

# さあ、終活を考えよう

## ～縁起でもないことを当たり前のこと～

長野県医師会は11月10日(日)伊那市内の会場に約230人の聴講者を集め、「さあ、終活を考えよう」縁起でもないことを当たり前のこととして話し合った公開シンポジウムを開催しました。長野県医師会岡田副会長と上伊那医師会前澤会長のあいさつに続き、国立長寿医療研究センターの三浦久幸氏による基調講演が行われました。後半は、フリーパーソナリティ武田徹氏の司会進行によるパネルディスカッション。当日の様子はダイジェストでお届けいたします。



長野県医師会副会長 岡田 啓治

### 「人生会議」って知っていますか？ 自分らしく「生ききる」ために

基調講演 三浦久幸氏



国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
在宅医療 地域医療連携推進部長  
三浦久幸氏

「人生会議」が重要であるといいつつ、ドキュメント形式の映像をスクリーン上に映し出します。

終末期の現場で延命治療を望まないご本人と、逆に、可能な限り長生きしてほしいと望むご家族。もしご家族が延命治療を選ばないとしたら、ご本人が望んでいなかったかも知れない。延命治療を選ばなかったら、自分が寿命を短くしてしまったのではないかと、ご家族に自責の念が募ります。

「いずれにしても、残されたご家族にとって大変なストレスになります。」

「ある患者の男性が脳梗塞を繰り返して、ついには口から食べることができなくなりました。そのとき息子さん、最後に父親の大好きなものを食べさせてあげたいか何となくしてほしい、と。そこで料理の仕方を工夫して、何とか食べられるようなカタチにして出したんです。すると、これまでトロミも食べられなかった人が、うなぎだったら食べられたんですね。驚きました。この後、普通にトロミも食べられるようになりました。」

「本人の意思に沿えるか」  
終末期の人間が直面する課題について、三浦氏はいくつかの国内外の事例を交えて話を切り出しました。

本人の思いと死の問題を世界で初めて取り上げた小説、森鷗外の高瀬舟から始まり、スイスの組織、スペインの小説、フランスの映画まで、それぞれの興味深い内容を紹介しながら、世界中のさまざまな国で終末期の生き方が重要なテーマになっていると解説します。

「これまでの医療現場では胃ろうが終養を積極的に使っていました。しかし、それで良かったのか、どのような人生がご本人にとって大事なのか。実際、胃ろうなど人工栄養法の導入について、高齢者専門ドクターの約8割がその方針決定に困難を感じています。その悩みの一番の理由が本人の意思が分からないから。」

「自分の思いを伝える重要性」  
三浦氏は人工栄養法を施す病院での看取りが増えてきた歴史的背景や病室による終末期の違いについても、表を見せながら丁寧な解説を加えています。さらに、地域包括ケアシステムについての解説を展開します。

いま暮らしている生活の場、医師や看護師、歯科医師、薬剤師が訪問し、医療を提供する在宅医療。さらに生活支援や介護予防などを整えた、地域包括ケアシステムの実現を厚労省が目指している、とのこと。

「地域包括ケアシステムは専門職の方と皆さんと一緒に作っていくもの。そのためには、皆さんも自分の思いをしっかりと固める必要がある。」

「合意」を得るまで  
「ご本人の意思を残すための方法として、日頃から考えていることをエンディングノートにまとめておくことを三浦氏は薦めています。また、ご家族はもう一人、医療の専門職の方とじっくり話し合うことで内容を一緒に決めたほうが良いと続けます。」

「厚労省のガイドライン」  
こうした人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスについて、厚生労働省によるガイドラインが紹介されます。

第一は、本人の意思が確認できる時は本人と一緒になんか話して延命治療をするかどうか決めていきます。第二は、本人の意思が確認できなくても、本人の思いを知ることができたら、その代弁者としての家族がいれば、その代弁者としての一緒に話していきましょう。第三は、本人の意思が推定できない場合、みんなで話し合います。しかし、これが大変な問題を抱えてしまうことになるのです。

「ご本人の意思を残すための方法として、日頃から考えていることをエンディングノートにまとめておくことを三浦氏は薦めています。また、ご家族はもう一人、医療の専門職の方とじっくり話し合うことで内容を一緒に決めたほうが良いと続けます。」

## 人生会議で話し合うべき大事なこと

パネルディスカッション

〈コーディネーター〉  
フリーパーソナリティ 武田 徹氏

〈パネリスト〉  
伊那訪問看護ステーション 野溝 敏子氏  
上伊那医師会会長前澤病院院長 前澤 毅氏

駒ヶ根市役所 地域保健課介護予防係長 浜 達哉氏

武田 今日、私が患者さんとなって、自宅で最期を迎えたいという立場から、皆さんのお話を伺いたいと思います。まずは前澤さん、グループで連携強化型の在宅医療をされているとお聞きしています。



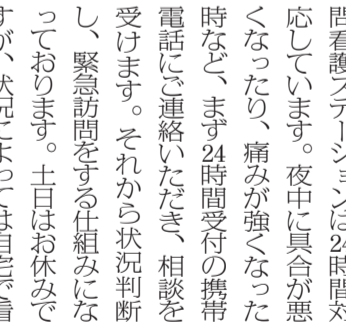
前澤 大丈夫です。いま、うちの7つの病院でチームを組んでおり、ベッドを持っている病院では、いくつかのベッドを必ず開けておきます。チームの先生方から依頼があれば、まずは患者さんに入院していただき、その中で今後回復の見込みがないような場合や、ご本人ご家族の希望があれば在宅看取りへの移行も可能です。

野溝 寸劇は分かりやすく、いいですね。さて、次は野溝さん、訪問看護師の対応ですが、やはり夜中に呼んでも大丈夫なのではないでしょうか。

武田 例えは、夜中であっても先生方は来て下さるので大丈夫か？

前澤 武田さんが急に具合が悪くなったとき、まさか、かかりつけの先生に連絡を取られると思います。万が一、その先生が何らかの事情で回えなくても、連携をとっている医師が武田さんのお宅に伺わせていただくという形が取れます。

前澤 可能です。常に患者さんの状態をチームで共有していますので、何かあったときにもすぐ対応できます。武田さんがご希望である先生に看取ってほしいと言われた場合、その先生



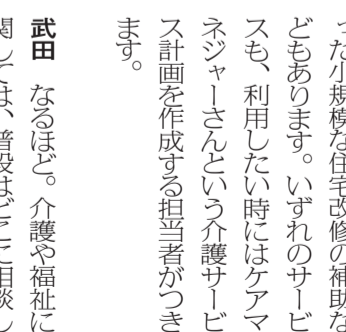
野溝 大丈夫です。私たちの訪問看護ステーションは24時間対応しています。夜中に具合が悪くなったとき、痛みが強くなった時など、まず24時間受付の携帯電話にご連絡いただき、相談を受けられます。それから状況判断し、緊急訪問をする仕組みになっております。土日はお休みですが、状況によっては自宅まで取りをされる方もいらっしゃいますので訪問しています。また、排泄のケア等必要な方には、平日と少し内容は変わりますが、祝日も訪問しております。

武田 早い段階から、というのがポイントですね。最後に、三浦さんからの一言をお願いします。

前澤 医療者と介護職の顔が見えるような関係をつくらう、という組織づくりを、駒ヶ根市がしてくださっていて、患者さんの情報を広く共有できるようにしました。それとともに我々有志で多職種連携の「フラットな会」というのを立ち上げて、今年の7月に約160名ほどの多職種の方々に前に、人生会議の寸劇をさせていただき、非常に好評でした。公民館でも多目的ホールでも出向いて公演しています。皆さん、ぜひ、お声掛けください。

武田 心強いですね。今回は、行政の方にも来ていただきまして、駒ヶ根市役所の浜さん、介護保険についてお話を伺いたします。

武田 なるほど。介護や福祉に関しては、普段はどこに相談したら、よゆいのでしょうか。



武田 本日は皆さん、人生会議についての理解を深められたのではないのでしょうか。これからクリスマス、お正月と家族全員揃う機会が多くなります。そのときに、ぜひ、この人生会議の話をしていただき、話し合いたいと思います。

浜 まずは、お住まいの市町村役場で要介護認定の申請をしていただき、要支援または要介護状態と判定されたら、介護保険サービスを利用することができ、介護保険の在宅サービスには訪問看護や訪問介護といった訪問サービスやデイサービスなどの通所サービスも、施設への短期入所も含まれています。

武田 非常に重要な話ですね。三浦 前半の私の少し深刻な話を、武田さんが非常に明るい話題にしていただきありがとうございます。また私が思うには、特に長野県は訪問看護が大変充実している県でございます。全国的に見ても、在宅医療については非常に懐の深い、1位2位を争う先進地だと思います。ぜひ、今日のお話をきっかけに、まずは寸劇を呼んでいただい

三浦 前半の私の少し深刻な話を、武田さんが非常に明るい話題にしていただきありがとうございます。また私が思うには、特に長野県は訪問看護が大変充実している県でございます。全国的に見ても、在宅医療については非常に懐の深い、1位2位を争う先進地だと思います。ぜひ、今日のお話をきっかけに、まずは寸劇を呼んでいただい



三浦 前半の私の少し深刻な話を、武田さんが非常に明るい話題にしていただきありがとうございます。また私が思うには、特に長野県は訪問看護が大変充実している県でございます。全国的に見ても、在宅医療については非常に懐の深い、1位2位を争う先進地だと思います。ぜひ、今日のお話をきっかけに、まずは寸劇を呼んでいただい