

「在宅」という 選択肢

それぞれに必要な処置を
住み慣れた家で

もし、あなたに医療や介護が必要となったとしても、あなたが「あなたらしさ」をそのままです。その「あなたらしさ」を保ち続ける方法は人それぞれ。どんな場面でも、あなたらしさを大切にいくための方法を、自分自身で考えて、家族と話してみてください。そして、その方法のひとつに自宅療養する「在宅医療」があることを知ってください。

「在宅医療」では、自宅などの生活の場に、医師や看護師などが定期的に訪問し、診察や治療・処置などを行います。医療だけでなく、さまざまな介護サービスと併せて利用することで、住み慣れた家で安心した生活を送ることができます。

「おせわになりますありがとうございます」

表情で伝わる気持ち―

末川さん（古奈）



ベッドの周りには工夫された道具がたくさん



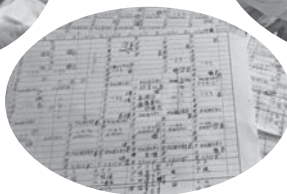
▲処置やリハビリ中でも笑顔や笑い声が絶えません
文字盤で気持ちを伝えます▶

「アイスがおいしい！」

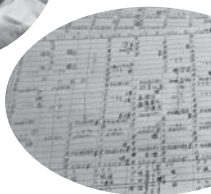
家族と同じ物が食べられる幸せ―

Yさん（古奈）

※意向により、
名前を伏せています



▲治療は診療所とほぼ同じように
◀毎日の記録は今週で54枚目



アイスをもぐもぐ…



笑顔で一緒に歌を

家族の最期を 自宅を迎え

鈴木孝子さん、青崎美代子さんは今年8月、鈴木きよ子さん（孝子さんの義母、青崎さんの母）を在宅で看取りました。同居していた孝子さん、市内に住む青崎さんら家族全員で看取り介護を行いました。



今年4月、きよ子さんの白寿のお祝いとき家族が集まったときの写真
（きよ子さんは前列右端、孝子さんは後列右から2人目、青崎さんは後列右端）

母は施設に入所していると
きから「家に帰る。家に帰りたい」と話していました。その声（声）が耳の奥にずっと残っており、家に一緒に帰ることを決めました。

母が自宅に帰ってからは毎週、医師・看護師・家族で話し合いの場を持ち、これから何をすべきかと説明してもらいました。ありがたかったのは、担当医の先生がいつも背中を押してくれたこと。何も知らない私には、それよりも心強かったです。また、日々の体調の変化に気を落とさず、プラスに考えるようにし、朝を迎えるたびに「お母さん、今日も元気だ」と、笑顔でいるよう努めました。

「看取り」はこれまでの介護とは全く違うものでした。良くなっていくのではなく、死を見届けるためのもの。一人では到底できません。病院ですぐできる処置も、自宅ではそうもいきません。また、いつ終わるかわからない。だからこそ、家族全員で看る

のが「看取り」です。私たちが家族は、前々から「こうなったらこうしたい。そのままでもいい」と話をしていました。

母が自分の部屋で息を引き取ったとき、とても静かに穏やかに、いい気持ちでそのときを迎えたように見えました。その姿は「幸せを感じながら旅立つ」ようで、その表情を見たとき、「この部屋に帰ってきてよかった。家に連れてきてよかった」と心から思えました。

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たように、今は感じています。いつか私たちの番になったときにも、こんな風に過ごしたい。それを母が教えてくれたようにも感じました。

自宅で看取することは特別なことではない
穏やかな日々の生活を当たり前で過ごすこと

鈴木孝子さん（戸沢）

源にあるのは「自宅で過ごしたい」という本人の“望み”でした

青崎美代子さん（田京）

家族で相談し、自宅で最期まで過ごすことを決めてからは「口から食べられなくなったらどうする」「点滴が入れられなくなったらどうする」と、母の状態が変化すること判断を迫られました。そのたびに家族で集まり話し合いました。

今でも一番印象に残っているのは、母が病室から自分の部屋に帰ってきたとき、すごく良い顔をしながら部屋を一周見渡し、とても満足した表情を見せてくれたこと。そのときの表情が今でも忘れられません。「家に帰ってきてよかった」と強く感じた瞬間でした。

医師や看護師・ヘルパー・ケアマネジャーたちが上手に連携をとり、私たち家族を支えてくれました。病院では「点」での関わりでも、自宅では「面」での関わりができたように感じています。

自宅での看取りは決して簡単ではありません。でも、源にあるのは「自宅で過ごす」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、家族としてもとても「濃い」時間でした。