



care manager

よい人間関係を築くことも
老いじたくの一つです

紀宝町社会福祉協議会
こやま たかし
小山 高司 主任ケアマネジャー

家族がどこまで本人の想いを
知っているかが大事

くまのなる在宅診療所
はまぐち まさや
濱口 政也 院長



home health care

在宅医療を始めたきっかけ

入院中のおしいちゃん、おばあちゃんが「家に帰りた。家に帰りたい。」と言いつつ、ながら願う叶わずに病院で亡くなる姿を見送ってしまいました。がんと診断され大病院や遠く離れた大きな病院で、治療はここまでという限界まで闘病し、涙を飲んで最後は故郷でと地元の病院に転院してくる方もみえました。在宅医療を始めました。「家で過ごすという選択肢」を作りたいと思ったことです。

4年前から紀南病院にて在宅医療を細々開始しました。そして、令和2年7月、在宅医療の拡充を目的として「くまのなる在宅診療所」を開設しました。紀南病院での取り組みも併せて現在60人ほどの方を自宅でお見送りさせていただきました。

在宅医療は心配？

本人が在宅での医療を希望していても、家族が病院の方が安心といわれることが

エンディングノートを活用してほしい

ケアマネジャーの業務を行うなかで、実際に利用者の方のために、困らず済むように、エンディングノートを渡しています。

しかし、渡したら渡したままで、自ら書いている人は少ないと思います。エンディングノートを開くことで、どのような準備が必要なのか知ることができ、もしものことがあった場合でも、遺された家族を安心させることができます。とくに、身寄りがいない人や子どもがいない人には、エンディングノートを活用してもらいたいと思います。

自分がどうありたいか準備しておく

エンディングノートを書いていない、準備をしていない人のなかには、自分はまだまだ元気だと思っっている方が多いように感じます。しかし、急に判断能力が低

あります。しかしその安心はいつたい何をもって安心なのか、でしょうか。

入院している場合でも、医師や看護師が常についているわけではないです。定期的にある巡回で、急変などに気づいたときに家族に連絡をします。つまり巡回にいったときにはすでに亡くなっていたということもあります。

漠然とある不安に支配されることなく、どういったことが不安なのか、整理しておくことが大切です。

よりよい最期を迎えるために

もつとも重要なことは、どのように最後を迎え、どう過ごしたいのかを家族と一緒に考え、自身の想いを共有して

現場の声

いじたくや最期を看取っている声として話をうかがいました。

現場

それぞれの現場で実際に、老
ケアマネジャーや医師に現場の

voice of workers

おくことです。最後をどのように迎えるかを考えることは、どう生きていくかを考える逆算にもなります。その中でやりたいことをピックアップしておくことも大切です。

医療はその人がその人らしく生きるためのひとつの手段

最期を迎える場所が、病院であれ、自宅であれ、そこに優劣はありません。在宅医療は、あくまでも自宅や住み慣れた場所で過ごすための手段のひとつです。その人がその人らしく生きていくことを応援できたらと思います。

自宅ですぐすには、家族、福祉介護などさまざまな人の協力で生活基盤を作ってもらい、必要があります。それが成り立って初めて在宅医療の出番となります。

在宅医療は手段のひとつで、みなさんを支えるさまざまな人が、一生懸命この地域での在宅を支えようと奮闘しております。

「この地域でよかつた」と胸を張れる地域を作っていくましよう。

現在までの経験などをまとめた自分史の作成やエンディングノートを書けるところでのよいので、書いておいてもらおうと、もしものときに助かります。

まずは、できることから始めてみるといいかもしれません。

人間関係を考えることも老いじたくのひとつ

親戚が近くにいるけど疎遠で、子どももいないため、元気なうちに任意後見人をつけているという方もいます。そうしたキーパーソンとなる人を選んでおくことがケアマネジャーとしてもひと安心です。

まわりの人間関係を整理、関わってもらえる人を増やしておくことも老いじたくのひとつだと思います。

よい関係性を作っておき、自分の意思表示しておくことは家族のためにも自分のためにも大切です。

一度、ご家族や身近な人と話しあってみてはどうでしょうか。