



自分らしく生き、自分らしく 最後を迎えること

「自分らしく最後を迎えること」

穏やかな最期を迎えるためにはどうしたらいいのか。多くの人が自分の最期の迎え方を真剣に考える時代になりました。

「平成二四年度―高齢者の健康に関する意識調査」では、全国の55歳以上の過半数が自宅で最期を迎えたいと回答しています。二〇一四（平成二六）年には医療機関で亡くなる方の割合は八割近く、自宅で亡くなる方の割合は一割程度です。

死亡場所の推移を見てみると一九五一（昭和二六）年では自宅で亡くなる方の割合は八割以上を占めており、医療機関で亡くなる方は一割満たない程度でした。一九六一（昭和三六）年に国民皆保険制度（すべての国民が何らかの公的な医療保険に加入している）ができて、誰でも入院できるようになりました。医療機関で亡くなる方の割合は年々増加し、一九七六（昭和五一）年に自宅で亡くなる方の割合を上回り

ました。この頃は医療技術の発達によって、さまざまな延命治療法が生まれ、命を永らえさせることが重要視されていました。

「治す医療から見守る医療へ」

しかし近年は延命治療に頼るのではなく、自然の摂理を受け入れ、静かに最期を迎えてもらう自然死という考え方が広まってきています。

平成二四年度―高齢者の健康に関する意識調査では「万一、あなたの病気が治る見込みがなく、死期が近くなった場合、延命のための医療を受けることについてどう思いますか。」の問いに対して「延命のみを目的とした医療を行わず、自然にまかせてほしい」との回答が九割に達しています。

時代の変化と共に家族構成も変わり、独居、高齢者のみの世帯が増加しています。二〇二五年以降、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になり、三人に一人が65歳以上、五人に一人が75歳以上になる時代が訪れます。高齢者人口の増加とともに十年前より老衰死の数は急増しています。

現在、病院で亡くなるのではなく、自宅や介護施設等で亡くなる人が増え、看取り介護が増えつつあります。

先月行われた「最期は自分らしく」の講演会は、定員の百名をオーバーする大盛況でした。皆さんの関心の深さが感じ取られました。荒川区社会福祉協議会ではこれからも多様な看取り方についてシリーズで講演会を予定しています。

講演会第二部のチームケアによる看取り事例では、かかりつけ医、訪問看護師、ケアマネージャー、介護従事者などの職種協働による在宅医療・介護・看取りの体制によりご自宅で穏やかな亡くなり方をされた方の紹介がありました。

馴染みの場所である住み慣れた自宅や介護施設等、最期は穏やかに望む場所で馴染みの方々に看取りられることは幸せなことと思われました。

人生の総仕上げとして尊厳のある死を視野に入れた医療を在宅で推進され始めています。

予防も含めて普段から、気軽に何でも相談できる関係を築くことがかかりつけ医を決めておくことと良いでしょう。かかりつけ医は患者の生活を支援するために、地域の医療・保健・福祉機関へのコーディネート役も担ってくれます。

