

「わたし」らしく生ききる

誰にもいつか来る最期るとき。どんな治療やケアを望みますか。
主役は「わたし」や「わたし」を大切に思う人たち。

散歩ができなくなった。買い物に行けなくなった。庭いじりができなくなった。
でも……

新聞を読んだり、庭を眺めたり、いろんな人と話したり。

今の「わたし」ができることを楽しみ続けたい。

「わたし」がありがとうと笑顔で最期を迎えることが、

「わたし」の大切な人たちも幸せになれると信じて……。

「もしものとき」の医療・ケアについて の生前の意思表示

★リビング・ウィル★

携帯カード

携帯カードは必要事項を記入し、常に持っています。

「もしものとき」のために

運転免許証
かかりつけ手帳
おくすり手帳
財布
などに入れておいてはいかがでしょうか。

※切り離してお持ちください。

「もしものとき」の医療・ケアについての 生前の意思表示 ★ 携帯カード ★

該当する項目をチェック してください。

- 1 延命治療 希望する 希望しない
2 リビング・ウィル 作成済 作成していない

記入日 平成 年 月 日

本人署名 _____

「もしものとき」のために

～ もし、あなたの意識がなくなったら ～

人工呼吸器なしでは呼吸ができない、飲むことも食べることもできなくなったら。できる限りの治療をしても、回復する見込みがなく、近い将来に死が避けられなくなったときのことを考えたことはありますか？

飲むことも食べることもできなくなれば、普通は数日の間に静かに息を引き取ります。人工呼吸器を装着して機械の力で呼吸をしたり、点滴で栄養や水分を補給すると、延命治療になることが多いです。

僕が車椅子を押し
てあげるからね

我が家が一番だけ
ど、病院のほうが安
心かな？

苦しくないですか？
痛かったり、つらかったりし
たら、かかりつけの先生が診
てくれますからね。



自分が元気で健康なときこそ、あなたの最期について考えてみてください。
自分がどんな最期を望むのかを「生前の意思表示（リビング・ウィル）」として、書き残しておくことは、あなたに代わって「最期」を決断しなければならない家族を救うことではないでしょうか？

- ・あなたの直近の意思を確認させてください。
- ・何度でも書き直すことができます。
- ・法的な意味はありません。
- ・ご家族の方は、ご本人の意思を十分ご理解、ご納得された上でご署名ください。
- ・「そのとき」がきたら、医療スタッフとともにご確認ください。

「もしものとき」の医療・ケアについての 生前の意思表示 ★ 携帯カード ★

～「もしものとき」とは～

「できる限りの治療をしても、回復する見込みがなく、生命維持処置を行わなければ、比較的短期間で死に至るであろう、不治で回復不能の状態」です。

○何度でも書き直すことができます。

○この希望に法的な意味はありません。





医療行為の内容は？

誰もが最期に近づくと、水分や食べ物を取れなくなったり、呼吸を続けることが苦しくなったりします。そのような状態のときに、行うことができる医療行為について説明します。ただし、どんな医療行為も一時的なものにすぎず、徐々に呼吸が弱まり、低栄養がすすみます。

出典・参考 国立長寿医療研究センター

痛みや苦痛

- 鎮痛薬（医療用麻薬等）で痛みや苦痛はやわらぎます。
- 鎮静剤を使うと、苦痛はやわらぎます。副作用で呼吸が低下することがあります。

胸骨圧迫（心臓マッサージ）などの心肺蘇生

- 心肺蘇生とは、心臓や呼吸が止まったときに救命のために行われる胸骨圧迫（心臓マッサージ）、気管挿管（口や鼻から気管に管を入れる）、気管切開（喉仏の下あたりから直接気管に管を入れる）、人工呼吸器の装着、昇圧剤の投与等をいいます。
- 胸骨圧迫（心臓マッサージ）をすると、心臓が一時的に動き出すことがあります。
- 気管挿管の場合、必ずしもすぐに人工呼吸器を装着するわけではなく、多くの場合、手動のバック（アンビューバック）を連結して医療スタッフが呼吸補助します。
この行為により、一時的に呼吸が戻るがあります。

人工呼吸器の装着

- 気管に通した管に取り付けた機械から空気を送り込み、人為的に呼吸を助けます。機械を装着すると、ご自身の自力での呼吸が始まるまで、あるいは亡くなるまで、機械ははずせません。

人工透析

- 腎臓が機能しなくなったときに、腎臓の機能を代行する装置を用い、血液の老廃物を人工的に取り除きます。

経管栄養

胃ろうや鼻チューブでは、常に栄養補給できますが、終末期の状態では供給された栄養を十分に体内に取り入れることができないため、徐々に低栄養になります。また、栄養剤が食道から口の中に逆流して肺炎を合併することがあります。栄養状態を改善することにより、口から食べられるようになることはありますが、少数です。

- 胃ろう 内視鏡を使って、胃ろう（おなかの壁と胃の壁を通した小さな穴）を作り、そこに通したチューブから流動食などを注入します。
- 鼻チューブ 鼻から胃または腸まで届くチューブを挿入し、栄養剤などを注入します。チューブは入れたままとなり、定期的な交換が必要です。

点滴治療

- 水分を取れなくなると脱水が起こりますが、手足から細い点滴チューブを入れて水分補給を行うことができます。栄養はほとんどありません。
- 太い静脈に点滴チューブを通し、より多くの栄養を持続的に入れる完全静脈栄養（TPN）や高カロリー輸液（IVH）という方法があります。
- 口から薬が飲めないときに、点滴薬として点滴チューブから体内に入れることができます。



「もしものとき」の医療に対する希望

「もしものとき」とは、不慮の事故や病気の悪化、あるいは老衰などにより「できる限りの治療をしても、回復する見込みがなく、生命維持処置を行わなければ、比較的短時間で死に至るであろう、不治で回復不能の状態」です。そのとき、あなたはどんな医療を受けたいのか、受けたくないのか。医療に対する希望を書いてください。あなたの意思を尊重します。

あなたが書けない場合は、代筆してもらってください。

あなた自身で判断できなくなったとき、主に大切なご家族や主治医の参考になると思われます。

この希望は、いつでも修正できます。この希望に法的な意味はありません。

このページ（リビングウィル）を大切に保管しておきましょう。

1 基本的な希望（希望の項目をチェック してください。）

(1) 痛みや苦痛について

できるだけおさえてほしい（ 必要なら鎮静剤を使ってもよい。）

自然のままにいたい

(2) 最期を迎えたい場所は 病院 自宅 施設 病状に応じて

2 「もしものとき」の希望（希望の項目をチェック してください。）

(1) 胸骨圧迫などの心肺蘇生 してほしい してほしくない

(2) 人工呼吸器の装着 つけてほしい つけてほしくない

(3) 人工透析の開始 希望する 希望しない

(4) 経管栄養（胃ろう、鼻チューブ） してほしい してほしくない

(5) 点滴治療 してほしい してほしくない

3 その他の希望についてご自由にお書きください。

[]

4 ご自分で希望する医療が判断できなくなったとき、主治医が相談すべき人はどなたですか。（該当者がいない場合は、お書きいただくなくても構いません。）

お名前	ご関係	連絡先 ☎

出典・参考 国立長寿医療研究センター

ご本人署名 _____

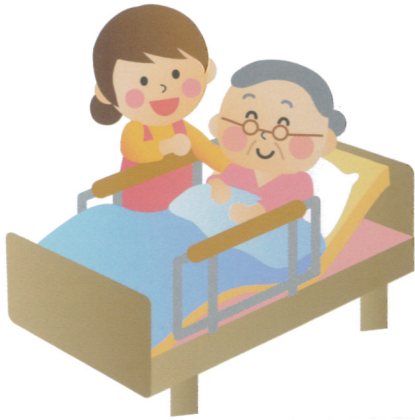
生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

代筆者署名 _____

ご住所 _____

記載年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

この希望を承諾いただいたご家族・ご親族
※承諾された方ご自身でお書きください。

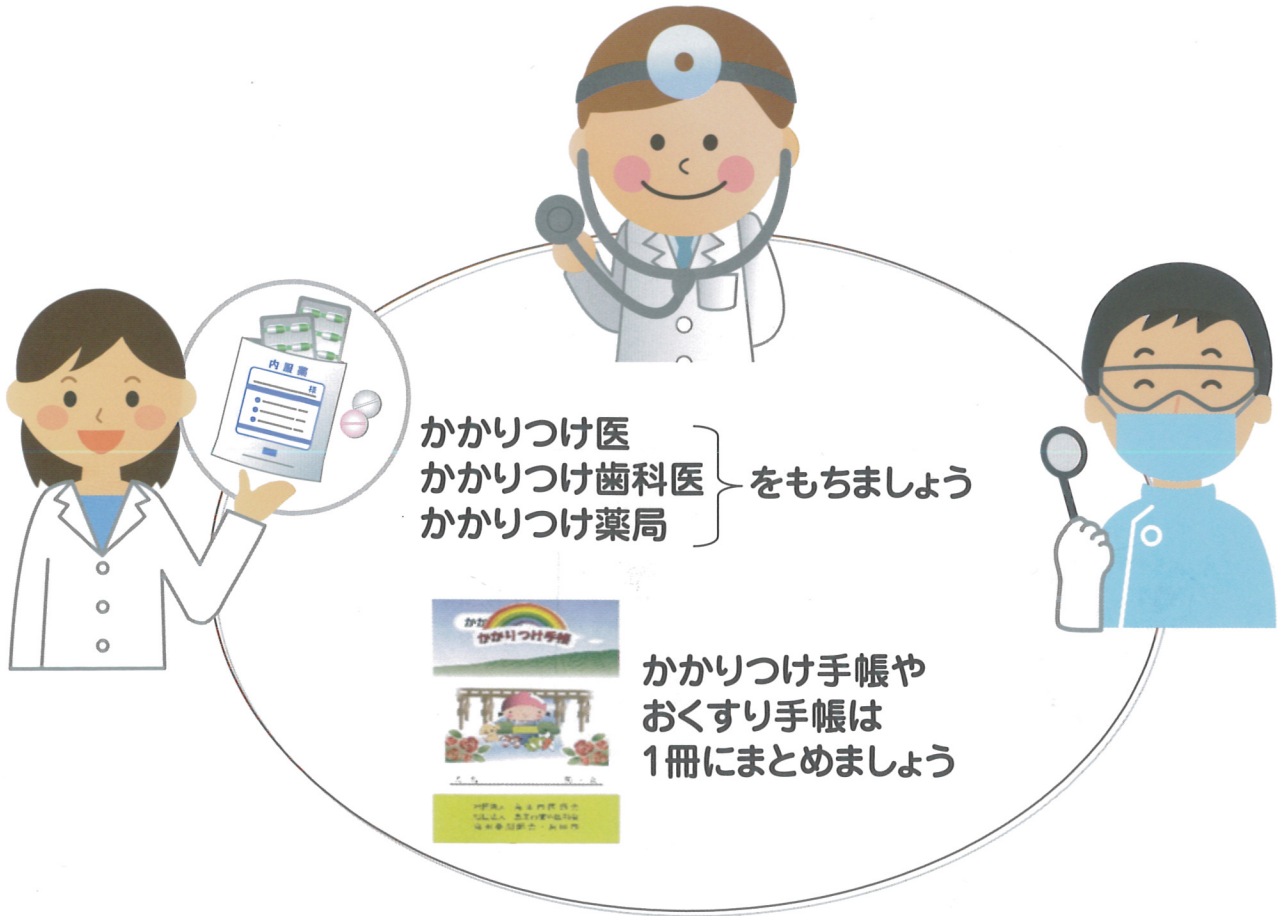


お名前	ご関係

ありがとう

あなたの思いをご自由にお書きください





かかりつけ医
かかりつけ歯科医 } をもちましょう
かかりつけ薬局



かかりつけ手帳や
おくすり手帳は
1冊にまとめましょう

島田市在宅医療推進協議会

島田市 健康福祉部 健康づくり課

〒427-0041 静岡県島田市中河町 283 番地の 1
電話 0547-34-3282 FAX 0547-34-3289



市政羅針盤

市長が自ら、市政運営の方針を分かりやすくお伝えします。◎秘書政策課 ☎ 36-7117

今月のテーマ「もしものとき」あなたは、どんな選択を望みますか？

まずは、嬉しいご報告から。このたび、日本経済新聞社産業地域研究所が全国の790市と東京23区の813市区を対象に実施した「第2回介護・高齢化対応度調査」において、島田市が総合評価で第19位となりました。調査は「医療・介護」「生活支援・予防」「社会参加」など38項目を対象に、高齢化対策に関する自治体の総合力を検証したもので、前回(650位)からの伸び率が日本一となりました。

この実績からもわかるように、当市は、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる施策の推進に力を入れています。また5月10日からは、市民の皆さんが「わたし」らしく生ききることを目標に、県内初となる「リビング・ウイル島田版」を、関係機関の協力を得てスタートさせました。

リビング・ウイルとは「もしものとき」の医療について、あなたの意思を表明しておくことです。「もしものとき」とは、人工呼吸器なしで呼吸ができなくなったり、飲んだり食べたりできなくなったり、できる限りの治療をしても、回復する見込みがなくなったときのことをいいます。リビング・ウイル島田版は、もしものときに「どんな医療を受けたいのか」あるいは「受けたくないのか」、あなた自身の希望を書き込むことができる冊子です。



リビング・ウイル島田版冊子

縁起でもないといわれそうですが、自分がどんな「最期」を望むかについて「生前の意思表示」として書き残しておくことは、あなたに代わって最期を決断しなければならない家族を救うことにもなります。

私たちは誰でも健康な生活を送り、死ぬときは自然な大往生を遂げたいと願っていますが、理想通りに「ピンピンコロリ」とならないときもあります。しかし、リビング・ウイルを利用してどんな最期を迎えたいか意思表示しておけば、自分らしく生を全うしたいという希望が叶うのです。そのためにも、あなたが元気で健康な今、自分自身の最期について考えてみてください。去る2月には、がんで亡くなる父親の姿を追ったドキュメンタリー映画「エンディング・ノート」を上映し、大きな反響をいただきました。再上映の要望も数多くいただいていますので、今後の上映会についても検討していきます。

同時に「島田市医療マップ」を2,500冊作成しました。お住まいの地域の医療機関や薬局などを知っていただくよう、中学校区単位で医療機関などの所在地・電話番号・診療日・診療時間などの基本的な情報が掲載されています。ぜひ、ご活用ください。



島田市医療マップ

※ 詳しくは、健康づくり課へお問い合わせください。
◎健康づくり課 ☎ 34-3282

みんなのひろば

皆さんから寄せられた地域の「ニュース」「イベント」「声」などを紹介します。

六合中学校の敷地外周の水路には、風雨によりグラウンドの土や街路樹の葉などが流れ込み、土砂が堆積してしまいます。水路に水が流れにくくなると、地域の環境美化に大きな負担をかけることから、六合中学校の平成26年度3年生が、川ざらい作業を行ってくれました。これは、お世話になった学校と地域への感謝から始まった、六中生が学び舎から羽ばたく前の恒例行事です。

今年は3月10日に、卒業を目前にした生徒122人が、

強風と時より降る雨の中、スコップを手に同校目標の「人にやさしく、自らをのぼす生徒」を実践。泥だらけになりながら、奉仕作業に取り組んでくれました。

子どもたちには、地域と人を大切にする想いを、いつまでも忘れないでほしいと願っています。(道悦島自治会)

