

住み慣れた地域でいつまでも自分らしく

人は誰もが、いつか、どこかで「最期」のときを迎えます。
 あなたはどこで最期のときを迎えたいですか。
 最期まで自分らしく暮らしていくために、
 今、元気なときからできる大切な準備について考えてみましょう。

「最期は自宅で」でも…

平成23年度福岡県政モニターアンケート調査「終末期の療養場所に関する希望」によると、末期がんなどの場合「どこで最期を過ごしたいですか」という問いに「自宅で療養したい」と答えた人が86.5%で、病気を持ったとき、ほとんどの人が自宅で最期を迎えたいと考えていることがわかりました。しかし「自宅で療養したい」人の中で「自宅で療養し、必要になれば入院」と答えた人が62.6%、「最期まで自宅」と答えた人は23.9%という結果でした。

また、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、自宅で「くくなる人は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ではそうならないことがうかがえます。その背景には「介護してくれる家族がいらない」「介護してくれる家族に負担がかかっている」「自宅で往診してくれる医師がいらない」「急に具合が悪くなった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」を選択肢のひとつに

住み慣れた自宅や施設で適切な医療や看護、介護などを受けなが

ら、療養生活を送る事を「在宅療養」と言います。在宅療養では、医師、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、本人や家族のサポートをしてくれます。「介護してくれる家族がいらない」「急変時どうしたらいいかわからない」「足が不自由だけれど、外で人と交流したい」など、不安や心配、生活環境に配慮したサービスを受けたいことで、住み慣れた地域での在宅療養が可能となる場合が多くあるのです。

また、「在宅」という言葉の意味には、自宅だけでなく、施設も入ります。本県の在宅死亡率は増加傾向にあるものの、内訳をみると、自宅での死亡率に比べ、施設での死亡率が大きく増加しているというデータがあります。本市でも、高齢者の1人暮らしは増加しており、今後、施設での看取りの必要性が高まることが考えられます。

元気な今こそ、できる準備を

まだ先のことかもしれませんが、最期まで自分らしく暮らしていくために、元気なときから考えておいてほしいことがあります。
 医療や介護が必要になったとき、どこで療養したいのか、どこで最期を迎えたいのか、最期が近づいたとき、どこまで治療するのかなど、まず自分の気持ちを整理しておきましょう。そして、家族と話し

在宅療養の相談窓口

- 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、在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、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、在宅療養の相談に応じます。入院したときや退院が決まったときは、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。

合い、家族に自分の気持ちを伝えましょう。
 人は誰もがいつ、何が起るのか分らない状況の中にいます。ある日突然、自分の意志が伝えられなくなることもあるかもしれません。元気なときから「最期」について考えておくことは悲しい気持ちになるかもしれませんが、自

分らしい生き方をしていくためにとても大切な準備です。
 市では、最期に向けた準備などを考える機会として「在宅ケア座談会」を実施しています。本年度は、地域の公民館や図書館などで4回実施しました。
 今後も依頼があれば行いますので、問い合わせください。

インタビュー「在宅ケア座談会」 in 新町公民館の発起人に聞く 健康で長生きしてもらいたい チャンスと場所を提供したい

住み慣れた地域で最期まで暮らすために、医療や介護が必要になったときに地域のみなさんで支えられるよう、高齢者を支援する制度を紹介したいという思いで「在宅ケア座談会」を実施しました。

当日は25人の地域住民が参加し、活発に意見を交わしました。その中で「1人暮らしの高齢者の家にあいさつに行く」となどの意見や「要介護度はいくつあるのか」「介護認定を受けた時に何が出来るのか」などの質問が出され、基礎的なところから学びたいという積極的な姿勢を感じました。

私自身は、住み慣れた地域、自宅で最期を迎えたいと思っていますが、在宅介護による家族への負



新町公民館 館長
 よしたけ まさひろ
 吉武 正則さん

担が気がかりです。望む最期を迎えるためであっても、家族が介護で病気になることは誰も望みません。介護保険などを使ってどんなサービスが受けられるのかを事前に把握することはとても大切です。今後は公民館を拠点に、人が交流できる勉強会を実施するなど、誰もが健康で笑って長生きしてもらえるよう、何をすべきかを考えるチャンスと場所を提供したいです。

ケア・カフェたがわ公開講座「看取る」ということ

2月7日、福岡県立大学で「ケア・カフェたがわ公開講座」が行われ、約170人が参加しました。この日は「写真が語る、いのちのバトンリレー～看取り、在宅医療、地域まるごとケアの現場から～」と題して、写真家でジャーナリストの國森康弘さんが講演。命の有限性と継承性をテーマに撮影された多くの写真を事例とともに紹介しました。在宅医療を続ける医師や関係者の営み、寄り添う家族の姿など、あたたかな看取りの世界が臨場感あふれる写真とともに紹介されると、参加者の目に涙がにじみ、講演後には大きな感動の拍手が送られました。



▲「いのちのバトンは看取りによって繋がれる」と語る國森さん

