▶元気なうちから
▶折にふれて
▶何度でも

誰だって必ずそのときはやってくる。

思い通りにからだが動かない・・・
想うように言葉が伝えられない・・・
そのときがいつ来ても、安心できるように。

話し合う・書いてみる

こんなことを伝えてみよう

- これまで大切にしてきたこと・もの
- 日頃から心がけていることや私らしさ
- こんな風に暮らしていきたい
- 不安に思っていること

恋したい！
気の合う仲間と酒が呑みたい
孫の顔が見たい
でっかいアユを釣りたい
明日も畑に行きたい
生まれた土地を見たい
桜が見たい

死ぬときの話なんて縁起でもないわ。
まだまだ元気じゃないか！
元気な今だからこそ、いろいろ話を聞いてほしいのよ。

想いを言葉に『伝える』ことで『つながる』

あなたの想い
家族の想い

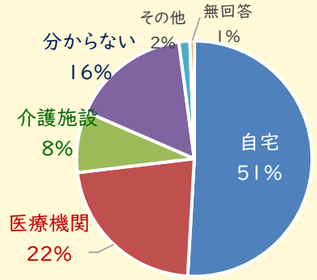
想いを 言葉に『伝える』ことで『つながる』

「将来、自分の気持ちや希望が、誰かに伝わらなくなるとしたら・・・」
いま、だれに、なにを伝えておきたいですか？

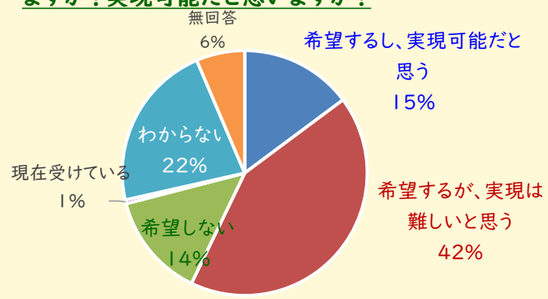
現在、あなたが考える『最期を迎えるとき』、『在宅医療』とは？

～令和元年度 伊豆の国市高齢者実態把握調査より～

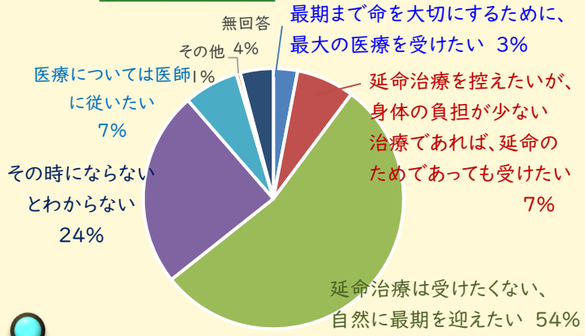
問1 あなたはどこで最期を迎えたいと思いますか？



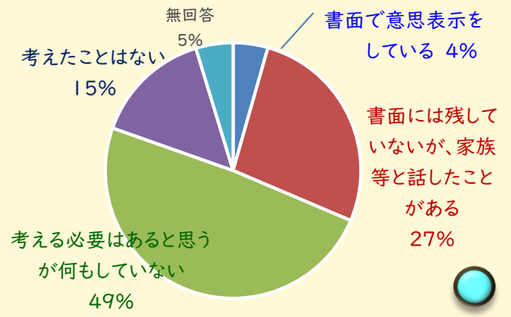
問2 脳卒中の後遺症や骨折などで、周囲のサポートが必要になったり、寝たきりになった場合、在宅医療を希望しますか？実現可能だと思いますか？



問3 自分の病気が治る見込みがなく、人生の最期が迫っているとき、どのような医療を受けたいですか？



問4 人生の最期の場面に受けたい医療について、日頃から考えていますか？



2022年3月 発行：伊豆の国市保健福祉・こども・子育て相談センター 電話 0558-76-8010

こんな声が聞かれました

あなたが考える『最期を迎えるとき』、『在宅医療』とは？

令和元年度高齢者実態把握調査にて『在宅医療に関するアンケート』を実施しました。
『在宅医療』という言葉を「知っている」「聞いたことはある」人は8割を超えましたが「在宅医療を希望するか・実現可能か」という設問では、半数以上が「希望するが実現困難」「希望しない」との回答でした。その理由として「家族への負担」を挙げた方が多数を占めました。

『在宅医療』体制の充実も重要ではあるが、家族の手助けなしではできない。

そのときは、安楽死を望みます。

家で看るのはとても大変。金銭と自分の体力、生活支援（デイサービス）等にもっとお金をみてもらいたい。親の年金だけでは大変だった。

今はまだリアルに感じられないが、今から考えていったほうがいいのでは、と思う。

介護施設で最期を迎えるのはなんだかむなしい気がする。でも子どもがいない場合は仕方ないのかなー

日常から家族の良好な関係を作っておくことが不可欠。

在宅医療に関わって10年以上。訪問看護など利用の制約があって使いづらいことも。スタッフの質の向上と維持に努めてほしい。

デイサービスに父が行きたがらず、母が疲れてしまわないか心配だが、嫁の立場では口出しできず・・・

病院と同じような生活環境が保てないとなかなか決断できない。

在宅医療は本人にも家族にも理想ではあるが、過疎化が進む地域では、子育てにおいても生活においても自力を余儀なくされる。助け合いにおいても厳しい現実があるかと。

家族の負担が大きく、共倒れになりかねない。女性が在宅療養していると、家事が気になってしまうのでは。

介護者の想い

義母の看取り

もしこれが病院であれば、機械の音や急ぐ足音の中であったかもしれません。しかし、母は自宅での毎日の中で、「家族の声の記憶」の中で過ごすことができました。それは、私たち家族にとって当たり前の毎日で、何も特別なことではありません。日々の生活を自然に過ごしていただけのように、今は感じています。（六十代女性）

母の看取り

自宅での看取りは、決して簡単なものではありません。でも源にあるのは「自宅で過ごしたい」という本人の『望み』。その人にとっての幸せを家族が考えられ、意思の疎通が図れること。それは家族としても幸せなことです。本人を囲める満足感・充実感。母を看取るまでの日々は、家族としても『濃い』時間でした。（六十代女性）

だれだって、

いつもの生活が送れなくなるときが来る。
でもそれがいつかなんて、わからない。
もし自分に療養が必要になったら、
どうしたいか、どうしてほしいかを
元気なうちから考えて、
だれかと話し合ったり、
書き記してみるのは、
きっと、いいことですよね。

自宅療養と病院の違いは？

自宅		病院
生活を支える医療+療養	施す	治す医療
自分の生活ペース（あなたの時間）	過ごす	病院のタイムスケジュール
家族や友人にいつでも会える	会う	面会のきまりがある
食べたいもの、なじんだ味・香り	食べる	病院食
さまざまな人たちが協力して、日頃から対応し、もしもの時のために事前から備えます	もしものとき	急な変化に対応

『自宅療養』でできること

想いに寄り添いながら 家での生活を支える人々

かかりつけ医
体調の変化を気づかっています。

歯科医師・歯科衛生士
いつまでもお口から食べられるようにケアします。

ケアマネジャー
状況の変化に応じてサービスを調整したり、お話を伺います。家族の気持ちも受けとめます。

お友達

訪問看護師
日々の体調をチェック！医療的ケアやリスクに備えます。

病院
かかりつけ医と連携。困ったときには入院の相談も。

ご近所さん

民生委員さん

医療ソーシャルワーカー
退院や再入院に関する不安に応じ、サービスを調整します。

薬剤師
お薬を届け、副作用の確認をします。体調の変化を医師に伝えます。

ご家族

管理栄養士
身体に合った食事を提案します。

リハビリ専門職
ベッド上、家の中、外など生活の中でリハビリを行います。暮らしやすくなるようアドバイスをします。

福祉用具事業所
車イス、ベッド、手すり等を身体と環境に合わせて調整します。

ホームヘルパー
そうじ、買い物、入浴、身体を拭く、ごはんを作るなどの身のまわりの支援をします。