

高齢者実態把握調査の結果より（令和元年12月～令和2年1月実施）

①あなたは「在宅医療」を知っていますか

知っています

12.9%

4.4%

43.1%

聞いたことはある

39.5%

知らない

無回答

②あなたはどこで最期を迎えたいか

考えたことはありません

5.0%

考えたことがある

39.5%

考えたことはありません

55.5%

無回答

③あなたはどこで最期を迎えたいと思いますか。

自宅

1.5%

医療機関

16.4%

介護施設

8.4%

わからない

22.2%

その他

無回答

④自分の病気が治る見込みはなく最期が迫っている

とき、どのような治療を受けたいですか。

0.5%

4.1%

3.0%

7.2%

6.8%

24.3%

54.2%

延命治療は受けたくない、自然に最期を迎えたい

その時にならないとわからない

医療については医師に従いたい

その他

無回答

⑤最期の場面に受けたい医療について、

日ごろから考えていますか。

既に家族と話し、書面で

意思表示をしている

4.4%

4.7%

14.9%

27.0%

49.0%

書面には残していないが、

家族等と話したことがある

考える必要はあると

思うが何もしていない

考えたことはない

無回答

「考える必要はあると思うが何もしていない」が約半数！

アンケートの結果から、「こんな風に暮らしていきたい」などの想いはありながら、それを「誰かに伝え」たり「書き記し」たりしたことのある人は、全体の3割程にとどまっています。

元気なときから・折にふれて・何度でも

自分は「どう過ごしていきたいか」「どんな風に自分らしくありたいか」自分の気持ちを文字にして確認してみよう。

『想い』は“ひとつ”でなくて構いません。どれも間違いはありません。自分の年齢や生活環境の変化など、ライフステージにあわせて『想い』が変化していくことも、当たり前のことです。

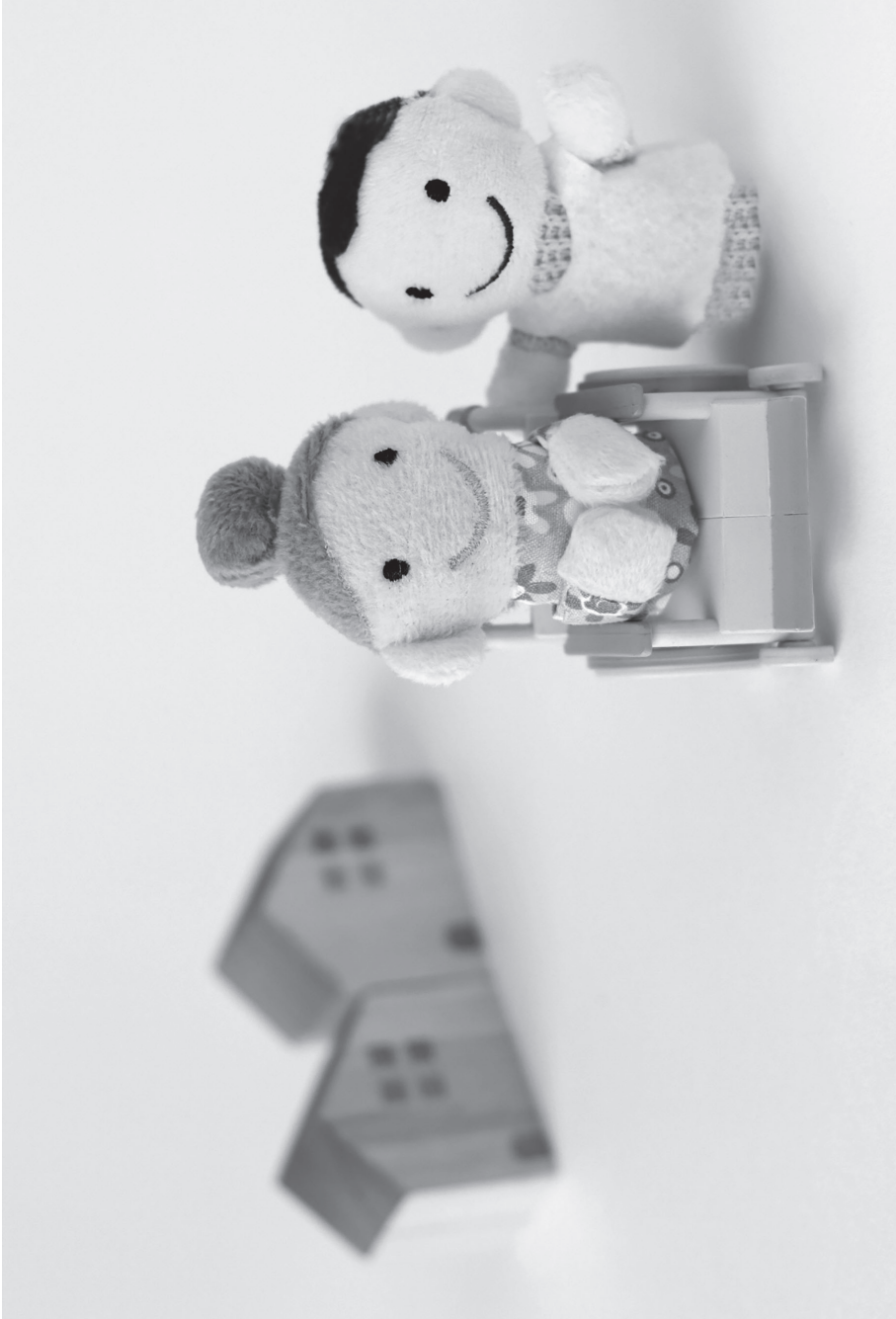
<わたしの覚え書き>



【記入した日： 年 月 日】

今大切にしていること・もの	今不安に感じていること
こんな風に暮らしていきたい	今家族に伝えたいこと
私が思う「私らしさ」とは	今身近な人に伝えたいこと
座右の銘	例) たとえば こんなこと… ・明日もその先も畑に出たい！！ ・大切にしているのは「笑顔」

今は思い浮かばなくても、ある時、ふっと浮かぶことがあります。何度も書き直したり、書き加えたり、自分の誕生日や何かの記念日など、折に触れて、想いを確認していきましょう。



新型コロナウイルス感染症や地震・豪雨などの天災、命にかかわる大きな病気やけがなど、人はだれでも、いつでも、思いもよらなかったことが身にふりかかる可能性があります。そんな時、万が一、あなたが自分の気持ちを話せなかったら…。

年齢にかかわらず、だれでも、“いつもの生活”が送れなくなる時が来ます。でも、それがいつかなんて、わかりません。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、元気なときから考えて、だれかと話し合ったり、書き記してみることはとても重要なことです。前もって話し合うことが、もしもの時に、あなたの代わりにあなたの信頼する人が、治療やケアについて難しい判断をする場合の手助けになります。

「大切にしていること」や「どこでどう生きたいか」「どういう医療や介護を受けたいか」「どんな人生の旅立ちを迎えたいか」、ご先祖様から受け継いだ皆さんの大切な「自分らしさ」について、お盆のこの時期に考えてみませんか？

伊豆の国市の取り組み

市では、療養が必要になっても、できる限り住み慣れた地域で、安心して自分らしく暮らし続けられるよう、地域の専門職や医療機関と、切れ目のない医療や福祉の体制づくりに取り組んでいます。

その中心にあるのは、地域の皆さんです。皆さんが、この伊豆の国市で、「どう過ごしていきたいか」「どんな風に自分らしくありたいか」が大切です。その気持ちを支えるため、多くの専門職が意見を出し合い、お互いの職種について理解し合い、顔の見える関係を構築しています。地域の専門職や医療機関は、地域のみなさんの暮らしをこれからも支え続けていきます。



「入院～退院～自宅まで、切れ目のない支援するための多職種間による連携研修



本人や家族の気持ちに寄り添う支援をする方法を検討する多職種でのグループワーク



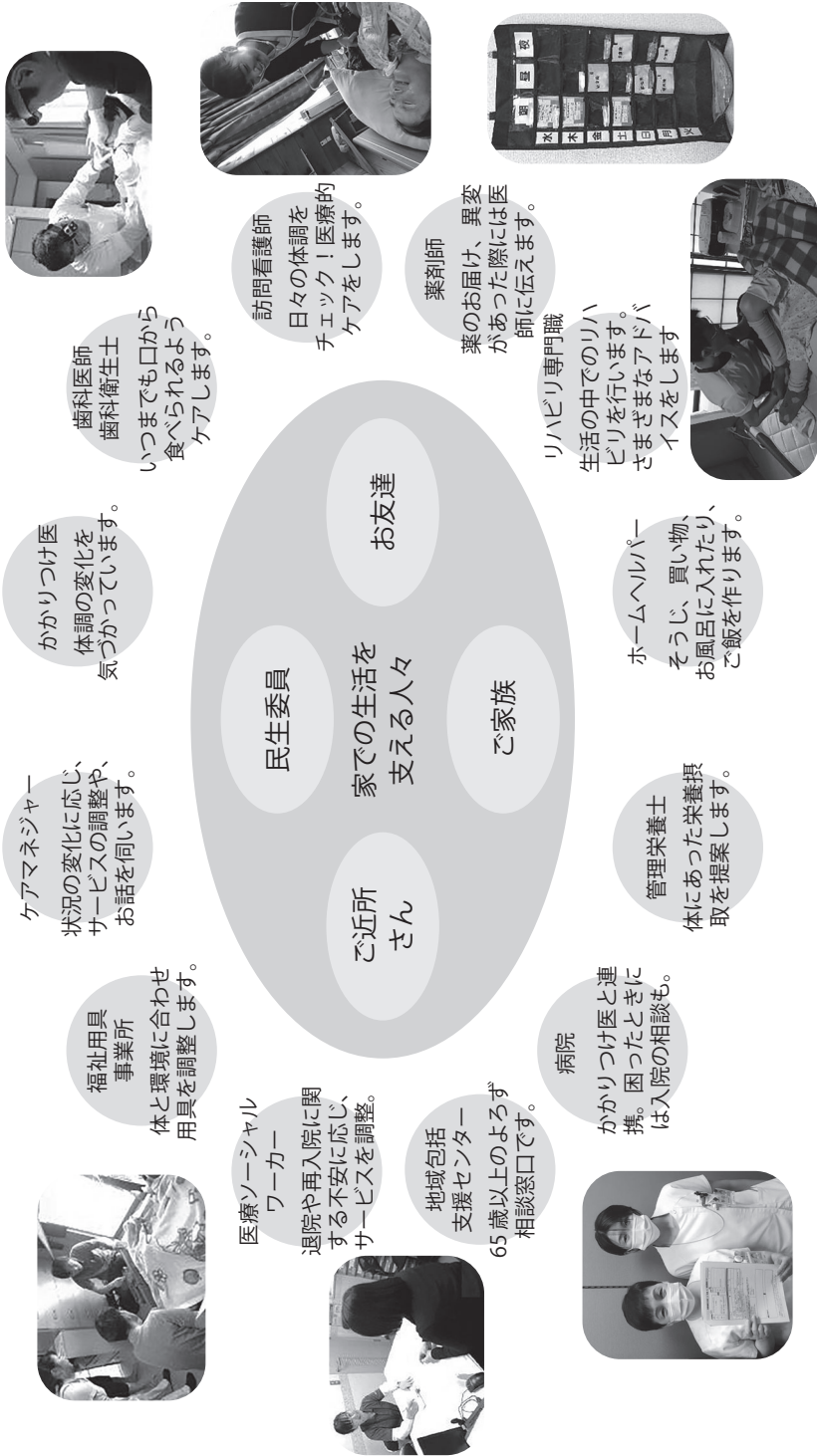
医療と介護の連携のしおり
(令和2年3月作成)



医療機関と地域をつなぐ
情報連携シート

自宅で過ごすとは？～自宅療養でできること～

アンケートの結果から見えた「もしも、その時が来たら、自宅で過ごしたい」という気持ち。それを実現するために、今たくさんの方の専門職の人が地域で活躍しています。



伊豆の国市在宅医療・介護連携推進委員会 ラポールあい訪問看護ステーション・ 訪問看護師 野中美保子さん

私は、自宅で最期を迎える人とそのご家族に必ずかける言葉があります。『苦しかったり、辛かったり、痛かったり、本人と看ている家族が不安でどうしようもなかったり、こんなはずじゃなかった』は、ない。ようにしたいと考えています。だからこそ、ご本人の気持ちを先に聴いておくこと、事前に何度でも話し合うこと、気持ちはそのときによって変わっていくので、状況に合わせて何度でも変わって大丈夫です』と、話させていただきます。

誰もが最期はいい人生だった…と感じ、自分をはじめ、出会った人々に対しても「ありがとう」と言える最期にできるように支援させていただきたいと思っています。



伊豆の国市在宅医療・介護連携推進委員会 順天堂大学医学部附属静岡病院 入退院支援室・看護師長 山下小夜子さん

当院に入院される約半数の人が「急な入院」を強いられる人です。いつなんどき病気を発症するかは誰にも分からないことです。なので、普段の生活の中で、ご家族や身近に居る信頼できる人々へ、病気になった時のご自分の意思を伝えておく事や書き留めておく事が大切です。私たち医療スタッフは、地域の支援者と連携をとり、その意思に添えるように努めていきます。



伊豆の国市在宅医療・介護連携推進委員会 葦山地域包括支援センター

元気なうちに人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）：大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、また、信頼する人たちと話し合うこと）を開催して、ご自分の気持ち・ご家族の気持ちを伝えあえるといいですね。

お互いの気持ちを知ること、より家族の絆が深まるいいですね。



伊豆の国市在宅医療・介護連携推進委員会 おちあい薬局・薬剤師 落合俊介さん

ご本人の希望にどう応え「納得感」を得るのが大切だと思います。ご本人やご家族に「自分で決めること」を押しつけるのではなく、医療従事者はその分野の知識や経験をもとに、いくつかの指針を示してあげることで、通り一遍ではないご本人に寄り添った支援ができるのではないかと考えています。

そのためには、ご本人と医療従事者が、どういう価値観を持っているのかコミュニケーションを取り、お互いに信頼できる関係性を築くことが必要だと思います。



地域のみなさんの暮らしを支える人たちからのメッセージ

想いを言葉に「伝える」ことで「つながる」リーフレット



「つながる」リーフレット
二次元コード