



特集



人生会議



渋川医院(内科・小児科)
院長 渋川 洋子さん(医師)

最期まで自信を持って、自分らしく過ごすために
「オレンジノート」で自分の思いを家族に伝える

小児科専門医だった私が、内科のある義父の医院を継ぎ、命の誕生～最期を見守る立場に。そんな中、ご高齢の患者様から「自分が望む終末期医療について、家族へどう伝えたらよいか」を相談されました。資料を元に患者様と一緒に宣言書を作成し、1枚はカルテに添付、1枚はご家族と共有してもらいました。淀川キリスト教病院から送られてきたのが「オレンジノート」(詳細は①面)です。「残しておく」「家族の理解」など自分の中に残っていた課題と結びつき、「なるほど、ノートね」と、早速実践すべく、当時70代後半だった実家の母に勧めました。

なかなか書かない母にしびれを切らした私は、今回こそは!と九州に帰省。一緒に書き始めて気づいたことは、母は書かないのではなく、書けないのでした。頭の中の考えを、きれいな文章にまとめて、細かい文字を書く、と言う作業がとても難しい。気づいていたつもりで、母の老いに寄り添えていなかった自分を猛省。そこからはゆっくりと進め、質問から話題がずれても無理に戻さず、思い出話を楽しみました。あくまでも母の意思を尊重しながら。ずっと気になっていたのは「代理意思決定者」の欄。結局、私の名前が書かれず「医師なのに、娘なのに、なぜ」とショックでしたが、後日、あえて私を選ばなかつた母の思い、気遣いを知り目頭が熱くなりました。要介護3となった母ですが、一緒に書き上げたこのノートを今も側に置いてくれています。

当院では、終末期の悩みを抱える患者様に、人生会議のきっかけとしてオレンジノートを紹介しています。「身内が終末期を迎える、不安で眠れない」という患者様に勧めたところ、すべきことの道標ができたと安堵されました。

オレンジノートは、書き進めるだけで人生を振り返り、終末期を考え、誰にでも分かる形で残せるものです。自分の考えが理解され尊重されることはとても嬉しいことで、自分に自信が持てます。最期の瞬間まで自信を持って、自分らしく過ごせることは、自分も周りの人たちにとって、大きな喜びになるでしょう。

【オレンジノート配布場所】

名 称	住 所
区役所2階 保健福祉課総合相談窓口	豊新2-1-4
北部地域包括支援センター(なかよし)	井高野2-1-59
中部地域包括支援センター(びはーら)	菅原7-15-14
区地域包括支援センター(ほほえみ)	菅原4-4-37
南西部地域包括支援センター(ひだまり)	東中島3-14-24

【オレンジノート配布・問合せ窓口】

淀川キリスト教病院 1階「よろず相談室」(電話での相談は行っていません)

2019年度市民公開講座の報告

昨年12月1日に、東淀川区の在宅医療連携を考える会「こぶしネット」主催で「自分で決めたい私の人生～もしものときの医療と介護、そして人生会議～」というテーマで市民公開講座を開催しました。当日は、笑福亭學光さんの終活落語やオレンジノートのご紹介、皆さんでご自身のこととしてオレンジノートを書いてみる、という体験をしていただき、区民ホールが満員となる280名を超える方々にご参加いただきました。

参加者の皆さんからは、「人生の締めくくりを自分でどうするか、考えるきっかけになった」といった声が聞かれ、人生会議について理解をしていただく第一歩になりました。

今後、新型コロナウイルス感染症の状況が落ち着いた際には、また同じように市民公開講座を実施したいと思います。皆さんと、わがこととして人生会議を考えられる東淀川区をめざしていきます。

東淀川区の在宅医療連携を考える会
こぶしネットの活動

「こぶしネット」は区民の皆さんがあなたとして暮らしていただけるように、医療や介護のさまざまな専門職が、東淀川区の在宅医療や介護をより良いものにしようと考えるネットワークです。在宅生活を支援する専門職の「顔の見える連携」や知識や技量のレベルアップ、医療・介護の課題の解決をめざし2013年から活動をしています。また区役所、地域包括支援センター、民生委員などの協力も得て、「住み慣れた地域で最後まで暮らす」ことができるよう、在宅医療や在宅介護についての講演や地域学習会も行っています。

おかもと訪問看護ステーション東淀川

所長 生島 洋子さん(看護師)

必ず訪れる死を「自分ごと」として捉えて
自分も家族も納得できる最期を話し合うために

ご利用者様が安心して自宅療養できるよう支援するのが、私たち訪問看護師の役割です。その中で、終末期に立ち会い、最期を看取させていただくことも少なくありません。

もう随分と前の話ですが、入院されて闘病の末、最期はご自宅で亡くなられたご高齢の利用者様がおられました。お孫さん達は「おばあちゃんは病院で最期を迎えたくないと言っていたから、家で看取ることができてよかったね」と言っていましたが、ご家族の中で一人だけ納得されていない方がいました。その方は最期まで「早く病院へ戻って!もっと治療を!」と望まれていて、四十九日後も気持ちの整理がつかず、随分と塞ぎ込んでおられました。我々がもう少し早めの段階で関わせていただくことができていたら…と複雑な気持ちになつた事例です。

一方で、ある末期がんの患者様の話ですが、この方は早くからご自身の死と向き合い、生前葬もされました。まだオレンジノートがない時代でしたが、我々も日頃から聞き取りをしたり、ご希望で主治医との間を取り持たせていただきたりと、ご自身が望まれる終末期を過ごせるようサポートしました。そして「庭が見えるこの部屋で最期を迎えたい」と在宅医療を選ばれ、奥様に見守られ穏やかに亡くなられました。

このような経験からも、いつか必ず訪れる最期について、周囲と話し合っておくことの大切さを実感しています。家族や主治医、ケアチームとそのような時間を持てない場合も多いでしょうから、自身の意思を書面に残せるオレンジノートの意義は大変大きいと思います。質問項目は、私たちが日頃から利用者様とお話ししている内容もあり、大切なポイントが凝縮されています。お一人住まいの方が、よりよい最期を迎えるためにもぜひ活用してほしいノートです。いろいろな世代の方に手にとっていただき、「自分ごと」として、人生会議のきっかけにしてもらえたたらと思います。

地域に関わる全ての人の力を合わせて

「住んでよかった、住み続けたい東淀川区」のまちづくり

国では、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・ケアチームと繰り返し話し合う取り組みを「人生会議」という愛称で呼ぶこととし、普及・啓発を進めています。

東淀川区でも昨年、「人生会議」について知つていただくために市民公開講座が開催されました。

今はコロナの影響でなかなか講座などを開催することは難しい状況ですが、最後の医療・ケアをどうするのか、今のコロナ禍の状況だからこそ元気なときから自分の思いや願いを伝えておくことが必要だと思います。

区役所としましても、引き続き、こぶしネットと連携をしながら「人生会議」「オレンジノート」を広め、区民の皆さんのが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けることができるよう進めていきます。



東淀川区長
西山 忠邦

アンケートにご協力ください!

在宅医療と人生会議について
お聞かせください。



問 健康相談 2階24番
☎ 4809-9968

広告