



紀宝町訪問看護ステーション
芳村 藍子 看護師

訪 問看護では、病気や障がいがあったても、住み慣れた自宅で安心して暮らし続けられるよう、医療と生活の両面から支えています。健康状態の確認や服薬管理、医療的な処置などを行い、主治医や介護・福祉の関係者と連携しながら、一人ひとりにあった看護を提供しています。

私たちが大切にしているのは、病気だけではなく、その方がどのような人生を歩み、何を大切にしてこられたのかを知ることです。日々の何気ない会話から思い出や楽しみを聞き、その方らしい暮らしを続けられるよう心がけています。例えば、外出が難しくなった方には、庭に咲く花の写真をお見せし、思い出話をすることもあります。

「家に帰りたい」その想いを支える

また、ご本人だけでなく、ご家族の不安や負担にも寄り添うことを大切にしています。「夜は眠れていますか」と声をかけ、介護の悩みを伺いながら、必要な支援につなげていきます。人生の最終段階では、体調の小さな変化を見逃さず、主治医と連携して痛みや苦しさを和らげ、おだやかに過ごせるよう支えています。

病気が進行しても、自宅で過ごすという選択肢があります。大切なのは、ご本人がどこで、どのように過ごしたいかという想いです。もし「家に帰りたい」、「自宅で過ごしたい」という希望があれば、まずはその気持ちを伝えてほしいと思います。その一言が、自分らしい最期の迎え方を考える第一歩になると思います。



紀宝町包括支援センター
南 友也 主任ケアマネジャー

人 生の最期をどこで、どのように迎えたいか。その希望を支えるためには、医療と介護のどちらか一方ではなく、双方が連携し、本人や家族を支えていくことが大切です。

私は、在宅医療・介護連携推進事業を担当し、研修会や交流事業などを通じて、医療

未来の自分に、今できること

例えば、人生会議を通じて自分の希望を家族などと話し合うこと、介護予防に取り組むこと、地域の支え合い活動に参画すること、成年後見制度などを知っておくことも、その一歩になります。

これから、住み慣れた紀宝町で、だれもが自分らしい暮らしを続け、人生の最期を迎える場所を自ら選択できる地域であるために、住民のみなさんと一緒に考え、支え合える地域づくりを進めていきたいと思っています。

と介護の専門職が顔の見える関係から、人となりが分かる関係を築き、連携を深められるよう取り組んでいます。

現在、紀宝町には看取りを支える医療・介護の体制があります。しかし、医療や介護の現場でも人材不足が大きな課題となっており、今ある体制が将来も当たり前に続くとは限りません。

医療や介護は、だれもがいつか関わる身近な問題です。専門職や行政だけの問題ではなく、私たち一人ひとりが「自分のこと」として考え、備えていくことも大切ではないでしょうか。

例えば、人生会議を通じて自分の希望を家族などと話し合うこと、介護予防に取り組むこと、地域の支え合い活動に参画すること、成年後見制度などを知っておくことも、その一歩になります。

ケ アマネジャーは、本人や家族の希望を聞きながら、医療と介護をつなぎ、その人らしい暮らしを支えることだと思っています。まずは「家でどのように暮らしたいか」、「何を大切にしたいか」を伺い、身体の状態や生活環境を踏まえ、必要な医療や介護サービスを一緒に考えています。サービスを使うこと自体が目的ではなく、その人らしい生活を続けるためにどう活用するか大切です。

在宅での療養では、「家で本当に介護できるのか」、「急に体調が悪くなったらどうしたらいいのか」と不安を感じる家族もあります。そんなときは、訪問診療や訪問看護、ヘルパーなどの専門職と情報を共有し、困

本人と家族の道しるべに

たときにはだれに相談すればよいかを整理しています。家族だけで抱え込まず、必要に応じてサービスを利用することも大切です。

また、本人と家族の希望が異なることもあります。どちらかが正解ということではありません。それぞれの想いをていねいに聞き、できることや難しいことを一緒に考えていきます。一度決めたことでも、状況や気持ちが変われば選び直してもいいんです。「家で過ごしたい」という思いがあれば、まずは遠慮せず相談してほしいですね。医療や介護のさまざまな専門職が連携して支えるしくみがあります。本人や家族と一緒に、その人らしく暮らせる方法を探す「道しるべ」になればと思います。

看 取 り を 支 え る 人 々

ケ アマネジャー、訪問看護師、町医、地域包括支援センター職員。
それぞれの立場から本人や家族に寄り添う4人に、看取りの現場で大切にしていることや、本人の想いを支えるために心がけていること、地域で支えることへの想いを聞きました。

看 取りの現場では、自宅や病院、施設など、最期を過ごす場所を選ぶ際の悩みや、家族を見送った後の辛い気持ちなど、さまざまな相談を受けます。医師として大切にしているのは、病気だけでなく、その人が何を大切に生きてきたのかを知ることです。訪問看護師やケアマネジャー、介護職、地域包括支援セ



相野谷診療所
森本 真之助 医師

その人らしく、最期まで

センターなど、多くの人と連携しながら、その人らしい暮らしを支えています。

自宅や施設での看取りでは、本人の言葉だけでなく、ご家族やスタッフから昔の思い出を聞くことも大切です。好きだった音楽を流したり、毎朝楽しみにしていたコーヒーの香りを届けたり、小さな工夫が、その人らしく過ごす時間につながります。

だからこそ、人生の最終段階については、元気なうちから家族などに「最後にどう過ごしたいか」を自由に話しておいてほしいと思います。延命治療や相続だけでなく、好きなものや大切な思い出、最後にどこで誰と過ごしたいかなど、人生の終わりをどうしたいのかを話し合うことも大切です。そうした会話が、本人や家族にとって、これから考えるきっかけになると思います。

紀宝町では、一人ひとりの人生の終わりを多くの人で支えるしくみができつつあります。これからも支え合いの文化を大切にしながら、命を大切に、安心して暮らせる町をみなさんとともにつくっていかれると思います。