

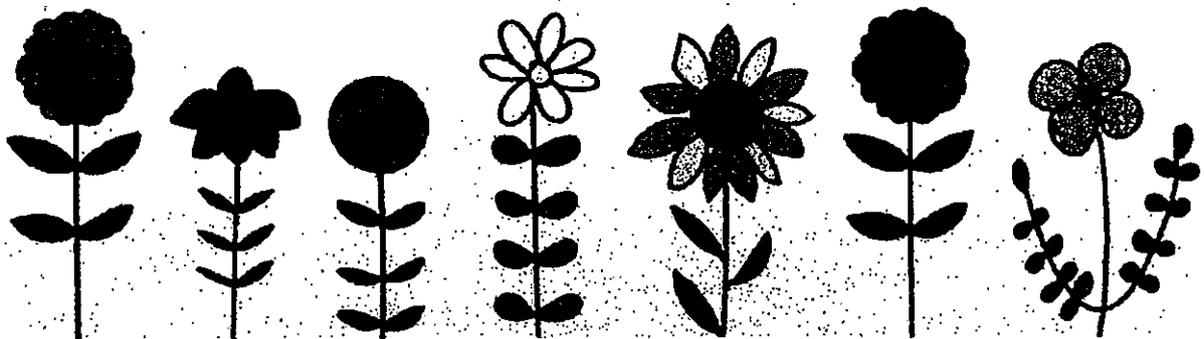
もしものときのために

考えてみませんか？

話しあってみませんか？

今のこと・将来のこと

自分のこと・大切な人のこと



あなたは、もしものことを考えたことがありますか？

人は、いつ命に関わる大きな病気やケガをするかわかりません。しかし、もしものときに受けたい医療や介護について、自分で考えたり、家族と話しあったことがある人は少ないようです。もしものときに慌てないように、元気な時から、家族や大切な人と思いを共有しておくことは大切です。

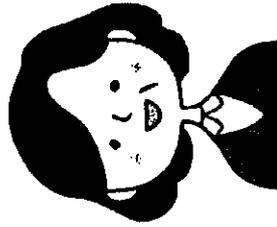
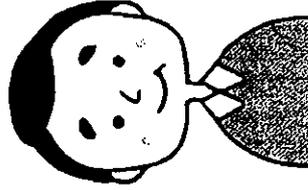
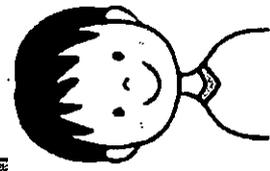
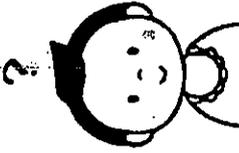
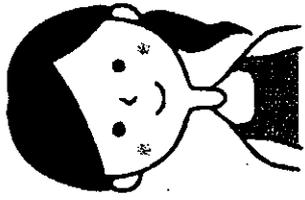
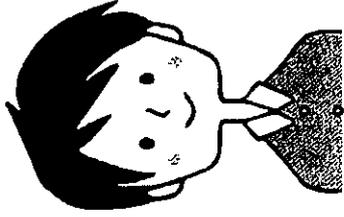
このシートをきっかけに、自分で、また、家族や友人、大切な人と考え、繰り返し話しあってみませんか？

もし、こんな時は…?

✦もし、将来生きることができず、時間が限られてきた時、大切にしたいことはなに？

☆家族や友人と過ごしたい？
☆家族の負担になりたくない？
☆少しでも長く生きたい？
☆好きなことをしたい？

✦もし、将来介護や医療ケアが必要になった時、どこで、だれに、お願いしたい？



✦もし、最期を迎えることになった時、どこで、だれと迎えたい？

✦もし、希望を伝えることができなくなった時、気持ちを代弁してくれそうな人はだれ？

✦もしもの時、受けたくない医療や処置ってなんだろう？

☆自宅？ 施設？ 病院？
☆家族？ 友人？ 介護職員？
☆訪問看護師？
☆かかりつけの医師？



もしものときは、「子の迷惑になりたくない」と思っている親世代がいる一方、「親の思いや希望をできるだけ叶えたい」と思っている子世代も多いのです。

また、親と子の思いが同じでも、その他の家族や友人、医療・介護従事者など周りの人に自分の思いが伝わっていなかったために、思う通りにいかない場合もあります。

気持ちも状況によって変わります。一度伝えたら終わりではなく、気持ちが変わったらその都度、繰り返し話しあいましょう。



【作成】 新潟市在宅医療・介護連携推進協議会

【発行】 新潟市保健衛生部地域医療推進課

在宅医療・介護の区民公開講座(在宅医療・介護連携ステーション西蒲主催)

日時・会場: 令和元年7月10日(水) 10:00~11:40 中之口体育館

参加者: 西蒲区老人クラブ連合会会員 約200名

講師: 在宅医療・介護連携センター 保健師 細道奈穂子

テーマ: もしものときに備えて~知っておこう! 医療や介護のしくみと人生会議~



西蒲区老人クラブ連合会リーダー研修会内で行われた。
参加者約200人。



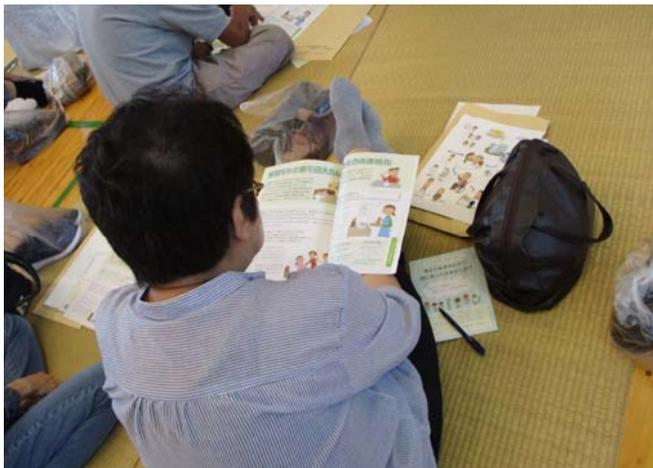
25年前祖母を在宅介護で看取った講師の経験談の話から始まる。
施設にも病院にも行きたくないという祖母の希望を叶えるため、介護保険の無い当時、周囲の力を借りながら、家族で介護を行った。



安定しているうちは本人の好きなところに行ったり、最後の2週間までおむつをすることもなく、ピンピンコロリに近い看取りをすることが出来たが、2つだけ心残りなことがあった。



1つは、亡くなる1週間前に飲んだり食べたりすることが出来なくなって、心配になって鼻から管を入れたこと。
死んだ後に真っ赤になった管を見たとき、さぞ苦しかっただろうと思った。どんな医療を受けたかったか聞いておけばよかったと後悔している。



もう一つの心残りは、自宅で葬式をしたいという本人の希望を家族の意向ですることが出来なかったこと。当時は病人のいる家で葬式の話をするなんて縁起でもなかった。今は時代も変わって葬式の話も自然にできる時代が来ている。



大事なことは昔も今も変わらない。1つ目は「自分の意思や希望を伝えておく」こと。もう一つの「自分」と「家族」はそれぞれが感じたことを。若い人に迷惑をかけたくないという話をよく聞かすが、逆に今まで何も聞いてこなかった家族が、急変時に病院から矢継ぎ早に質問されて即回答を求められる方が負担が大きい。



もうすぐお盆がくる。家族が集まり、話しやすいチャンス。きっかけがないと話にくいという声を受けて、新潟市では「もしものときのために」というシートを作成した。家族が話し合うきっかけづくりにぜひ使ってほしい。



皆さんには、地域のリーダーとして、ぜひ今日の聞いた話を周りに広めてほしい。新潟市ではおきがる座談会というのをやっているのて茶の間などに講師を呼んで今日のような話をする事が出来る。こちらもぜひ活用してほしい。