

2012年度年間テーマ

15周年を迎えて—私たちが大切にしてきたこと—

私が受けたい
ホスピスケア

私が自身にできる
ホスピスケア

私が他の人にできる
ホスピスケア

岡崎ホスピスケアを考える会

「年の瀬に」

一年の終わりにすることがある。

遺言を書き、たまたて箱に差し込む。

前年の遺言を読み、

しばし一年を振り返る。

初めて書いたのは、子供たち全員が

家から出て行った年だった。

満足感と喪失感が入り混じった涙の年。

いつからか、一人ひとりにあてた手紙にな

り、近年は孫にもあてている。

人は、死ぬことで必ず何かを残してくれ

る。言葉だけでなく死を超える何かを…。

岩崎一二神父さまを会に招いた時

忘れられない言葉を聞いた。

死を覚悟し祈ったことは、

「ありがとう」

「ごめんなさい」

「ゆだねます」

なんと謙虚で純粋な心でしょう。

生き方が見えた言葉だった。

毎日がそんな日でありたい。

今、神父さまはお元気です。

橋詰清子

勉強会

「死を在宅で迎えるには」—支援してくれる人たち—

11月10日(土) 13:30~15:30 場所：愛知病院地域研修室

【講師の方々】19名

愛知病院：橋本淳緩和ケア部長、久永みゆきがん専門看護師、中根美智子相談員、

開業医：前岡崎市医師会会長の小出義信先生、鴨田本町の須田勝久先生、明大寺町の船川武俊先生、

ソーシャルワーカー：柴田睦さん、

訪問看護ステーション：「ひまわり」の高橋敏子看護師、「まつざき」の松崎百合子看護師、

「葵」の浪切もり子看護師、「さくらの里」の深田恵美子看護師、「仁」の内藤綾子看護師

薬剤師：山本恵美岡崎薬剤師会理事

ケアマネージャー：三村由香さん、

歯科医師会から：小林敦子歯科衛生士、

鍼灸マッサージ士：神谷千津さん

ユープ あいちくらしたすけあいの会：新海寿美子さん

ユープ あいち福祉サービス：永井則子さん、

在宅ターミナルクリニック：青柳武法先生はメッセージで参加

※運営委員より

この日を迎えるため、先生方は多くの犠牲と時間を私たちにくださいました。今年度中に皆様からの感想全文と「わたしのたまたて箱」を持参しお礼に伺う予定です。(たまたて箱在庫0です)

【内容】

- ①愛知病院では4月からがんの終末期を自宅で過ごそうとする人に**地域がんサポートチーム**（緩和ケアの医療チーム）が往診し専門外の開業医（主治医）の手助けをするようになった。相談室では他の病院にかかっている人にも対応しています。
- ②往診をしてくださる**開業医**は、まだまだ少ないけれど主治医に相談すること。病院や医師会が紹介してくれる。最期まで身近で励ましてくれた先生の存在を会員が紹介した。
- ③**ソーシャルワーカー**は不安や疑問を聞いて助けてくださる。心と身体、家族の大きな存在です。
- ④11ヶ所に増えて身近になった**訪問看護ステーション**では先生が24時間対応で頑張ってくださっている。
- ⑤**薬剤師**さんも自宅に訪問し、医師や看護師などとの架け橋になり不安や疑問に対応しています。
- ⑥**ケアマネジャー**には医療保険でなく介護保険の予算内でどのような助けを受けたいかが相談できます。
- ⑦**歯科医師会**からは**歯科衛生士**とペアを組み在宅で診療でき、義歯だけでなくベッドサイドで診療所とほぼ同じような治療ができる身近な開業歯科医師を紹介していただけます。
- ⑧**鍼灸マッサージ**は通院困難な人、介護が必要な人で医師の許可があれば保険でできる様になった。
- ⑨**生協**くらしのたすけあいの会は1時間800円で家事援助・子供の世話・ペットの世話・水やり・窓ふきなど家族の支援をしてくださる。
- ⑩**コブ あいち福祉サービス岡崎**では100人ものヘルパーが在宅での活動をしていることも知った。
- ⑪**在宅ターミナルクリニック**の青柳先生はメッセージを寄せられた。（全文を読みたい人は事務局へTEL）
- ⑫最後に長年この会を見守ってくださっている前岡崎市医師会長の**小出先生**は「人は必ず死ぬもの」と覚悟を決めて生きることだという話をされた。

その後、出席者に直前に質問したアンケートから、希望の多い順序で以下の質問をした。

1. 普通の病院・ホスピス・在宅では、かかる費用がどれほど違うか。（23名）
 - ・手続きさえしっかりやれば、ほぼ同額である。（詳しい資料ほしい方、事務局までTEL）
2. 一人暮らしでも家で死ぬか。サポートをどのくらい受けられるか。（19名）
 - ・夜間2時間ごとに看護師とヘルパーの派遣をするところもあるという朗報を聞いた。
3. 緩和ケア病棟から在宅に移る不安（痛み・息苦しさ・栄養・死）と現状を知りたい。（14名）
 - ・サポートチームがあり安心、まずは相談員やソーシャルワーカーに相談する。
4. 主治医を持っていない人が往診してくれる医師を探すにはどうしたらいいのか。（13名）
 - ・日頃から主治医をもつこと、連携システムを利用すること、医師会が相談に応じてくれる。
5. 救急車を呼んだら、「私の意思表示書」をもっていないでも延命治療をされてしまうか。（12名）
 - ・救急隊は必ず応急処置をする。その後本人と家族の意思表示書の存在を病院に知らせれば、適切に応じてくれる。

【講師感想】

- ・多くの方が熱心に話を聞いていて素晴らしい会だと思いました。自分も知らないことをいろいろ教えていただきました（橋本）
- ・たくさんの参加者がみえ緊張しました。在宅医療への関心の高さに驚かされました。病を患っても暮らし安い街づくりができればいいですね（久永）
- ・勉強になりました。さらに皆様と共に歩めたらと思いました。ありがとうございました。（中根）
- ・これから在宅がもっと進んでいくと思います。このような会を設けて頂いてありがとうございます。薬剤師ケアマネとして関わっていきます。若い薬剤師に意思を伝えていきたいと思っています。（山本）



- ・自分のいつかくる死をどうするかをしっかりと考えるよい機会となりました。又業務にも生かしているよい勉強会と思えました。（深田）
- ・終末医療が自分でも身近になっていて具体的に自分の死生観というものが考えさせられ勉強になりましたし、この会の素晴らしさを感じました。これからも出席したいと思えました。またこのような会を運営されていかれるスタッフの皆様感謝いたします。これからも応援致します。（神谷）

【出席者感想】

- ・大学の講義でも在宅医療は盛り込まれています。胃ろう、中心静脈栄養、喀痰などが主な内容ですが、これは治療の分野としております。今回ここでは「在宅で死を迎える」というテーマで治療ではなく周りの方がどれだけ「支えられる」ということを学べました。地域、多職種連携、家族支援全てを見据えた考え方の重要性を再認識しました（薬大学5年）
- ・参加されている方の多いことに驚きました。病院で退院支援をさせていただいています。在宅へ戻られてからのその後の追跡ができていないため今日のような会に今後参加できたら良いなと思えました。
- ・なごやかな雰囲気の中での研修で良かったと思えます。若い芽も参加しやすいテーマを見つけて研修を続けていただきたいと思えます。
- ・救急車を呼ぶかどうかがいつも話題になり自分の中で不安が残る。しかし高齢になって迎える死と仮に今迎える死では違うような気がする。92歳になる義母の死を見届け、半年後には64歳の夫を看取った。二人とも集まった家族に囲まれて旅立っていった。今私たちは、夫亡き後静かに暮らしている。「無意味な延命はしない」と希望する私は、自分亡き後、子供たちが心穏やかに暮らせるように十分に話し合っておかねばと思っている。
- ・いつもながらとても充実した会でした。多くの職種の方々が集まってくださっているのには驚きました。これからももっともっと多くのドクター・ナース・ヘルパー・ケアマネ・薬剤師の方々が集まってくださるといいですね。
- ・今日の会が様々な立場の方からの話が聞けてとても有意義でした。今まで学んできた内容から随分発展してきた事を知り独居在宅で最後を迎える可能性の広がりを感じました。1人ひとりの意見、思い、つぶやきが着実に“みのり”へと向かっていることも実感しました。
“おひとりさま”生活に対する安心感も出てきたかな～。
- ・がん末期の父がおります。たいへん参考になりました。ありがとうございました。
- ・まだまだ在宅で死ぬことはむずかしいことを、本日在宅医療をしている先生から言われたことは残念だった。医師同士で在宅療養をどうしていくのかを考えていただきたいと思った。
- ・私もガン患者の家族の一員として愛知病院での治療を受け、主体は市民病院との連携の元、まず看護に専念中です。今日は貴重な御意見、紹介、お話について有難うございました。
- ・今回の勉強会は「在宅で死を迎えるには」ではなく「在宅で生きるためには」の内容だったと思います。「生きる」ことがそのまま「死」につながることで、これで良いと思います。
- ・「ホスピスケアを考える会」というものがある！ってことが知れたことはよかったです。もっと広報活動をしていただき、市民の悩み、相談を明らかにして共に考える状況を作っていただきたいです。高齢社会に必要な情報源だと思います。看護と質を高める場所作りをお願いしたい。
- ・私も一人暮らしになると思います。在宅はあきらめていましたが、これから勉強してみたいと思えました。この会への出席は友達が末期のがんでした。私が学んでくからと言っていたので、私への学びのプレゼントであったかと思えます。また参加させてもらいます。



「わたしが学んだこと」 柴田由紀子

私は四年前に名古屋の兄の家でガンの余命を告げられた母を在宅で看取りました。在宅専門の先生や訪問看護師さん、ケアマネージャーさんや介護士さんやヘルパーさんがひとつのチームになって支えてくれたから、母を静かに看取ることができたのだと思います。

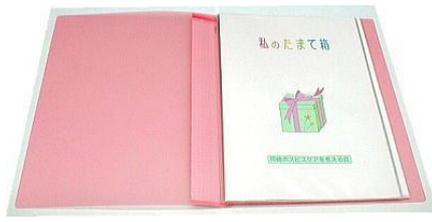
途中で弱音を吐いた時も「もう少し、お母さんのために頑張りましょう」と言ってくださったのは訪問の先生でした。普段の主治医の先生ではありません。

在宅で看取ると決まった時にケアマネージャーさんが二四時間対応の在宅専門の先生を紹介してくださり、痛みのコントロールをして頂きながら安心して看取ることができました。

岡崎にも、主治医の先生がいなくても、相談にのってくださる相談員や紹介してくださる方たちがいることや、こんな風に支えて下さる人たちがたくさんいることを知りました。

最後にまわりの人も含めて「いい人生だったね」と言うためにも。勉強会で知り得たことを家族でもう一度しっかり話し合いたいと思いました。

そして「たまたま箱」についての勉強会をしていただきたいと思いました。



「選べると言うこと」

大澤志紀

私は九年前に父を自宅で見取った。父は手術をしたが抗がん剤治療はしなかった。通院が難しくなったので、当時市民病院の相談室に見えた柴田睦さんに、往診してくれる開業医を教えてくださいました。父は「最後苦しんだとしてもバタバタ救急車を呼ばず、家で静かに死にたい」と意思表示した。

本当に大変だったのは添い寝した最後の二週間。薬より何よりマッサージがきくと父に言われ、腱鞘炎になったほど足のマッサージをした。苦しそうな呼吸も船川先生の「大丈夫もう脳転移しているから見てるほど苦しくないよ」の一言で皆、安心した。

最後の日は、父が選んだように日曜日だった。船川先生も朝から夜までいてくださり、孫達にも集合がかかった。たまたま箱の「終末期における患者家族の関わり方」に書いてあったように足の先が紫色になり、苦しそうな呼吸が静かになった。そして父は皆に囲まれ息を引き取った。当時は、母・兄嫁・私で女三人・兄は自営・孫四人は大学生・充分人手があった。それでも「私の時は、病院でいいからね」と母は言った。やはり家族に負担がかかる事が嫌だったのだろう。

今は、二四時間連絡体制がある訪問看護ステーションやヘルパー・家事援助などしてくれるくらしの会・薬剤師・歯科医・歯科衛生士・医師の同意があればマッサージも自宅に来てくれる。四月から愛知病院もがんサポートチームが在宅支援を始めた。がん治療方法に、どれが一番良かったかという正解はないと思う。今はいろいろな治療法があり考え方もある。本人や家族が話し合い、悩んで出した答えはその家族には正解。どんな道を選んでも後悔しないで欲しい。

大切な家族のためにも私達のできる事は意思表示を書くこと。

今年の年末年始、家族の集まる時に、そして健康な今、終末期をどう生きたいか、どう生きて欲しいか、延命治療をどうするか、人工呼吸器、経管栄養点滴など話し合っているでしょうか。明るく、にこやかに、笑顔で。ちよつとその前に、「私のたまたま箱」をお持ちの方、一度ゆっくり読んでみて下さい。すぐれ物です。

“緩和ケア病棟ボランティア”の報告

ティサービス・アロママッサージ・季節の模様替え・楽器演奏

毎週金曜日1:30~4:30 緩和ケア病棟ボランティア室
アロママッサージ 第1・3・4木曜日1:30~3:30 練習第2木曜日1:00

家族会 10月20日(土) 14:00~16:30

家族会会場：地域研修室

ボランティア準備室：医局カンファレンスルーム

参加者：ご家族31名・病院スタッフ12名・ボランティア10名

内容：前日に、カップ等70人分を洗い5つのワゴンにのせ入院病棟7階から、外来病棟に移る準備。

当日、11:00・集合し移動。病院スタッフとの打ち合わせ。

13:30・受付開始。1回目のお茶を出す。

14:00・家族会開始。ご家族と病院スタッフが5つのテーブルに別れ、今までの大きなイベント(ひなまつり・七夕・クリスマスなど)のスライドを見たりした後、近況報告をしたりして、心と身体の変化があること、悲しんでいるときに必要なこと、悲しみを和らげるためにできることなど話されたそうです。

15:00・2回目のお茶を出します。ケーキとわらびもち、お茶、コーヒー、紅茶、アイスクリームなど希望されたものを出す。

16:30 終了 その後も各家族同士、ナース、ドクターと交流しておられた。

亡くなられた後のケアまでしていただけることは、緩和ケア病棟ならではと思います。同じ思いで過ごしている人に出会うことは、これから生きる希望となるでしょう。

今まで私たちボランティアは、このような場所にはできるだけ顔を見せずいつも影で支援を・・・と考えていましたが、今年初めて10分ほど全員が参加させていただきました。賛否両論の意見があったので、どうすることがホスピスケアなのかを今後話し合います。(橋詰)

“手縫い”の報告

愛知病院・市民病院・国際病院・施設へ雑巾や依頼された品を作り届ける。
・第2火曜日10:00~12:00 愛知病院外来病棟患者サロン・各自宅

私たちがミシン縫いで作る物の中で一番多く作ってきた物は氷枕カバーです。病院で使われる物は洗濯や消毒が欠かせないため、たいへん消耗しますので、何枚あってもよい物です。熱があって気分が悪い時、こざっぱりした枕カバーで休んでいただきたいと思って作っています。ご家庭でこれなら枕カバーにしたらいいなと思う生地(しっかりとした木綿)眠っていましたら、ご寄付ください。雑巾にするタオルのご寄付もお願いします。これからも皆様の協力よろしくお願い致します。(勝川)



“つどい” 報告

患者・家族・遺族(誰もが遺族)の集まり
第3木曜日10:00~12:00 事務局(橋詰宅)

「ここで聞いたことは話さない」「指導しない」という約束で集まります。今、自分が悩んでいること、心配なこと、困っていることなどを分かち合います。人は生まれて死ぬということは知っていても、自分自身は生まれたことも記憶になく、死んだことも体験していません。未知の世界を想像し、語り合いながら励まされたり気づいたりしています。

(山崎)

◆「ふれあい岡崎 2012 福祉まつり」11月18日（日）

岡崎市社会福祉協議会が主催する福祉まつりに10年ぶりに参加しました。今回は、中央総合公園から福祉会館を中心にせきれいホール、その広場両町公園と分散した形での開催でした。

私たちの会は福祉会館6Fのホールに10団体と共にブースを設けました。前日の17日雨で、午後からの準備は、屋内ブースのみとなり、屋外の団体は翌日早々テント設営から始まりました。

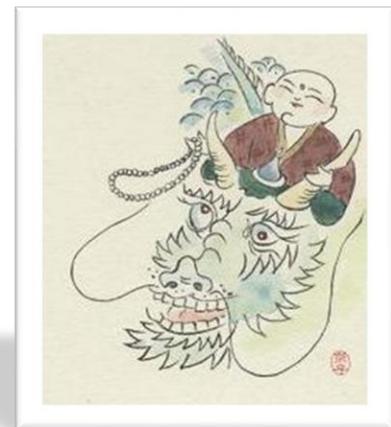
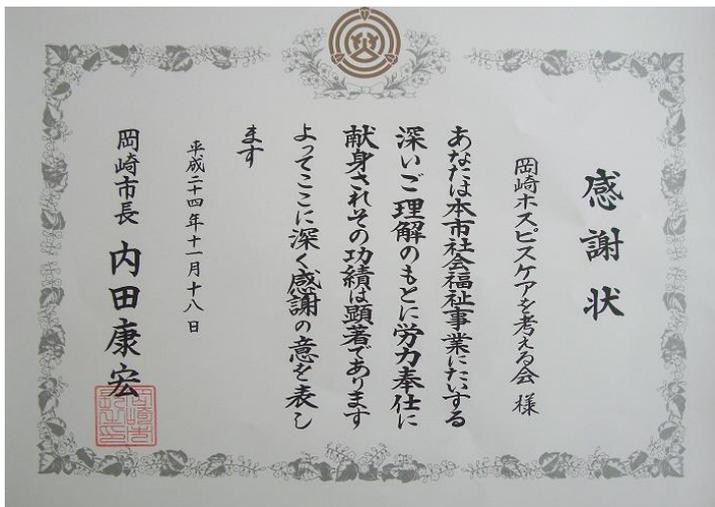
快晴となった落葉の舞う中で多彩な催しものが行われました。

“いつもいい人生だったねと言えるように”とテーマを掲げた岡崎ホスピスケアを考える会では手縫いの会の作品、バンダナ、たまたま箱、通信などを展示し、愛知病院の緩和ケア病棟でしている、アロママッサージとお茶のサービスをしました。

担当した私が初参加だったので、十分な会の紹介には至らなかったと反省していますが、まずは福祉会館を利用する団体してお仲間入りさせてもらったという気持ちです。会員の皆様の協力があって何とか任務を果たせました。（柴田貞子）



当日式典で、岡崎市長より「篤行功労者」として岡崎ホスピスケアを考える会が感謝状を頂きました。手縫い、愛知病院のボランティアとして長年こつこつと、少しでも頑張ったことを認めていただきました。



仏画（向野）

◆お知らせ

身近に訪問看護ステーションが3ヶ所増えました。「たまたま箱」P20に追加してください

- ①訪問看護ステーション 仁 緑ヶ丘2丁目6-2 TEL64-3900
- ②ニチイケアセンター岡崎訪問看護ステーション 岡崎市竜美北2-7 TEL72-4811
- ③訪問看護ステーション こころ 岡崎市中町4-6-47 TEL28-7556

あとがき

最後の1枚になったカレンダーを見ながら、今年もいろいろな人との関わりの中で生かされている自分を感じます。

年の瀬の慌ただしさに加えて寒さが厳しくなってきました。

どうぞお元気でよいお年をお迎えください。

「教会に続く坂道冬木立」

(阿部)