

## 在宅での人生の最終章の過ごし方及び看取りのあり方

～医療関係者の関わり方、親族のあるべき態度、  
助け合い活動者の関わり方など～

### 提言

自分らしく人生の最終章を過ごすためには、

- ・ 本人の意思決定支援
- ・ 家族を含めた地域コミュニティの  
支え合い活動

を今後もすすめるべきである。

とくに都市部においては、専門職と地域  
とのつながりが必要である。

### 登壇者

【進行役】	花戸 貴司氏	東近江市永源寺診療所所長
	秋山 正子氏	暮らしの保健室長、(認定特非) マギーズ東京センター長
	市原 美穂氏	(一社) 全国ホームホスピス協会理事長
	佐々木 淳氏	(医) 悠翔会理事長・診療部長

#### ■ 寄せられた声から

- 入院に頼らず、自宅や地域で生活していくことが叶うよう「医療は生活を支える一部」という発言が印象に残りました。在宅生活を支える一部に医療があるのだと改めて感じました。
- 看取りに関しては家族間の歩調がうまくかみ合わないことが多かったのですが、本人主体ということを中心に考えていくことで工夫できるのではとヒントをもらいました。
- 在宅で終末期を過ごしたい方の希望を実現するために、専門職とボランティアと一緒にやりたいことをかなえるという取り組みがあることに驚きました。
- 健康寿命を延ばすことはもちろん大切だが、どんな人にも最期は来る。それをちゃんと意識することも大切との発言がありました。別々に考えがちですが一人の人の健康から終末期まではつながっていて、同時に考えないといけないとハッとさせられました。

## 議事要旨 花戸 貴司氏

前回の大阪サミットでは、自分らしく人生の最終章を過ごすためには、

- ・本人の意思決定
- ・家族を含めた地域コミュニティの支え合い活動

を今後もすすめるべきであると提言を行った。今回の神奈川サミットでは、非農村地域とくに都市部でも本人が希望すれば自分らしく人生の最終章を過ごすことができるのか、その可能性を探った。

佐々木淳医師からは、医師として訪問診療ならびに緊急時の往診体制をとり、多くの専門職で在宅療養者を支える現状報告をうけた。とくに在宅医療の現場では疾患中心ではなく生活中心で支えることを念頭に活動されていることを報告いただいた。体調悪化時に安易に入院治療を選択すると、今までの生活が途切れてしまい介護度も悪化することを具体例をあげて報告いただいた。また、救急要請をするのは医学的要因よりも相談者がいない独居高齢者など社会的要因が強い現状を報告いただいた。

秋山正子さんからは、暮らしの保健室での相談支援活動の報告をうけた。「受けて側の意識が変わらなければ在宅はすすまない」という信念のもと、看取りの経験を地域の人たちと共有するなど地域での情報発信を続けてこられた。そのような活動の結果、看取りを経験した人がその次には看取りのサポート側に立つといった事例や、元気なうちから本人を含めた対話を重ねることにより安心して人生の最終章まで地域で生活できる事例を紹介いただいた。

市原美穂さんからは「ホームホスピス」での活動を報告いただいた。医療依存度が高い人、一人暮らし、看取りの経験のない家族、そのような人たちのために、家に帰れなければホームホスピスというもう一つの「家」に住み、在宅ホスピスケアチームを派遣する事例を紹介いただいた。そのような地域での看取りを経験することで、まちづくりや家族の再構築につながることを報告いただいた。

3人の方からの発表をうけ、ディスカッションを行った。自分らしく人生の最終章を過ごすためには、元気なうちから自分の人生の最終章をどのように過ごしたいか、本人との対話を繰り返すことが大切である。また、日常生活での困りごとができたとき、相談できる専門職やコミュニティのつながりが力を発揮する。元気なうちからそのようなつながりを持つことにより、人生の最終章においても、医療に全て任せるのではなく、必要な支援がなにかを適切に考えることができる。

パネリストの3人はそれぞれの地域で先進的な活動をされてこられた方々である。もちろん、自分たちの地域にもこのような活動があれば嬉しいだろう。しかし、ないものを欲しがると、自分達が地域でやってきたこと・やりたいことを継続することも大切である。地域で安心して暮らし続けるために、これからも地域コミュニティの支え合い活動を今後も続けるべきである。その結果として、都市部でも本人が希望すれば自分らしく人生の最終章を過ごすことができると感じた。

### アンケートの結果 参加者概数：248名（オンライン：233名、会場：15名） 回答者数：63名

