

03 介護施設



介護老人福祉施設「宝寿園」
ひらやま みのる
看護師

住み慣れた場所で、
その人らしい最期を

施設での看取りをするよさは、住み慣れた環境で、顔なじみの職員や入所者たちに囲まれ、最期までおだやかにその人らしく暮らせることだと思います。生活面では、体調をみながら嗜好品を摂取したり、散歩やドライブへ出かけて日々の生活にメリハリをつけられるよう心がけています。また、居室では楽しく過ごせられるような環境づくりを大切にしており、好きな歌を流したり、思い出の写真を飾ったりするなど、個々に合わせて工夫しています。

看取りのときでは、医師と家族とで面談を行い、園スタッフと相談しながら、その人らしい過ごし方を考えています。ご本人と意思疎通を図るのが難しい場合が多いため慎重な観察が必要です。30分から1時間ごとに様子を伺い、表情や呼吸状態の変化にも目を配り、声かけや体をさすったりすることで表情が和らぐこともあります。

また、ご家族とともに看取りを支える中で、「手厚いサポートのもと、本人は幸せな時間を過ごしたと思います。本人を思いながら手作りしていただいたひざかけは、本人だけでなく、家族にとっても大きな心の支えになりました。ありがとうございました」といった温かい言葉をいただくこともありました。

施設は、自宅のような温かさと専門職の支えがある場所です。これからも、ご本人とご家族が安心して大切な時間を過ごせるよう、職員一丸となって寄り添っていきたいです。

02 医療機関（緩和ケア）



地域おこし協力隊
しらおか かのり
看護師

「どこで過ごすか」ではなく、
「どう過ごしたいか」

人生の最終段階をどこで過ごすのか。自宅、施設、病院と選択肢はありますが、大切なのは「どこが一番いいか」ではなく、その人がどこで、どのように過ごしたいのかだと思います。

私は地域おこし協力隊として勤務する前、町外の緩和ケア病棟で看護師として働き、患者さんやご家族と関わってきました。緩和ケアは「最期を迎えるためのもの」と思われがちですが、がんなどの重い病気と診断されたときから、治療と並行して受けられるケアです。

痛みや息苦しさなどの体のつらさだけでなく、不安やご家族のつらさにも寄り添います。苦痛が和らぐことで、「家に帰りたい」、「家族と過ごしたい」、「もう一度治療を頑張りたい」と、その人の希望が見えてくることもあります。

看取りを考えると、本人の思いとともに、ご家族の状況や受けられる医療・介護を考えることも大切です。自宅だけでなく、病院や施設も選択肢の一つです。

紀宝町には緩和ケア病棟はありませんが、必要に応じて地域外の医療機関につながることも選択肢の一つになります。大切なのは、いざというときに「自分はどうしたいのか」を周りの人に伝えられること。元気なうちから「どこで、どんなふうに過ごしたいか」を家族と話しておくことで、自分らしい時間を過ごすための準備にもつながります。

01 在宅医療



くまのなる在宅診療所
はまぐち まさや
院長

何気ない会話から、
心に寄り添う

在宅医療で私が大切にしているのは、病気だけでなく、その人の暮らしを知ることです。診察では、昔どこへ釣りに行ったのか、ご夫婦はどう出会ったのか、そんな何気ない話もよくします。普段から話せる関係があれば、「薬があまり効いていない」、「ここが痛い」といった小さな不安も伝えてもらいやすい。だからこそ、一人ひとりと向き合う時間を大切にしています。

自宅での看取りに不安を感じるご家族には、これから食事の量が減ったり、眠る時間が長くなったりすることを少しずつ伝えます。何が起こるかを知っていれば、落ち着いて見守れることもあります。介護も家族だけで背負う必要はありません。

看取りの場には、悲しみだけでなく温かな時間もあります。「何十年ぶりにおばあちゃんと一緒に寝た」というご家族の話や、患者さんと何気ないことで笑い合った瞬間は、今も心に残っています。家で過ごすよさは、何か特別なことではなく、いつもの暮らしを続けられることなのかもしれません。

どこでどう過ごすかを決めるのは、ご本人です。元気なうちから「私はこうしたい」とご家族に伝えてほしいと思います。紀宝町には力を貸してくれる医療・介護の仲間がたくさんいます。自宅で過ごしたいと思ったら、不安を一人で抱えず、まずは相談してください。



暮らしの場所が変わっても、支える人がいる

住み慣れた自宅で、医療機関で、介護施設で――。

人生の最終段階を過ごす場所は人それぞれですが、どの場所にも、本人の思いを大切にし、その人らしい暮らしを支えようとする人たちがいます。

在宅医療、医療機関（緩和ケア）、介護施設では、それぞれどのような医療やケアが行われ、本人や家族にどのように寄り添っているのでしょうか。

日々、さまざまな人と向き合っている専門職に、現場で大切にしていることや、本人・家族への思い、人生の最終段階を考えるうえで伝えたいことを聞きました。