

# 住み慣れたわが家で最期を迎える

## ―在宅療養という選択―

病气やけがで療養生活が突然始まったら―。皆さんは、人生の最期をどこで過ごしたいですか。その選択肢の一つとして、自宅などの住み慣れた場所で訪問医療やケアを受けて療養する「在宅療養」をご紹介します。

匝瑳市内の高齢者などを対象とした「令和5年匝瑳市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」によると、「どこで人生の最期を迎えたいですか」という質問に対し、「自宅等（住み慣れた居住の場）」と回答した割合は約60・8%（17ページ図1）で、半数以上の人が自宅で最期を迎えたいという結果になりました。

### 在宅療養とは

病院への入院や老人ホームへの入所など、医療や介護を受けながら療養生活を送る方法はいくつもあります。「在宅療養」はそのうちのひとつで、住み慣れた自宅などで、医療や介護の訪問サービスなどを受けながら療養生活を送ること

とです。

在宅療養には、次のようなメリットがあります。

- 住み慣れた環境で医療を受けられることができる
- 家族のいる環境で毎日過ごすことができる
- 一般的に入院治療を続けるより経済的負担が小さくなる

### 充実のサポート

在宅療養では、医師や訪問看護師など多くの専門職が自宅を訪問し、患者や家族をサポートします。在宅療養を支える職種を紹介します。

**医師：**訪問して日常的な治療（症状の診察や医療処置、薬の処方など）や健康管理を行います。

※訪問診療が必要かどうかは



1 医師による訪問診療 2 ホームヘルパーによる介助

主治医に相談してください。  
**訪問看護師：**医師から訪問看護指示書を受け、療養上の世話、医療処置、健康チェックを行います。

**歯科医師・歯科衛生士：**自宅でも可能な歯科治療、入れ歯調整、口腔ケアを行います。

**薬剤師：**医師の指示により薬の飲み方や薬の管理をサポートします。

**理学療法士・作業療法士：**身体機能の回復や関節拘縮の予防、介護者の介助動作の指導などを行います。

**ケアマネジャー：**本人や家族と話し合い、介護サービスを調整します。

**ホームヘルパー：**食事介助や

# 在宅療養で家族をみとる

自宅で夫をみとった伊藤和子さんと、担当したホームヘルパー、訪問看護師にお話を伺いました。



## 伊藤和子さん(中央地区)

夫の具合が悪くなってケアマネジャーに手配をお願いし、ホームヘルパーさんにオムツ交換などで1日2回来てもらいました。ヘルパーさんは手際よく仕事をしながら、夫に合わせて野球の話や相撲の話をしており、感心しながら聞いていました。

その後、夫を自宅でみとると決め、主治医に相談し、訪問してもらう医師を頼みました。先生は「家が病院で、医者と看護師がいると考えればいい。何かあったら訪問看護事業所へ電話すれば、夜中でも飛んで来ます」と話しました。実際に、電話すると看護師さんがすぐに来て、テキパキと処置してくれるのでいつも安心でした。

訪問看護を頼んで5日目のこと。夫に呼ばれた気がしてそばに行くと、苦しそうに見えたので急いで訪問看護事業所へ電話しました。看護師さんがすぐに来て、必要な処置をしてくれました。私の子どもたちはそのとき仕事で、心細かったところにヘルパーさんも来て、「お子さんが来るまで頑張れ」と元気づけてくれました。その後、先生が来て「低酸素です。もう1回往診に来たら…」と言って帰ったら、その15分後に夫は息を引き取りました。夫は自然に、穏やかな最期を迎えることができたように思います。

在宅診療を引き受けて24時間見守ってくれた先生など多くの皆さんの支援があったからこそ、私も頑張れたのだと思います。感謝の気持ちでいっぱいです。



## ホームヘルパー・荻久保さん

医師、訪問看護師、ホームヘルパーでチームを作り、和子さんの負担を軽くできるようサポートしました。また、ご主人にとって、ケアをする30分なり1時間が楽しいひとときとなるよう努めました。

最期の時を迎えてからは、きれいな姿で旅立てるようご主人の体のケアなどをしながら、ご家族が集まるまで和子さんとご主人のそばに寄り添いました。



## 訪問看護師・英<sup>はなぶき</sup>さん

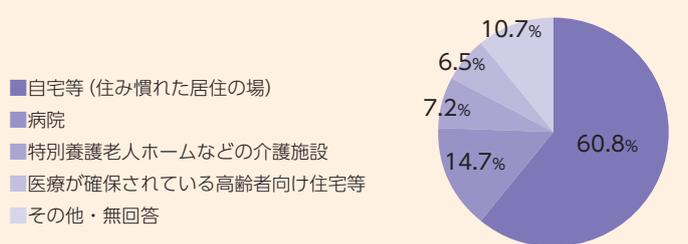
伊藤さん宅には、最期の5日間に毎日1時間程度訪問しました。ケアの内容は、体調観察、医師との連携、身体ケアなどです。身体状態を観察し、現在の状況に加え、今後の予測される状態についてご家族へ伝え、みとるための心の準備をサポートしました。

さらに、容態の急変への不安に対して、訪問看護は24時間いつでも緊急連絡および緊急訪問が可能なことを説明しました。また、緊急の往診が必要な時に主治医が駆け付けられなくても「医師会24時間在宅当番医システム」で対応できることを紹介しました。

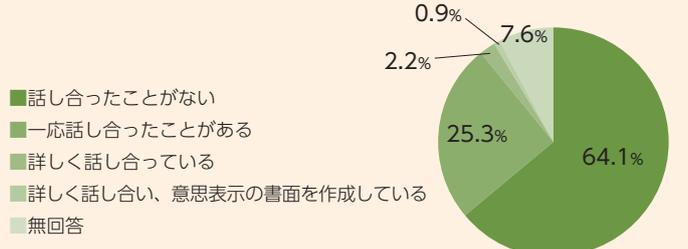
※医師会24時間在宅当番医システムとは、旭匠瑛医師会の取り組みで、11診療所と後方支援の3病院、二つの訪問看護事業所が参加して、患者の情報を共有し緊急対応できる体制のこと。

在宅療養では、医師や訪問看護師、ホームヘルパーなどが協力して、医療処置やケアの他、ご本人やご家族の不安や困りごとを解決できるよう支援しています。

◆ 図1 あなたが人生の最期を迎えようとする時、どこで最期を迎えたいですか (回答者数：1441)



◆ 図2 人生の最期をどのように迎えたいか家族と話し合ったことがありますか (回答者数：1441)



※「令和5年匠瑛市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」より。四捨五入の関係により割合の合計は100%となりません。

### 家族とよく話し合おう

炊事、入浴、排せつ介助など、日常生活における身体介護や家事援助を行います。福祉用具事業所…介護用ベッドや車椅子などを貸し出し、設置します。

「令和5年匠瑛市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」によると、「人生の最期をどのように迎えたいか家族と話し合ったことがありますか」という質問に対し、「話し合ったこ

とがない」と回答した割合は約64・1%（＝図2）でした。前もって家族などと話し合っておくことで、自分の気持ちに沿った治療やケアを受けられる可能性が高くなります。

高齢者支援課（市役所1階）では、こうした話し合いの参考となるパンフレットを配布しています。人生の最期をどのように過ごしたいか、家族で話し合ってみましょう。  
問 高齢者支援課地域包括支援センター ☎73・0033