



【ご本人の療養経過】
 平成30年に難病とがんが見つかり、専門病院で治療を受けられた後、兵庫医科大学ささやま医療センターに転院。令和4年3月に退院して在宅療養に戻られた後、6月に永眠されました。

「ええ人生やったなあ」

〜最期まで、本人の希望を叶えるために〜

松本 ご本人はどんな暮らしをしたいとか、お話しされましたか。
ケアマネジャー 入院や短期入所は拒否されていましたね。相撲観戦や阪神・ロッテの応援、リビングで新聞を広げて読むなどの普通の日常がこの家になりました。
松本 家に帰ることになったときはどんな様子でしたか。
訪問看護師 最初は声掛けしても反応はありませんでしたが、お家に帰ってからは顔の表情が全然違い、別人だと思ってしまうほど、

すてきな表情でしたね。
家族 訪問看護師の皆さんが、いつもカレンダーに明日の朝は何時何分、お昼や夕方は何時何分に来てくれることを書いて帰ってくれていたんです。私がかまでやれば、後はスタッフの皆さんが来てくれてやってくれている。そういう安心感がありました。
ケアマネジャー 家という当たり前の日常がある自宅に、頼れる医療スタッフさんが来てくれる、相談もできることがすこ

く心強かったと思います。
松本 ご本人が帰ってきてよかったなあと思って思われるエピソードはありますか。
訪問看護師 ご本人ははつきりしゃべれないけど、今まで支え合っていた関係ができてきたことが嬉しかったです。
家族 これをしてあげればよかったということはなく、悔い

はありません。主人も同じ気持ちだと思えます。
松本 ご本人は弱音を見せられたことはあるんですか。
訪問看護師 途中で、何回かデイサービスに行ってもらうことがあり、その時は本当は行きたくないなと思っていました。奥さんのために行きましょうって言ったなら、何とかうなずいてくれて、その間に奥さんは自分の用事ができ、すごいバランスよく生活ができたと思います。
家族 私はテニスにも行かせてもらってた。テニスに誘ったのは主人で、以前から一緒にプレーしていました。私が帰ってきて、テニスの話をするとうれしそうに聞いていました。
訪問看護師 奥さんが介護者、ご主人が要介護者という感じではなくて、奥さんは畑作業もしているし、趣味は続けられている。普通はお家に寝たきりの方がいらしたら、ひきこもりのような感じになります。でも、そのまま生活されているのがすこくよかったです。
松本 本人の思いをそれぞれの支援者が聞いて、信頼できるチームや仲間が共有できたことで、ご本人も奥さまも「ええ人生やった」と言えたのだと思います。

INTERVIEW

人生の引継書

「わたしの大事をつなぐノート」を準備された、
 和田幸子さん。
 なぜ書かれたのか、その思いを和田さんと、
 その支援をされている兵庫医科大学ささやま
 居宅介護支援事業所の前田亮子さんにお聞きました。



和田幸子さん(左)、兵庫医科大学ささやま居宅介護支援事業所・前田亮子さん

高齢者大学で「わたしの大事をつなぐノート」が配布されていることを知り、自分の意思をしっかりと伝えることができるうちに、ノートに情報をまとめられた和田幸子さん。
 ノートの前半は、これまでの人生を振り返って今まで生きてきたことがつづられ、後半になると大きな病気を患った意識がなくなったこと、さらに自分が亡くなった後の葬儀やお墓、相続のことなどにもふれられています。和田さんは、「最後まで見たときに、何か悲しくなりませんでした。こんなことを考えないといけないのかと思いついて書きました」と話されます。
 「和田さんは記入しながら、楽しいことやつらかったこともあったと思いますが、『思い出すのは結構楽しいなあ』と昔のことを振り返っておられました。私は、和田さんが要介護の状態になってからのことしか知らないもので、昔、こんなことをされていたということが分かりました。聞かせてもらったことは、今後の関わり方に生かしていきたいと思えます」と前田亮子さんは話されます。
 1日に少しずつ記入して、ようやく書き上げたノート。和田さんは「私は人生の引継書ができて、安心しました」とこり。

一方、前田さんも「私も安心しました。もし急にお家で何かあったときには、こうして文章にしておけば、誰にでも伝えられるのかという、段取りができます。また、こうなったときにはこうするっていうことが、きちんとノートで、誰でもいつでも見られる状態にできたので、よかったです。最後に、「自分の大切な人のことを思うなら、今のうちに思いを伝えておいてもよいのかもしれない。いつ万が一の事が起きてもいいから、人生は本当に分かりませんから」と、その思いを話されました。

わたしの大事をつなぐノートをご活用ください

このノートは、これまでの人生を振り返り、これからどう生きたいのか、どう過ごしたいのか、大切に生きてきたことや物を大切な人に伝えるために書き留め、普段から自分の思いを家族や信頼できる人と話し合う(人生会議)ための道具として、丹波篠山市が作成しました。



市民フォーラム

丹波篠山市在宅医療介護連携事業 「ええ人生やった」と言える日のために

～ 私らしく生きて逝くための話し合い(人生会議) ～

とき	11月26日(土) 14:00～16:00	内容	【第2部】対談 テーマ:「ええ人生やった」と言えるその日のために…
ところ	丹波篠山市民センター	登壇	家族、ケアマネジャー、訪問看護師、病院相談員
内容	【第1部】講演 演題: 私らしく生きて逝くための人生会議 講師: 兵庫医科大学ささやま医療センター 片山覚病院長	問い合わせ	長寿福祉課 ☎552-5346