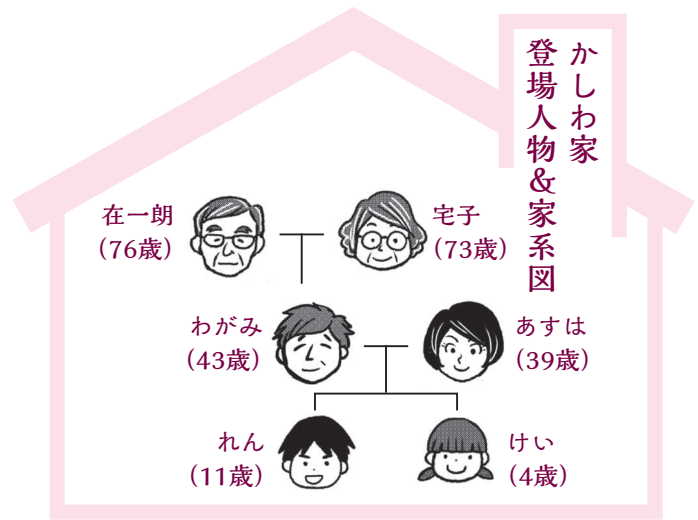
かしわ家 在宅医療ものがたり

市では、在宅医療・介護を含む、地域包括ケアシステムを早くからつくりあげ、全国から注目されています。このコーナーでは、市内に暮らす「かしわ家」を例に、誰にでも起こりうる問題と役立つ市の取り組みを、全9回にわたって楽しく分かりやすく紹介します。

問 地域医療推進課☎7197−1510



第5話〜在宅看取り編〜

いつくるか分からない将来への準備

食道がん再発後の在一朗さんは、ご家族と在宅医療・介護チームの支えで、安心して自宅で過ごしていましたが、徐々に病気は進み…

在宅での看取りとは

長年過ごした自宅で主に家族が介護者となり、患者さんが親しい人に見守られ、自然に死を迎えるための支援です。特に、住み慣れた環境で、自分が望む生活をして、家族と過ごすことができる点が病院との違いです。死をどのように受け止めるかは、本人や家族の価値観によってさまざまです。看取ることに関して、本人・家族や医師・各専門職と方向性を共有することが大切です。

グリーフケアとは

看取りを終えた後、ご家族や携わった医療者、看護・介護職員で亡くなったかたの生前の様子やこれまでの事などを話し合い、悲しみや喪失感を共有する場を持つことがあります。これをグリーフ(悲嘆)ケアといいます。大切な人を亡くした時の深く複雑な悲しみにそっと寄り添い、想(おも)いを傾聴することで立ち直りを援助します。ご家族だけでなく、関わった専門職員にとっても必要なケアとして注目されています。

グッジョブ! 在宅緩和ケアの体験談

私は世界で一番大切な人を胃がんで亡くしました。彼が最後に選んだ居場所は大好きな家族がいる自宅でした。病院で相談するとすぐに自宅に来てくれる医師・看護師などが決まりましたが、この選択や現実にはつらく悲しいこともあります。10歳と12歳の娘にも全てを見てもらい、大好きな父親とどんな姿であれ一緒に過ごしてほしかった。大変ねと言われますが、残された日々を穏やかにゆったりと過ごしました。

しかしその時は自然な流れの中で訪れました。娘たちも取り乱すことなく、「やっと、父ちゃんラクになれたね」と。みんなやり切ったのでしょう。最期というものは、本人にとっても、残される家族の未来のためにも、とても大事な時間です。在宅にしてよかったと心から思います。

柏市在住
40歳代女性

すごいね柏

わたしの望みノート

2コマ目で在一朗さんが記入している「わたしの望みノート」は、柏市版のエンディングノートです。これからの人生をいかに自分らしく過ごすか、現在の自分の気持ちや想(おも)い、終末期を含めた意思決定を記すノートです。市内のふれあいサロンなどでノート活用のポイントや介護・医療・相続等について考える「ノート記入体験講座」も行われ、延べ1,000人以上のかたが参加しています。家族や周囲の人と、これからについて話し合うきっかけの一つとしてこのノートをご活用ください。

▲わたしの望みノート

問 柏市社会福祉協議会☎7163−7676

次回は… 「あれ？！おばあちゃん、どうしたの？」