

人生の最期なんてずいぶん先のことだと思っていたけど、孫たちと楽しく過ごして最期まで自分らしく生きるためには、今から準備することが大切なんだね。



ナビロウくん、ありがとう。最期まで私が望むような日々を過ごすために、太郎さんと一緒に話し合ってみるわ。一男と仁美も付き合ってるね。



分かったよ。早すぎるということがないなら、自分自身のこと考えてみようかな。



少しでもお役に立てたのならうれしいです！これからもずっと応援しているよ。



本シリーズのリーフレットをご覧いただいた皆さまへ

『シリーズ あなたらしく生きていくための備え』は、【医療編】リーフレットをもって完結となります。このリーフレットは、佐藤さん一家の物語を通じて、「人生の終い支度」に役立つ制度やサービス等を各テーマ【住まい編】、【権利擁護編】、【遺言・相続編】、【葬儀・お墓編】、【介護編】、【ひとりでも生きがいをもって暮らすために編】で発行してきました。リーフレットでお伝えできる内容は限られたもので、より詳しい説明を必要とされる場合や気になる制度・サービス等をお知りになりたい場合は、長寿すこやかセンター、高齢サポート(地域包括支援センター)等様々な関係機関の相談窓口や、弁護士、司法書士等の専門家に相談していただくことをお勧めします。

しかし、制度やサービス等は、あなたの想いを形にしていくための一助に過ぎません。あなたがどう生きてきて、そして、どう生きていきたいか、そうした想いが主役です。このリーフレットを手に入れたことをきっかけに「あなたらしく生きていくための備え」についてご自身で考え、ご家族や親しい人と話し合っただけであれば幸いです。

【「あなたらしく生きていくための備え」全般についてのお問合せ】

京都市長寿すこやかセンター (運営: 社会福祉法人京都市社会福祉協議会)

受付時間 月～土 午前9時～午後9時 日・祝 午前9時～午後4時30分

※毎月第3火曜日(祝日の場合は翌日)及び年末年始(12/29～1/4)は休み

TEL 075-354-8741

FAX 075-354-8742

E-mail sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

URL <http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>
関係機関の相談窓口の案内もこちらから

〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83-1
「ひと・まち交流館 京都」4階

京都市バス 4・17・205系統 「河原町正面」下車すぐ
京都市営地下鉄 烏丸線 「五条」下車徒歩約10分
京阪電車 「清水五条」下車徒歩約8分

発行 平成31年3月
発行者 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課
京都市長寿すこやかセンター
京都市印刷物 第305188号



「あなたらしく生きていくための備え」は、総論編と各論編(住まい、権利擁護、遺言・相続、葬儀・お墓、介護、ひとりでも生きがいをもって暮らすために、医療)で構成されます。

シリーズ

あなたらしく生きていくための備え

医療編



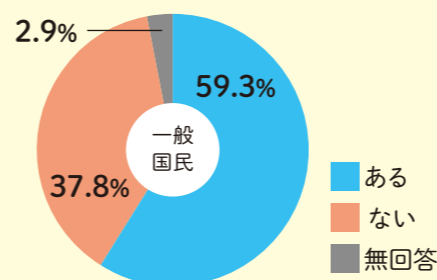
同級生の伊藤さんから久々にお手紙をいただいたのだけど、検診で弟さんにがんが見つかって、入退院を繰り返しておられたそうよ。でも、弟さんの希望で、信頼しているお医者さんに訪問診療をしてもらいながら、最期は思い出の詰まったご自宅で過ごされたんですって。

伊藤さんの弟さんには、最期までどのように過ごしたいかという希望があったんだね。

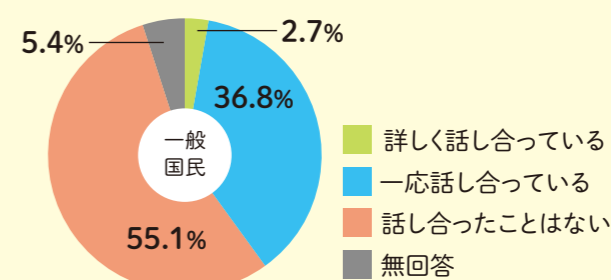


お話し中、失礼します！ このリーフレットのナビゲーター ナビロウです。厚生労働省の意識調査によれば、人生の最終段階の医療・療養について考えたことのある人は約6割。それを家族や医療介護関係者と話し合っている人は約4割なんだけど、話し合っていない人が5割以上いるんだ。

人生の最終段階における医療・療養についてこれまでに考えたことがあるものの割合



人生の最終段階における医療・療養についてこれまでにご家族等や医療介護関係者と話し合ったことがあるものの割合



出典: 厚生労働省「平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査」

なるほど、自分で考えてみることはあるけど、それを誰かと相談するところまではなかなか難しいようだね。人生の最終段階における医療か…。自分が受けたい医療やケアのことなんて難しくよくわからないし、想像したくないなあ。



「人生の最終段階」とか「死」ということを“自分ごと”として考えるのは、誰でも抵抗があるものだと思うよ。それに、医療やケアの専門的な知識がなければ、どうしていいかわからないよね。でも、自分の人生の最期を、どこで・誰と・どんなふうに過ごしたいかについては、それぞれ思いがあるんじゃないかな。

佐藤さん一家



夫 太郎さん(72歳)
妻 花子さん(70歳)
猫 ミー(8歳)



長男 一男さん(43歳・会社員)
陽子さん(妻)と晴くん・空ちゃん・輝ちゃん
府外で暮らす



長女 仁美さん(33歳・教員)
市内で一人暮らし



早いような気もするけど、突然倒れて意識が戻らない場合や、認知症などで自分の意思を伝えることが難しくなる場合もあるから、今から考えておくことも必要かもしれないわね。私は、お医者さんや看護師さん、ヘルパーさんなどにお世話になりながら、最期までこの家で、太郎さんやミーちゃんと過ごしたいわ。

自分が望む医療・介護を受けることができる施設があるんだったら、そこで最期を迎えることも選択肢のひとつかな。



こんにちは！ みんなで遊びに来てみたら、難しそうな話をしているね。

知り合いの弟さんが亡くなられたと聞いてね。人生の最終段階の医療・ケアのことについて考えていたんだ。



やめてよ父さん、まだまだ元気じゃない。そういうことを考えるのはもっと先になってからよね。



そうですよ。もっと晴たちと遊んでもらったり、いろいろ教えていただきたいですし。



そうだよ。でも、人生の最終段階はいつ訪れるかわからないし、多くの場面で、いざというときに自分で意思を決定することが難しいといわれているんだ。だから、早いうちから、**あらかじめ考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、その意思を伝え、共有しておく**ことがとても大切なんだよ。それは、**自分らしい生き方はどういふものか**ということをおぼろげに**見つめ直す**ということにも通じていくんだ。



元気なときに思うことと、実際に病気等で弱ったときに思うことは違うかもしれないね。



もちろん**気持ちは揺れ動く**ものだし、状況に応じて考えが変わることもあるよね。誕生日などの節目に考えてみて、またみんなで共有するということもできるね。反対に、そういったことについて**知りたくない、考えたくない**ということも、**ひとつの主体的な選択**だよ。



そういえば先日、こんなリーフレットをもらったんだけど。



国においては、そうした本人の意思が人生の最終段階における医療・ケアにおいて十分に尊重されるよう、国民に対する適切な情報提供や普及・啓発を図るための検討会*が行われたんだ。そこでは、課題として、このようなことなどが挙げられているんだ。

※『人生の最終段階における医療・ケアの普及・啓発の在り方に関する検討会』

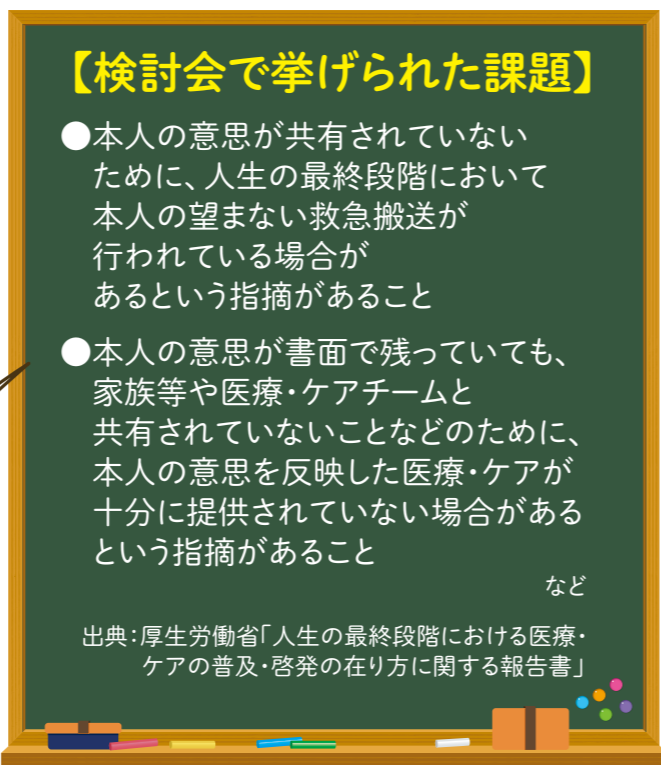


【検討会で挙げられた課題】

- 本人の意思が共有されていないために、人生の最終段階において本人の望まない救急搬送が行われている場合があるという指摘があること
- 本人の意思が書面で残っていても、家族等や医療・ケアチームと共有されていないことなどのために、本人の意思を反映した医療・ケアが十分に提供されていない場合があるという指摘があること

など

出典：厚生労働省「人生の最終段階における医療・ケアの普及・啓発の在り方に関する報告書」



そして近年では、人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと事前に繰り返し話し合う過程を重視した「**アドバンス・ケア・プランニング**（以下、「**ACP**」という）」という取組が進められていることが紹介されているよ。



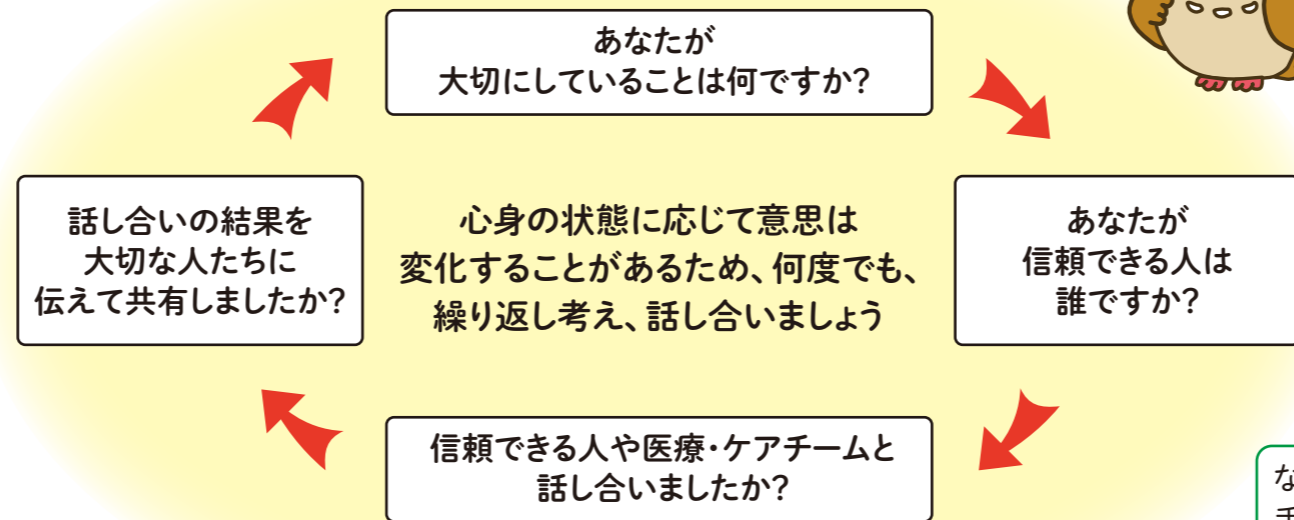
アドバンス・ケア・プランニング…？ それでどうなるの？



「ACP」によって、**話し合いの過程を共有**した家族等や医療・ケアチームが、本人の考えを深く理解することができるようになり、本人が自らの意思を伝えられない状態となったときに、**本人の意思を尊重した医療・ケアの方針決定につながる**とされているんだ。そんな「ACP」をより身近なものにするために、「ACP」の愛称が「**人生会議**」に、そして、11月30日(いい看取り・看取られ)が「**人生会議の日**」となること、国により決まったんだよ。



話し合いの進め方(例)



出典：厚生労働省リーフレット「もしものときのために」



それは、京都地域包括ケア推進機構*が発行しているリーフレット『**考えてみましょう「人生の終い仕度」と医療**』だね。ACPIについて関心を持っていただき、人生の最終段階の医療・ケアについて早いうちから専門家のサポートを受けながら家族等と話し合うきっかけとなるよう、普及啓発のために作成されたものだよ。

※京都府や京都市、医療・介護・福祉の39団体で構成

人生の終い仕度と医療 検索

なるほど、これなら手にとりやすいね。考えるきっかけになるなあ。

