

いわきの地域包括ケア、いごいでます。

Magazine for Iwaki Masters



いごく vol.1  
TAKE FREE

# いごく

特集  
在宅療養

やっば、  
家で死うちにてえな！



やっば、  
うち

# 家で死にてえな！

皆さんは、自分の親の最期をどこで迎えて欲しいですか？

自分の人生の最期を、どこで迎えたいですか？

医療の発達で、長寿を楽しむこともできる日本社会。

いかに老いるのか、の選択肢は豊かになっていますが、

日本人の大多数が、病院で最期を迎えるようになっていきます。

近い将来に訪れる「多死社会」を前にしながら、

私たちは、いかに死ぬのか、の選択肢をほとんど知らないのです。

今回の特集は在宅療養。

私たちの最期の迎え方について考えます。

父ちゃん、母ちゃんの最期をいかに迎えるか。

その問いの先に見えてくるものとは。

家で死にたい  
でも死ねない！！



興味深いデータを紹介します。「終末期医療に関する意識調査」のデータです(図1)。末期がんであるけれども食事はよく摂れ、痛みもなく意識や判断力がしっかりしている方、人生の最期をどこで過ごしたいかを聞いたところ、実に7割以上が「自宅」と答えている。そんなデータです。別の意識調査では、高齢者の皆さんに「介護を受けたい場所」について聞いています(図2)。もっとも多い答えが「自宅」でした。これらのデータは、終末期のがん患者や介護の必要が高齢者の多くが自宅で介護を受け、自宅で亡くなることを望んでいる、ということを示しています。

ところが、「日本人の死亡場所推移」(図3)を見てみると、実に8割近い方が病院で亡くなっています。病院とは「医療行為」や「治療」をする場所、つまり「治療を終えたら出るところ」のはずです。しかし、多くの日本人にとって、病院が「生活の場所」や「死に場所」になっているのです。自宅で最期を迎える人は全体の22%程度。いわき市に至っては平均以下で、福島県内でも低い値です(図4)。多くの人が望んでいるのに、自宅で死ぬ人ははかかなり少ない。これが社会の実情です。

ではなぜ、多くの人が望んでいるのに自宅で死ねないのでしょうか。22年前から在宅医療、つまり家で最期を迎えるための医療を推進してき

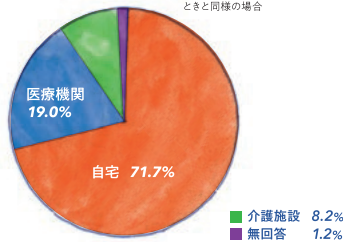
た、いわき市平「山内クリニック」の山内俊明先生は、「医療の発達にともなって、多くの方を延命できるようになったことで、病院は余生を過ごす場所として認識されるようになりました。家で最期を迎えるという発想のものがなくなってしまったのかもしれない」と現状を語ります。

「日本人の死亡場所推移」(図3)を見てみると「目撃照」の20年あまりで、家で死ぬ人と病院で死ぬ人の割合は完全に逆転しています。山内先生は「親のために先進的な医療を施してあげたいと思うのは自然なこと。病院にいたほうが安全だと感じる家族が多いのも理解はできる」と言います。しかしその一方で、「病院がいいと思っているのはご家族の気持ちであって、ご本人の気持ちではないかもしれない。残された余生をずっと病院の天井を見て過ごすか、慣れ親しんだ自宅で家族や思い出とともに過ごすのか。どちらがポジティブな生でしよう。社会全体で最期の選択肢を広げるタイミングにきているのではないだろうか」と問いかけます。

少子高齢化の次に訪れるのは「多死社会」とも言われます。団塊の世代の多くが後期高齢者となり、やがて一気にこの世を去る一方で、福祉や医療の若い担い手は減ってきています。病院や施設に入ることがベストだという考えだけだと、医療福祉の現場はより過酷になり、「できるだけ自宅で死にたい」と考えている人たちの思いは、さらに遠いものになってしまふ。しかしながら、介護をする家族にも不安はつきものです。仕事しているから難しい、専門的な知識がないから怖い、自分たちの生活だけで手一杯、そのような現実もまた存在しています。

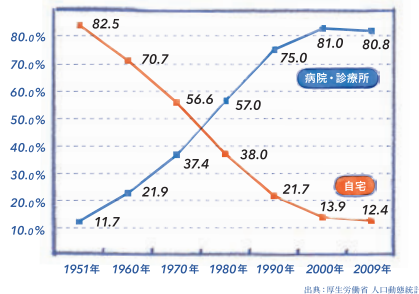
次ページへつづく

図1 終末期医療に関する意識調査  
人生の最期を過ごしたい場所



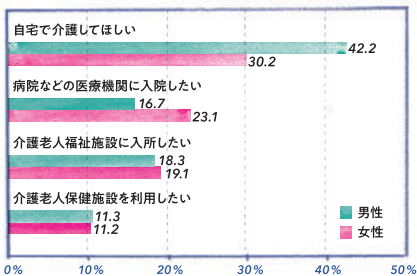
末期がんであるが食事はよく摂れ、痛みもなく、意識や判断力は健康なときと同様の場合

図3 日本人の死亡場所推移



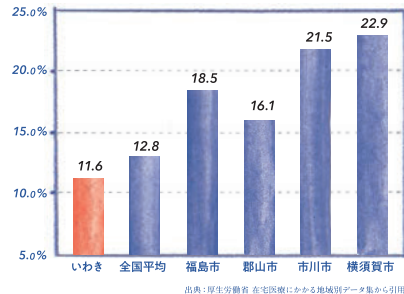
出典：厚生労働省 人口動態統計

図2 介護を受けたい場所 (上位抜粋)



出典：国府 高齢者の健康に関する意識調査(平成24年)

図4 いわきと、他都市の自宅死亡の比較



出典：厚生労働省 在宅医療にかかわる地域別データ集から引用



取材・文・写真 小松理彦

## 本人が希望する最期を

そこに一石を投じようというのが在宅療養。訪問医療、訪問看護、訪問リハビリなどのサービスを通じて、後期高齢者や終末期患者の面倒を自宅で見ようというので、最終的には家で看取ることを目指します。自治体や病院にとっては過度な負担を減らすことにつながり、多くの人のための「家で死にたい」という希望を叶えるサービスでもあります。

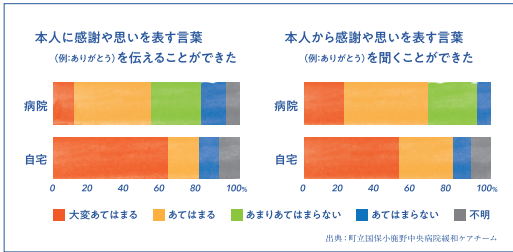
いわき市でも、家族の負担を減らすため、医師や看護師だけでなく、薬剤師、栄養士、歯科衛生士、リハビリの専門職やヘルパーなどが連携し、患者や高齢者の自宅を訪れ、サービスを提供する体制ができあがっていました。

在宅といっても、既存のリハビリ施設も併用します。宿泊のできる「ショートステイ」や、通うタイプの「デイサービス」、その両方の特性を併せ持つ「小規模多機能型」という施設もありました。いずれも、生活の拠点を自宅に置いてもらうので、その人に合った医療福祉サービスを提供するための場所です。一般にはケアマネージャー（ケアマネ）と呼ばれる人たちが、ご本人やご家族の経済状況なども考慮しながらサービスを組み立て、望まれる最期を迎えべく方向づけをしていくこととなります。

「以前に比べると、在宅に理解のある医師や看護師も増えてきて、在宅のクリニックだけでは大変ですが、同じ問題意識を持つ医師や看護師が連携することで、スピーディな対応ができるようになってきました。地域全体で横のつながりを深めていくことで、在宅療養という選択を広げていきたいと思っています」（山内先生）

遊びにきたりしてね、ばあちゃんの周りぐるぐる走り回って、ばあちゃんもうれしそうで、私のほうが「ありがとう」って言うだけじゃなくて、ばあちゃんのほうからも「ありがとう」って言ってもらえて、最期は孫やひ孫にも聞かれて、すーっと亡くなったんです。

一つの調査結果があります。ガンで看取りを経験した50人に、家族同士で感謝の気持ちを伝え合えたかどうかを聞いたものです。自宅で見取った人たちのほうが赤い色「大変あてはまる」の割合が多いことが分かります。自分の死が身近に迫っていることを知ったうえで交わす家族同士の「ありがとう」それはまさに「人生の全肯定」ではないでしょうか。



山内クリニック 山内俊明先生

## 介護を通じて 人が生きること学んだ

いわき市平に暮らす片寄八恵子さんは、今年の六月、96歳になる母、小松シテさんを家で看取りました。病気をほとんど診ることがなかったシテさん。昨年十月初めに体調をくずしてしまいましたが、在宅介護でシテさんとともに最期の時間を過ごしました。

「以前から在宅介護の方向で考えていたのですが、母の最期の時間を共に過ごす事になりました。三食どうすれば食べてもらえるのか、日々考えながらの介護でしたが、主人や皆さんの協力もあり、最後までともに自宅で暮らすことができました」（八恵子さん）

シテさんの介護を計画したケアマネの鈴木美都子さん。「在宅は家族とのコミュニケーションの時間があり、状況に応じて方針を決められるので、家族の意向を叶えやすい面があります。シテさんの場合も、食事をどう摂るのか、流動食が、胃ろうまでやるか、最期をどう迎えるか



左から鈴木聡子さん・片寄八恵子さん・鈴木美都子さん

という方針を家族で決めることができました。家族の選択と納得があること、これが在宅のメリットです。

訪問看護師としてシテさんを見守った鈴木聡子さん。「八恵子さんは本当に頑張っていました。しゃべって、とにかく体をこまめに拭いてあげたり、食事を考たり、点滴の対応なども学んでくれました。病院ではなく自宅でゆつくりと過ごすことができますというのはご本人の心安らぎに繋がります。シテさんが最期を苦しまずに亡くなったのも、八恵子さんの介護があったことだと思います」。

シテさんが亡くなった後、取材はいえケアマネと看護師と家族笑顔で思い出話がありました。チームで見守るからその光景です。「訪問診療の岩井生をはじめ、多くの皆さんに母の世話をして頂きました。私の思いを聞いてもらい、私のほうが支えられていたのかもしれない。いろいろな方と出会うことができ、たくさんのお思い出がありがとうございました」と八恵子さんは笑顔で介護を振り返りました。

## ありがとうを ちゃんと伝えられた



今江正行さん・弘子さん

笑顔で介護を振り返ってくれたのは、いわき市内郷の今江弘子さん。昨年、100歳になった母、チヨ子さんを家で看取りました。介護は大変でしたかと思うと、笑顔で「大変だったけど、在宅で150日長かったと思います」とひとこと。そんな今江さんが在宅でよかつたと思う最大の理由は「家族とともに過ごす時間があつたこと」でした。

「感謝を伝えることができたのがよかつたです。母を抱きかかえて母ちゃんありがとう。そして母は「おまえのご子、置いていってねえ」と泣いて泣いて（笑）。母のほうへ涙をすりつけたら、抱きかかえたり。病院じゃあこんなことできません。夫や職場、山内クリニックさんをはじめ、皆さんの協力があつて家で看取ることができました。本当に感謝しています」。

旦那さんの正行さんの言葉が印象的でした。「ばあちゃんが寝るときも、わたしの孫が

## 死を タブー化してはいけない

これまでも多くの死を見守ってきた山内先生は、次のように語ります。「重要なのは、本人の意思があるときに家族とともに話しておくことです。医療が発達しても、必ず老いや死があります。何かの拍子に突然認知機能が弱まったり、病気を患って意思を確認することができなくなってしまう前に、どのように最期を迎えたいのかを考える機会を持つ。それが、生をより濃密にしてくれると思います」。

「家族の死を考えることは辛いけれども、いかに死を受け入れていくのかは、結局のところ、いかに生を充実させるかという問いなんです。在宅という選択肢もあるんだというのを念頭に置いたうえで、最期の瞬間をどう迎えるのか、そして、いかに生きるのかを考えてもらえたらいいですね。家族にとって、大事な対話の場になるはずですよ」。



わたしの想いを つなぐノート (わたしノート)

家族の最期をどう設計していくのか。家族で話すきっかけにしたいと、いわき市と医師会では共同で「わたしノート」というものを発行し、病院や施設などで配布しています。なかを聞くと、いざというときの延命治療を望むか望まないか、どのような治療なら受け入れるかなど、自分の意思を記入できるようになっています。

介護が発達し、安心して暮らすことができるようになった今だからこそ、改めて、老いや病死をいかに捉え、いかに生きるのかという問いを取り戻さなければいけないのではないのでしょうか。家族を家で看取ることのできる社会は自分も望んだ場所で最期を迎えることができる社会でもありません。「やっぱ、家で死にたいな」。誰かのそんな本音は、私たちの社会が、死に方、そして生き方を見失っていることへの警鐘なのかもしれません。











片寄 清次 Seiji Katayose

いわき市勿来町生まれ。菓子職人。「菓匠 梅月」店主。久之浜・大久地域づくり協議会初代会長。菓子職人として日々ものづくりに励む傍ら、地域の歴史や文化から地域をつくる活動を長年続けてきた。



## 老いの魅力

The charm of old age

「学び続ける者はいつまでも若い。人生で一番大切なことは、若い精神を持ち続けることだ」(ヘンリー・フォード)。  
第一線の表現で、老いの魅力を追いました。

写真 / 丹英直 スタイルリング / 茅野友希



丹英直 Hideno Tan

広告制作会社勤務後、NY・ニューヨークで写真家に師事、そして独立。10年滞在後帰国。雑誌や広告などで活躍中。趣味はオートバイ、釣り。



茅野友希 Yuki Chino

SLUNDRE トップスタイリスト。業界紙やファッション誌 (ar, VIVI, InRed, CUTIE, CHOKI CHOKI, Zipper, Soup, mina, mini, 他) のヘア企画に携わる。





菅野 豫 Yo Kanno

いわき市小川町生まれ。ヨガインストラクター。週に一度、小川町のつどの場にて体操講座を開講。趣味は旅。これまで世界各地を訪れているだけでなく、インドに赴くなどヨガの研究にも余念がない。







門脇 貞夫 Sadao Kadowaki

1980年代後半、福島県いわき市に移住。いわき市観光使節（サンシャイン大使）。自宅では、在宅時にそれを示す手製の旗を掲げている。2017年、いわき市市政功労者表彰受賞。コメディアン。芸名はケーシー高峰。