住まいのかたち ④

自宅で最期を迎える

昔は住み慣れた我が家か、家族がともに暮らす場所で最期（死）を迎えるのが、日本ではごく普通だった。しかし、現代医療の急速な発展などから近年は診療、治療の行き届いた病院に入院し、そこで最期を迎える人が圧倒的に多いのようになっている。しかし、余命を全うする。核家族化も進む中で病院で最期を迎えるのが当たり前えている。シリーズ最終回の今回は、「自宅で最期を迎える」がテーマだ。そうした状況でも延命策などを望まず「自宅で」と願う人は、このところ着実に増

最期の覚え書き（エンディングノート）

「もしもの時にどうしてほしいか」――。
最低限の準備として、以下の内容について
自分なりに希望をまとめてみることをお勧めします。

介護・治療

① 要介護になった場合、どこで介護を希望するか （　　）
② 次のうち、希望するものに○、希望しないものに×
（ 胃ろう造設 ・ 延命治療 ・ 疾病の告知 ）
③ 臓器提供について以下の項目に☑、提供を希望する臓器には○
□ 脳死判定に従い、脳死後、以下の臓器を提供
（心臓・肺・肝臓・腎臓・すい臓・小腸・眼球・その他【　　】）
□ 心臓が停止した死後、以下の臓器を提供
（腎臓・すい臓・眼球・その他【　　】）
□ 臓器提供しない
④ 現在お世話になっているかかりつけ医・ケアマネなどの名前・連絡先
（　　）

葬式と墓の希望

① 葬式はどれくらいの規模か【例：家族葬、親族のみ】（　　）
② どの宗派か（　　）
③ 予算（葬式　　）（お墓　　）
④ 喪主は誰か（　　）
⑤ 葬式をする場所 （ 自宅 ・ 葬儀場 ）

遺言的な内容

所有する預貯金・不動産
※法的効力は無いが、家族が困らないように預け先などの情報のみ記載。
（　　）

親族や友人の情報

葬儀のお知らせをしてほしい人の名前と連絡先を記載。
（　　）

遺品の整理

思い入れの深い物で、使って欲しい人があれば、
誰に何を残したいかリストアップ。
（　　）

二十年ほど前、常々口にしていた「家で死にたい」という願いをかなえ、病院に寝たきりだった母親を退院させ、3週間後に自宅で家族皆で見送ったという主婦は「当時はまだ色々な介護サービスなども少なく、医者代わりに子供たちで役割を分担。薬は入院していた病院で調合してもらい、点滴器具なども自宅のベッドに持ち込み、四六時中看護に当たった」という。「退院はかなり強引だったが、母の願いをかなえ、本当に良かった。家族も後悔はしていない」と振り返る。最期を自宅で看取るのに「本人の覚悟」「家族の心構え」がいかに大切かを物語るものだろう。

最近は「こうした願いを出来るだけかなえようという在宅医療体制などの環境整備も、一方で整いつつある」と京都府高齢者情報相談センターの内山貴美子さんは話す。ヘルパーさんによる訪問介護や関係病院と連携した地域の医師・主治医の訪問診療、看護師さんらの訪問看護などのネットワーク、そしてさまざまな専門職の職員がチームを組んで患者さんを診る在宅ケア。その機能は高齢化が進む中で益々大きな役割を果たしている。そこまでのケアはともかく、まずは自分の住む地域にきてくれるお医者さんや看護師さんはいるのか、介護の総合窓口で気軽に相談できる地域包括支援センターはあるのか……など、どんな必要なサービスを受けられるのかなどの情報を日ごろから集めておくことが必要だろう。

こうした流れを受けて、ここ最近、〝最期の覚え書き〟ともいえる「エンディングノート」＝表＝が話題になっている。残される家族のために最期に延命措置や介護、葬儀などの希望のほか、銀行口座やクレジットカードまで必要な項目を加えたものだ。ノートを書くのは高齢者が主流だが、若い人たちの購入も多いという。「万が一のとき、自分はどうして欲しいのか」など、高齢者、若者を問わず改めて一度じっくり考えてみるのも大切なことではないだろうか。

【問い合わせ先】
京都府高齢者情報相談センター
【時間】 9時～16時半
【休み】 土･日･祝日･年末年始
【場所】 京都市中京区
烏丸丸太町下ル
ハートピア京都2階
【電話】 075-221-1165
【FAX】 075-221-1214

連載の最後に

内山貴美子

心身ともにお元気な高齢者が増えてきているのですが、「もしもの備え」を準備されている方は果たしてどの程度おられるのでしょうか。高齢者情報相談センターにも「妻が突然倒れて入院してしまった。通帳の在りかが分からないので入院費が払えない」との相談がありました。同居家族がおられても、「もしもの備え」についてお互い情報を共有できていない場合が多いのではないでしょうか。「まだ若いから、老後のことなんか……。」とよく言われますが、情報収集は元気なうちにしておくのが一番です。テレビや新聞記事、セミナーに積極的に参加したり自分の足で情報をもらいに行ったりして、得た情報を自分で整理し、「自分は一体どこで最期を迎えたいか」「そのためにはどんな準備をしておく必要があるか」「もしもの際には自分はどうしてほしいか」――、この機会にぜひ考えてみませんか。一人で最期を迎える覚悟もできればしておくことも必要ではないでしょうか。