

最後のその時のために、 元気なうちから縁起でもない話をしよう

◆人生の最期の迎え方について話し合うことが重要

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。誰にとっても、「今日という日が残りの人生の最初の1日」です。だからこそ、皆さんに考えてほしいのです。もしものときのために、どうするかを。

命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めた

り望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。そこで、自らが希望する医療やケアを受けるために大切に行っていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有

することが大切です。しかしながら、人生の最期に至る軌跡は多様（図1）であり、「どのような最期を迎えるか」という考えも、その過程の中で変化しうるものです。そのため、『人生の最期の迎え方について繰り返し話し合う、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）』が重要です。

◆もしものときの話し合いをしていますか？

町では、医療と介護の両方を必要とする高齢者が、在宅で自分らしい生活を最期まで継続できるように、在宅医療や保健・福祉・介護等の関係者が連携して、包括的・継続的に高齢者を支援できる

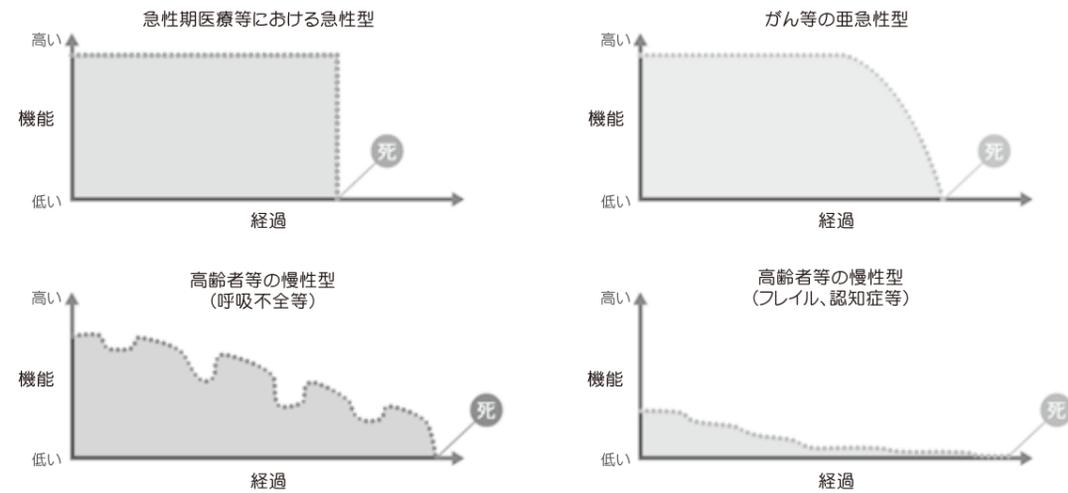


図1 人生の最期に至る軌跡
日本医師会『終末期医療 アドバンス・ケア・プランニング(ACP)から考える』より

連携体制を構築することを目的とした、「在宅医療・介護連携推進事業」に取り組んでいます。今年度の在宅医療・介護連携推進事業では、人生の最終段階において、本人の意思を尊重した支援体制の構築に向け、この取り組みの中で、「人生の最終段階における医療に関する意識調査」を実施しましたので、その結果の一部を報告します。

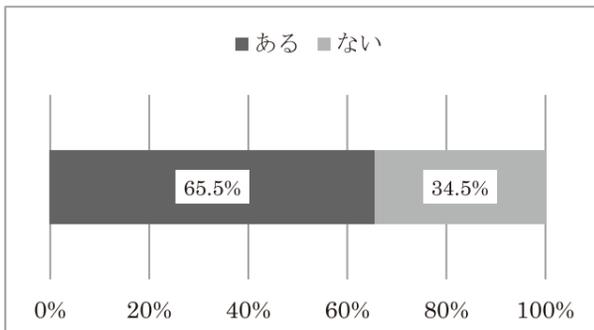


図2 人生の最終段階における医療に関する関心

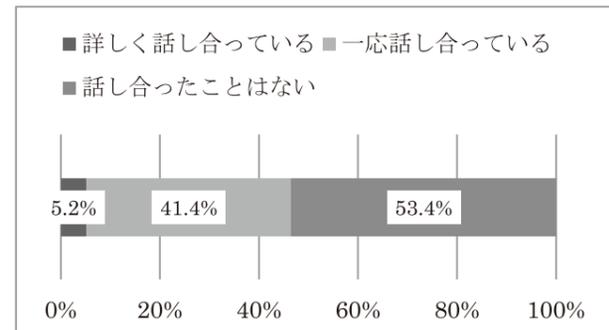


図3 家族等や医療介護関係者等との話し合い

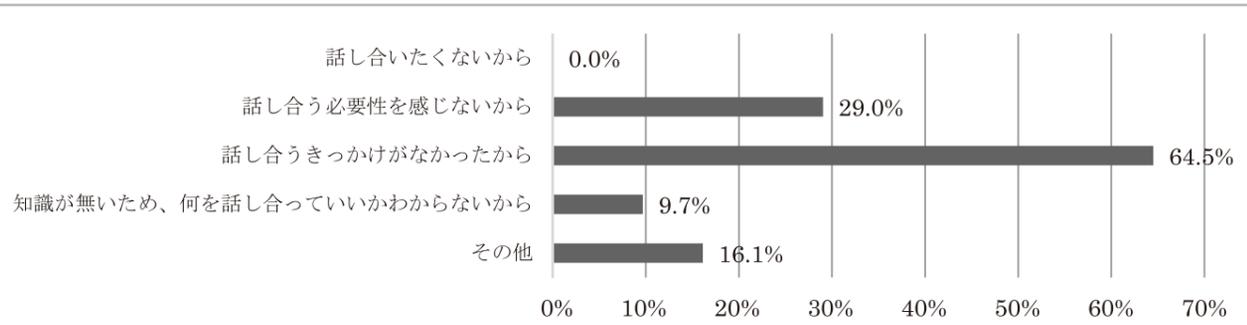


図4 話し合ったことがない理由（複数回答あり）

「人生の最終段階における医療・療養について、これまでに考えたことがある」のは6割以上で、これは「一応話し合っている」を含め半数近くいました（図2・3）。

「話し合ったことではない」と回答した人にその理由（複数回答）を尋ねたところ「話し合うきっかけがなかったから」が6割以上、次いで「話し合う必要性を感じないから」が3割近くいました（図4）。

死の話題を「縁起でもない話」と捉え、避ける人もいるかもしれませんが、しかし最初にもお伝えしたとおり、命の危険が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。人生の最期の迎え方は、元気なうちに考え、周りの人たちに伝えていく必要があります。

本稿をきっかけに、多くの人に人生の最期について話し合うことの大切さを理解して頂ければと考えています。次回からもACPや人生の最終段階における医療に関する話題をお伝えしていきます。（下川町在宅医療・介護連携検討会）

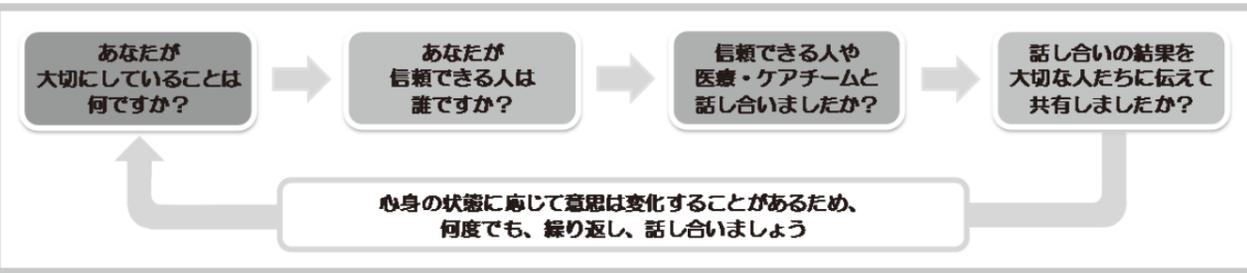


図5 話し合いの進め方（例）

お問い合わせセンター「ハピネス」内
保健福祉課 地域包括支援センター
☎・☆5 | 1 1 6 5 (5局のいいるこ)