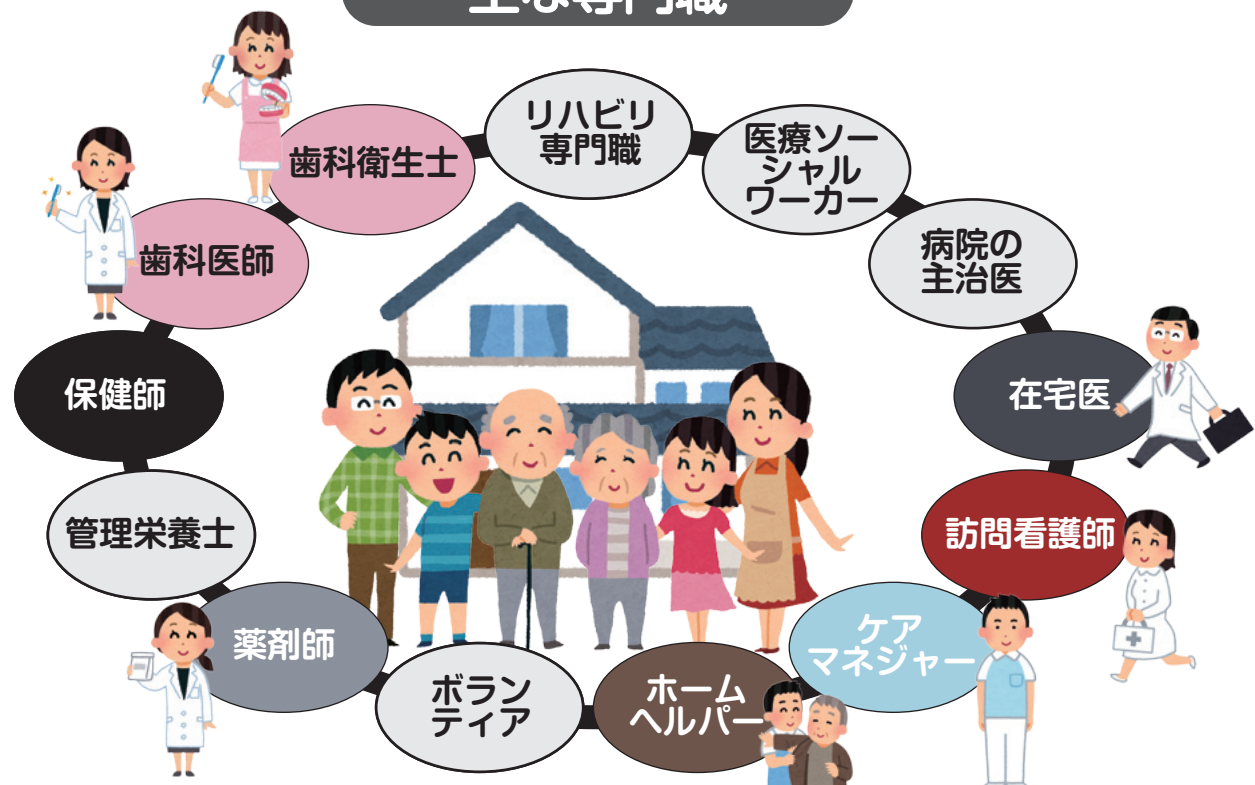
どんなに深刻な病気になっても、どこで暮らしていても、田川市地域包括支援センターでは、あなたやあなたの家族の思いを大切に、自分らしい最期のときを心穏やかに迎えられるように、それぞれの専門家たちと連携しながらサポートします。

在宅療養の相談窓口

- 田川市地域包括支援センター
在宅療養の情報提供や相談など、高齢者の総合相談窓口です。希望があれば自宅に伺います。☎42-9420（8時30分～17時）
- 田川地域在宅医療支援センター（福岡県田川保健福祉事務所）
がんや難病などにより、自宅で医療的ケアが必要な人や緩和ケアを希望する人が、安心して療養生活を送るための支援を行います。☎42-9345（9時～16時）
- 入院していた病院
病院から退院する場合は、その病院の看護師や医療ソーシャルワーカーなどに相談してください。地域の相談機関と連携して支援します。
- ケアマネジャー
すでに介護認定を受けており、ケアマネジャーが関係している場合は、在宅療養の相談にも応じます。病院から退院する日が決まったらケアマネジャーに連絡してください。病状などにより、退院前に在宅療養に必要なサービスを調整したり、相談に応じたりします。
- かかりつけ医
診療所や病院の外来に通えなくなって在宅医療を希望する場合は、かかりつけの診療所の医師に相談してください。

人は、いつか、どこかで「最期」のときを迎えます。最期まであなたらしく過ごすための方法のひとつとして、「在宅療養」という選択肢があります。今回は「在宅療養」をテーマに、誰にも訪れる人生の最期を考えてみましょう。

主な専門職



訪問看護師 保健師 その人に合った療養生活が続けられるよう、自宅などを訪問して看護を行います。	在宅医 実際に訪問し、自宅などでの療養生活を支える医療を行います。	ケアマネジャー 自宅などでどのような療養生活を送るか、具体的な計画（ケアプラン）を一緒に立てる居宅介護支援専門員です。	薬剤師 医師の処方箋により薬を調剤し、自宅などで薬を届けたり、薬の飲み方や副作用、管理方法などを教えたりします。
歯科医師 歯科衛生士 歯科医院に通うことができない場合に自宅などを訪れ、虫歯の治療や口の中のケア、入れ歯の調整などを行います。	ホームヘルパー ケアプランに基づき、食事の準備や買い物、掃除などの家事援助のほか、入浴や排せつ、食事の介助などの身の回りのサポートを行います。	理学療法士 作業療法士 言語聴覚士 体の状態に応じて必要なリハビリテーションを行います。また、家族に対し、負担が少ない介助方法なども教えます。	

在宅療養のしおりを配布しています

田川市地域包括支援センターでは、田川保健福祉事務所などと協力して「在宅療養のしおり」を作成しました。このしおりでは、田川地域の在宅療養支援病院・診療所や訪問看護ステーション、各施設の紹介などを記載しています。田川市地域包括支援センターや市役所1階高齢障害課で配布するほか、田川市地域包括支援センターのホームページからダウンロードできます。



田川市在宅ケア座談会

～終の棲家を考える～

住み慣れた自宅などで安心して療養生活を送りたい。看護や介護などどうすればいいかわからない。そんな不安や悩みをみんなと一緒に考えませんか。田川市地域包括支援センターでは、地区のみなさんと協力して、地域で「在宅ケア座談会」を実施しています。2月14日には上弓削田公民館で「在宅ケア座談会」が行われ、約40人が参加しました。今後も依頼があれば行いますので、気軽に連絡してください。

