

人生最期の時

柴田由紀子

七月に「在宅医療ってなに？」と言うことでいしぐろ在宅診療所の石黒剛先生をお招きして講演会を行いました。

改めて自分の人生を生きると言うことを考えるきっかけを頂きました。

人生最期の時、どこで誰とどんな風に過ごしたいのか・・・

在宅診療が進む今、ひとりでも自宅で最期を迎えることは可能だと伺い、逆にどれだけの人たちが支えてくれるのだろうとびっくりしました。

ひとりだけどひとりではないことが心強く、家族がいなくてもいなくても最期まで自分らしくいられるのかもしれないと思いました。

要介護がなくても在宅診療を望めば受けられると言うことも初めて知りました。もちろん主治医としての契約も必要だし往診だから少しお高いと正直なお答え。

先生の言われた「転ばぬ先の杖を押しつけない」「少し先の未来を照らす」手を差し出せば手が届く距離に信頼出来る先生がいてくれたら、きつと残りの人生を楽しく過ごせる感じがしました。

そして家族として過ごすことがあれば、心と身体の痛みを共有して寄り添えるような人になりたいと思いました。

〔7月勉強会〕石黒剛先生「在宅医療ってなに？」7月29日（土）感想文より



- ★ 最期まで人としてどう生きるか？とても悩ましいと思います。もっとしっかりと考えて学んで いきたいと感じました。
- ★ 在宅診療について丁寧に教えていただきとても勉強になりました。
「病気や障害があってもサポートやケアを受けながら自分らしく最期まで健康的な人生を送れる」というお話は大きな勇気をいただきました。素敵な先生が近くに居てくださることに感謝です。
- ★ 家族みんなで聞きたいと思えるお話でした。
「ころばぬ先の杖をしない。」というお話、今4歳の息子がいますが、子育てにも言えることですごく難しいなと感じていたので身にしみました。 病院だけではなく、いろんな選択肢があることを知っておくのは大切だなと思いました。 先生のおじい様の素敵なお話をたくさん聞かせていただきありがとうございました。
- ★ 在宅診療システムは高齢社会に必要なと思うが患者と医師との疎通が最も大切だと考える。
- ★ 今までの不安、心配などに答えて下さったように思えました。 年を重ねる事にどうしようかと堂々めぐりをしていました。先生の存在を知って本当に 気持ちが楽になりました。これからもよろしくお願いします。お話に納得することばかりでした。

- ★ たくさんの不安ある現社会の中でいくつかの安心を頂いた貴重な時間を頂きありがとうございました。
- ★ 本当に質問に対して1つずつしっかり答えて下さりありがとうございました。
在宅医療は往診していただける先生と思っていましたが患者の状態はもちろん、その家族ことも理解して頂き、ご相談できる存在のように思え心強く思えました。
- ★ 身近なお話でした。現在ひとりになりましたので、自分のこととして受け入れていこうと思えました。経験として、実母を約2年在宅医療で見送りました。昨年9月に夫を4年間在宅で介護して見送りました。夫は2年間は何とか自分のことは出来ていたのですが、少し助けていてあとの2年はパーキンソンの症状が出てきて最後の一年はほぼ全介護になり本人の意志もあって家にいました。
通院等は私の車で何とかしていましたが残りの3ヶ月は介護タクシーで 救急車でと病院にいきました。最後の救急車で入院は1週間でした。その時先生は今晚かもといわれましたが一週間ねむりながら生きてくれました。私は今後 息子たちに自分のことを話しておこうと思いました。先生のお話で決心がついて感謝です。

- ★ 自分が在宅で看てもらおうと若い家族に手間かけてしまうのでちょっと？ でも夫を在宅なら自分が今のところ看ることができます。だから今現在は健康である。常に体づくり、食生活に気をつけてますが今日の在宅医療があり少し気楽になりました。高齢者ですがまだがんばって前に進みたいです。訪問診療のいい医師様、親切に話をしてくださり感謝します。



- ★ 人生を生き切ることが大事という話が心に残りました。
どこで、どんなふうに最期を過ごしたいのか？少しずつ考えていきたいと思います。
してほしい事、ほしくない事など家族に伝えておきたいと思います。
- ★ 「知りたいこと」、また出席されたからの質問に的確にハッキリと回答して頂き、在宅介護についての不安が随分軽減出来たと思います。真摯に在宅医療に向き合っておられる事、大変頼もしく、嬉しく思いました。良い勉強会となりました。ありがとうございました。
- ★ 在宅医療とは終末期を在宅で過ごすための医療だと思い込んでいましたが、例えば本人が病院には行きたくないと言い家族が困っている時や病院に行くことが困難な状態の時の往診まで。それには予め電話で問い合わせをして面談で病気のこと、家族などの環境を伝えて契約を結べば良いとのこと。話が分かりやすく知らないことを知ることが出来て良かったです。



- ★ 今日は通院でガン治療中の友だちのために話を聞きました。これからのことに不安を持っている友だちに今日の話を伝えたら安心してくれると思います。
私事ですが、20年前に訪問診療、訪問看護を受け、自宅で父母の看取りができたのは、とても幸運だったと改めて感じる事ができました。

★ 在宅医療をいつ始めるかタイミングがわからなかったのですが、いつでも電話をして契約すれば始められることがわかり良かったです。息子や娘たちにも話して共有したいです。自宅で迎えたい事、無理な延命措置はしないで欲しい事など家族に伝えておきたいと思います。

★ 最近、かかりつけ医を、夫と一緒にの医院に変えました。お互いに支えあえるようにと診療室で あいさつしてきました。

★ 在宅医療、全く知識がなかったのでプロのお話は心にひびきました。

★ 在宅で家族に見守られながら最期まで自宅で過ごすのは理想ですが、家族になるべく負担をかけたくないので思いは複雑です。

★ 自分の納得した最期・・・まだ現実味がありませんが様々な角度から考えるきっかけになりました。

★ とてもわかりやすく説明していただきました。訪問医療について知らない人が多いと思いますが、先生の説明でずいぶんわかっていただいたと思います。先生、ありがとうございました。

★ 若くてエネルギッシュな先生のお話を聞くことができて良かったです。99歳の母が最後まで家で過ごしたいと言っているの、それをかなえてあげたいと思います。いずれ先生のお力をおかりすると思います。

★ 「緩和ケアがガン発病と同時に少しずつ受けられる」と同じように「病気発病と同時に介護も少しずつ必要になる」。そのどちらにも関わろうとされている DR コトー目指す若い石黒先生が、私の近くの訪問看護ステーションと手を結んでくださっていると知り、なんと心強いことでしょう。

いつでもどんな時でも相談できる先生に今日出会いました。嬉しい限りです。

★ 4年前に46歳で亡くなった娘はガンの末期でした。尾張旭市に住んでいて愛知医科大学病院にかかっていて、そこから紹介された訪問医の診察を受けていました。腹水がたまった時は穿刺もしていただき、最期の一ヶ月をお世話になり穏やかな死を迎えました。最後まで自分がみると言った娘の夫には本当に感謝しました。

★ 最後の終わり方が老衰モデル、突然死モデル、そして8割の人が疾病モデルで必ず病気になる。だから衰弱と上手につきあい自分の人生を生きることが大事という話が心に残りました。どこで、どんなふうに最後を過ごしたいのか？少しずつ考えていきたいと

思いました。



★ お話を聞きながら「生きる事・死ぬ事」について考える機会をもらえた事は貴重な時間でした。ただ、やはり「ピンピンコロリ」にあこがれる自分がいます。

緩和ケア病棟ボランティアの報告

岡崎市民病院緩和ケア病棟ボランティア室
毎週金曜日 2:00～2:45 ピアノ演奏のみ



ピアノの音色が病棟に響く時、今日は金曜日だと気付いて下さる方がみえると思います。流れてくるメロディに季節を感じて頂けたらと選曲して下さる演奏者。
患者さんだけではなく、付き添いの方や先生や看護師さん、見守りとしてご一緒させて頂いてボランティアも優しい時間を共有させて頂いています。
そして、ピアノの音色と共に一日も早くティーサービスやアロママッサージも再開し、緩和ケア病棟にお茶やアロマの香りが漂う日が来るのを願っています。(柴田由紀子)

“手縫い”の報告

岡崎市民病院・国際病院・施設などへ依頼された品を作り届ける。
第2月曜日 10:00～12:00 場所 カトリック岡崎教会



コロナの規制も収まり、毎月第2月曜日の10時から岡崎カトリック教会の会議室で主に清拭布（拭き捨て布）を作る活動をしています。
清拭布は25×27cmハガキの2倍の大きさの2種類でタオル地又は綿布をはさみでカットした物です。病院や高齢者施設に使ってもらっています。
最近、子どもさんたちの施設にフェースタオルを半分にして手縫い又はミシン縫いで雑巾を作り届け喜ばれています。
どちらも使い古したタオル・Tシャツ・シーツなどを使いますので、これからもどうぞご寄付よろしくお願いします。(勝川俊子)

“つどい”の報告

患者・家族・遺族（誰もが遺族）の集まり
第4木曜日 10:00～12:00 社会福祉センター（第2活動B室）

猛暑、酷暑と言われたこの夏でしたが、今年も“キンモクセイ”の甘い香りが秋の訪れを感じさせてくれました。例年より一週間ほど遅い開花でした。そして一年が過ぎるのは「早いなあ」と思う時期でもあります。
戻ってきた普通の生活の中で、それでもコロナ前とは少し違っているなと感じたり、悩んだり誰かに話したいと思う事はありませんか？
“つどい”はいつも通り開催しています。一緒に分かち合いませんか？
お待ちしております。(神尾弘美)

あとがき

在宅医療の勉強会の直後こんなに多くの方々が感想文として石黒剛先生のお話と、ご自分の想いを書いてくださったことに感動しました。「7月の勉強会のすぐ後に、この感想文を通信に載せたかったね。」と運営委員会で反省しました。

次年度からは通信発送の直前に勉強会を計画したいと思います。4月の総会時に相談に乗ってください。よろしくお願いいたします。

11月18日（土）に“命を見つめて「死を語ろう」”の勉強会があります。私たちの必須のテーマです。講師はいませんが、語り、分かち合えたらいいですね。(橋詰清子)