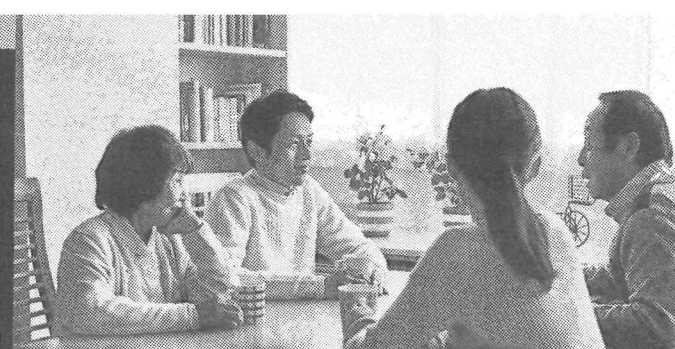


理想の最 家族

期を迎える ための 会議の開き方



「こんな場所で死に
絶対に延命治療は

たくなかった」「ひとりで最期を迎えるなんて
したくない」^{ほか}後悔しないためにやっておくべきこと

かつて「死の場所」は自宅が圧倒的だった。医療技術の発達とともに、いまや病院や施設で迎える最期が一般化している。しかし、生き方が多様化する時代、死に方も多様化されるべきだ。自分はどうのような最期を迎えたいか、そのためにはどんな準備をしておくべきか——理想を叶えるための近道は家族会議にあった。

「母は介護が必要になったとき、家で過ごすことを希望していました。でも、当時、仕事も子育てもしていた私はそれを叶えてあげられなかった。せめて最期は自宅で……も思っていました。結局どんな準備をしていたのかわからないまま6年前に病院で亡くなりました。介護施設で体調が悪くなり、入院した病院でそのままです。」

頻繁に面会に行っていましたし、最期に立ち会えたことは本当によかったけれど、もっとできることがあったのではないかと後悔しています。

こう話すのは都内に住む本田洋子さん（62才・仮名）。2年前に仕事を退職し、自宅や実家の整理をする時間ができたことで、ふと自分の最期に思いを馳せ、同時に母の死に際を思い出すという。

があり、自宅での最期を希望しても叶わない人は少なくありません」（堀尾さん）

代わりに増えているというのが、ホスピス型の住宅やナーシングホームといった高齢者施設への入居だと堀尾さんは続ける。

「看護体制が厚く、看取りまで行ってくれる施設で、本人や家族が希望するケースも多いです。急性期の病院を退院してどこに行くかというときに、病院側から提案されることもあると思います。」

こうした傾向について、シニアの暮らし研究所代表の岡本弘子さんは「施設での看取りの経験値も高くなっている」と指摘する。

「やはり自宅で最期を迎えると、体制を

「2才上の夫の姉はお姑さんと一緒に住んでいます。看護師だったこともあって在宅介護の情報なども豊富で、ケアマネジャーさんなどに頼りながら、お姑さんはいまも自分の家に暮らしています。その話を聞いたに、母への申し訳ない気持ちと、一方で自分も子供には迷惑をかけずに死にたいといういろいろな気持ちがあります。」

**自宅で死にたい
でも、死ねない**

コロナ禍を経て、自宅での最期を望む人が増えていると言っているのは、めぐみ在宅クリニック院長の小澤竹俊さんだ。

「新型コロナウイルスの蔓延で、ほとんどの病院が面会制限を設けました。家族に会いたくても会えない、死に目にも会えないという状況を目

ら、自宅で死にたい」と思っている人も苦しんでいる姿を見るのは、家族にとってつらいものがあります。

医療連携がある施設であれば、介護はもちろん苦痛の緩和も含め、24時間体制で職員が入居者の最期を支えます。顔なじみの職員に見守られ、そのままそこで最期を迎えたい、迎えてもらいたいと考えるかたも非常に増えています。」

**いきなり会議をしても
うまくはいかない**

自宅か、病院か、施設か。大きく分けて3つの選択肢がある場合、まず考えるべきはもちろん、「当事者の意思」だ。家族会議はそれを共有することから始まる。

「現実的に、まだまだ元気な現役世代が最期を考えるのは難しいと思いますし、実際に治療や介護が必要な状態においては、元気なときに想定していたことはほと

の当たりなし、制限が多い病院よりも自宅での介護や看取りが見直されたように感じます。」

実際に、自宅で過ごすことは病院に比べて自由度が高い。在宅医療に携わる堀尾医院の医師・堀尾建太さんが言う。

「病院は集団生活ですから、患者さんたちのためにいくつものルールがあります。消灯時間や朝食時間も細かく決まっています。自宅であれば、好きなときに寝起きができて、食事もお腹の気分で食べたいものが食べられます。自由気ままに、好きな環境で暮らせるというのは大きなメリットでしょう。終末期を心穏やかに自分らしく生きて、そのまま最期を迎えられることを理想とするかたは潜在的にとっても多いと思います。」

堀尾さんが、潜在的に、と言うように、自宅で最期を迎えることを希望している人も、それを表明できない人も多いのが現実だ。

「人口動態調査など厚生省のデータを見ても、在宅死は微増です。住んでいる地域によって、訪問診療をする医師や看護師といった『地域資源』には大きな差

と構えすぎるのは逆効果かもしれない。

「実際に向かい合って、こう死にたいと意思を伝えるのは簡単なことではありません。家族から、どう死にたいかと切り出すのも難しい。まずは日々の会話のなかで何気なく伝えておくことです。家族に代理で意思決定をさせることが重荷になりかねないので、自分の意向をあらかじめ伝えておく」とよいでしょう」（堀尾さん・以下同）

看取る側からもドラマや著名人の死をきっかけとした会話でさりげなく聞き出すといいだろう。

その次に話し合うべきは、理想の最期のためには何が必要かということ。

「在宅介護を希望される場合、入院から移行するケースが多く、病院の退院支援の人たちがいるような提案をしてくれます。入院からの切り替えでない場合は、体調の変化に伴いどんな準

け新しい環境に慣れるのは時間がかかりますから、気力・体力が充分なうちに最期まで暮らせる施設に入居した方が、健康長寿につながるかと考えています。

願う人はとても多い。自分
は何があっても自宅で死に
たいし、容体が急変しても
病院には行きたくない、と
いう場合には、その意思を
家族や訪問医に伝えるだけ
でなく、文面に残しておく
とよりよいでしょう」

ただし、いくら自分が
病院に行きたくない」と

治療を施しても寝たきりになるくらいなら病院へは行きたくないのか、できるだけ詳しく家族や訪問医と話しておく必要があります」

最期についての家族会議は、ふとした会話をきっかけに環境や状況が変わったタイミンで都度行う方がいい。話すべき内容が変わ

し合つてほしいと推奨します。でもそこに私は違和感を覚える。なぜかという話を合うことがゴールになつてしまつてゐるからです。人生の目的は幸せになることですし、会議はあくまでもその手段。家族会議を開くことで幸せな最期とは何かをみんなで考えてほしいと

写真/PIXTA

「望まない最期」にならないよう、自分の
意思は文章で残しておくといい。

それは「最期を施設で迎えたい」と思っている人も同様だ。

「施設に最期を任せた」と思ふかたは、家族

病院の退院支援の人たちやソーシャルワーカーは本人の資産状況や生活状況を詳しく知る立場にはありませんから、最適な施設を一緒に選ぶのはなかなか難しいかもしれません」（岡本さん・以下同）

岡本さんがこう話すとおり、ひとくちに施設といってもその形態は多種多様なのだ。

理想の最期を考えるうえで、いま重要視されているのが「長生きよりも、苦しくない死」という在り方。そのうえで、延命治療についての意思を表明しておくことの必要性が以前に比べ高くなった。

(堀尾さん)
小澤さんは、こう言い添える。

家族会議において話し合
うテーマは、どこで、どの
ように——そういう理性的
なことだけではなく、本当
に重要なのは「幸せになる
こと」だと、小澤さんは言
う。

家族会議において話し合
うテーマは、どこで、どの
ように——そういう理性的
なことだけではなく、本当
に重要なのは「幸せになる
こと」だと、小澤さんは言
う。