

# わが街で暮らす

諏訪市地域医療・介護連携推進センター

ライフドアすわの取り組み

地域包括ケアシステムを支える人々

44

私が初めて身近な人の死を

体験したのは、市役所に就職した年でした。脳出血で要介

護状態になった曾祖母が、約

7年の自宅での療養を経て百歳目前に旅立ちました。当時

はまだ介護保険がありません

でしたので、祖母を中心に家族が協力して介護をしました

た。自宅に浴室がなく地区の共同浴場へ車椅子で連れて行き、2人で抱えて入浴したことを思い出します。肝臓の病気が見つかり手術目的で入院しましたが、手術前夜に亡く



なりました。その時は「本人は痛いことをしたくなかったのだ」と思いました。穏やかな最期でした。

仕事でも保健師として市内の寝たきりの高齢者を訪問し、体調の確認や清拭など清潔を保つお手伝いをしながら

めぐみ  
あるが  
有賀 恵

諏訪市高齢者福祉課  
介護保険係長

人生会議の  
ロゴマーク



介護者の方の相談に応じてきました。

平成12年に介護保険制度がスタートしてから20年が経ち、生活スタイルも含め介護の環境は大きく変化しています。医学の進歩も目覚ましいものがあります。その分治療方針や介護の選択肢が増え、自分自身が将来に向けた道筋を考えることが必要となってきました。保健福祉の仕事に携わり関わらせていただいた

多くの方の死に触れるたび、その方の生き様を学ばせていただいたように思います。

昨年、私は父を自宅で看取る経験をしました。脳血管疾患を繰り返し、徐々に身体の動きが悪くなっていくなかで、腎臓の機能が低下し平成31年1月に入院した時には人工透析をしなければ命を長らえることは難しいと医師から説明を受けました。

それまでも入院や変化があった時には皆で話し合い確認してきたのですが、寿命が限られたところでの治療の選択はそれぞれに葛藤がありました。本人は頑なに透析を拒否し、家族としては、少しでも長く生きてほしい気持ちと、楽にしてあげたい気持ちと様々な思いが溢れ、泣きながら話し合いました。すでに

父は、生活の大半を介助してもらいながらベッド上で過ごす状態でした。そこで、これ以上苦しいことはせず本人の望むように、自宅で残された時間を穏やかに過ごすことを選択し、かかりつけの先生に自宅での看取りをお願いしました。

昼夜が逆転し、介護は決して楽なものではありませんでしたが、介護サービスや訪問診療、訪問看護のお世話になりながら自宅で過ごし、家族に囲まれたなかで一年後に最期の時を迎えました。別れは寂しいことです。でも、私たちがの中にはやり切ったという充実感がありました。

人生の大切なことを決める時、判断する材料がないとなかなか決めることができません。本人の歩んできた人生、

考え方、希望を理解したうえで現在の状況、見通し、治療のメリット、デメリット等を全てを含めて話し合うことが必要です。何度も繰り返すことが大切だと実感しています。そして、一人ではできないことではないということ。いくら本人が望んでも、かなえられない環境がなければうまくいきません。治療がなくても様々な症状で本人や家族が不安になった時に現在の状況を適切に分かりやすく教えてくれる医療従事者、介護者の休息も含めて介護面のサポートをしてくれる介護従事者、会いに来てくれる友人、多くの方に支えられてこの時があると思います。

どのように生きるのか。それは人それぞれ違います。何を大切にしようと思えるのか、元気なうちから周りの人たちと話しておくことをお勧めします。

## 「人生会議」ACPとは③ 自宅での看取り

(毎月第2日曜日掲載)