

2014年度（前期）指定公募①

「『在宅看取り』をテーマとした市民のつどい」

最期まで自分らしく生きる

－在宅での看取り経験のある家族と、医師・看護師からの語り

報告書

2014/12/9（火）

東京大学医科学研究所附属病院 緩和医療科
藤原紀子

〒 108-0071

東京都港区白金台 4-6-1

[TEL] (03) 3443 - 8111 (代)

『在宅看取り』をテーマとした市民のつどいを実施して

東京大学医科学研究所附属病院 看護部：緩和医療科 藤原紀子

I. はじめに

当院は、悪性腫瘍や感染症・免疫疾患、血液疾患などの臨床開発をミッションとし、ワクチン、分子標的治療、再生医療など、医療の開発に取り組んでいる研究所附属病院である。2012年8月に緩和医療科が発足し、緩和医療科が主科となり患者・家族のサポートを行うと同時に、緩和ケアチームとして全科からのコンサルテーションを受けており、多職種で苦痛の緩和に努めてきた。現在、緩和医療科では、患者・家族の希望する人生の過ごし方をサポートするため、在宅療養環境を整え、緊急時の対応についての準備を行い、在宅チームと連携を行っている。退院後も同様に、在宅チームとの連携のもと、自宅でのよりよい看取りのサポートを行っている。ここ1年においては、約250名の患者様が入院され(延べ数)、そのうち181名が自宅退院された。また、在宅での看取りはそのうちの約15%である(全国でのがんの看取りは9.6%、がん以外も含めると約12%)。

近年の調査(厚労省. 人生の最終段階における医療に関する意識調査. 2014)によるとがん患者の多くは、終末期の療養場所として自宅を希望しているにも関わらず、「在宅での家族への負担」や、「症状出現時の対応の不安」、「症状急変時にすぐ入院できるかという不安」によって最期まで自宅療養が困難となっていることが明らかになった。実際に、進行がん患者の在宅療養支援は困難が多く、在宅療養環境が整う前に病状が著しく進行したり、在宅に移行してもすぐに緊急入院になることもある。

本市民講座では、在宅診療サイドと病院サイド双方からの講演によって、在宅療養環境の正しい情報を伝えることが可能となると考えた。また、在宅療養を困難にしている要因のサポート状況を在宅医療チームの方々から話していただくことで、在宅移行の困難感の軽減につながると考えた。さらに、在宅看取りを体験した家族の語りによって、非日常である看取りについての情報提供ができ、在宅療養の不安の軽減につながると考えられる。

II. 実施内容

当院緩和医療科医師からは、一般的な在宅療養や看取りの割合、当院の緩和医療科の取り組みについての講演があった。続いて当院5階病棟副看護師長より、入院中の患者さんやご家族が不安に思われていることやその際の対応等、「過ごしたいところで過ごすためのサポートについて」の講演を行った。さらに、在宅医療チームの医師からは、「在宅療養について必要なリソース」の紹介があり、「ここちよい時間をつくるために、日常的に考えたり話し合ったりする機会をつくることの重要性」についての話があった。加えてこれらは

大切な人たちと相談しながら「自分で決定してよい」のだということについて話があった。在宅医療チームの訪問看護ステーション所長（看護師）より、「在宅療養について必要なお金の話」、「訪問看護師の訪問スケジュールの話」そして、「わからないことがあって困らないようなような事前対応をしているか」という話があった。さらに、ご家族を自宅でお看取りされたご家族2名から、下記のような話があった。

- ・ 最期のときはかならずくる。だから元気なうちに緩和医療にアクセスし、家族で話し合い、準備をすることが大切
- ・ 自宅は「会いたい人に会いやすくなる」場所。高齢の家族も多く、時間や場所の制限のある病院よりも自宅の方が都合に合わせて会える。一緒に過ごせる。
- ・ 仕事をしつつ患者本人を家族がサポートすることは重要。しかし、医療者と違って残された時間のイメージがしにくい。そのため医療者とも相談しながら残された時間や方法を考えることが必要。

もうひとりの方からは、

- ・ 自宅で過ごすことは、本人も介護するものも本音で話せる。家だと周りに気にせず愛情表現ができる。一緒に過ごす時間が増えた。
- ・ しかし、本人がまわりに気をつかってしまい「ごめんね」という言葉を繰り返してしまう。対処法として「ごめんね」を「ありがとう」とすることを家族で提案。
- ・ できないことはたくさんあるができることを探すようにした
- ・ ひとりではできないことだが、家族や医療スタッフなどたくさんの支えが得られた。

III. 課題、感想

準備として、都内の医療機関を初めとし、ちらしを 650 通郵送した。また、院内各部署への周知とちらしの配布を行った。さらに、当院で実施している、当院が月 1 回実施している市民公開懇談会でちらしを 200 部配布した。しかし、当日の参加者は約 52 名（アンケート 32 名回収）であり、市民公開懇談会と比較すると少ない結果となった。外来へのちらしの設置や、ポスターでの周知などの工夫が必要ではなかったかと考えている。

終了後も参加者からの問い合わせや、感想などの言葉が多く見られた。「在宅療養をただ不安である」と思うのではなく、「正しい情報を得て選択する」ことの重要性についてについての意見を多くいただけたことは意義があった。今回の市民のつどいが、看取りや最期のときを考える一つの機会となり、そして、在宅看取りが「過ごしたいところで過ごす」ための選択肢の一つとなることを願っている。

以上

東大医科研病院 緩和医療科 市民のつどい 概要

1. テーマ

在宅で看取りをされたご家族や在宅医療スタッフおよび病院スタッフの経験談を通じて、在宅看取りについての啓発に役立つ市民のつどいの開催

2. タイトル

最期まで自分らしく生きる－在宅での看取り経験のある家族と、医師・看護師からの語り

3. 目的

「疾患を持っていても亡くなるときであっても、過ごしたいところで過ごすことができる」という緩和医療の根幹をなす概念の理解を促進するために、在宅看取りをテーマとした市民講座を通じて、在宅看取りに関する啓発と、地域医療連携や在宅療養に関わる人々の活動を広く伝えることを目的とする。

4. 効果

在宅看取りを体験したご家族からの語りによって、在宅療養のイメージができ、在宅看取りについての理解を促進するとともに、不安の軽減につながることを期待される。また、在宅療養を困難にしている様々な要因に対して、多くのサポートを実践されている在宅医療スタッフや病院スタッフから、その経験をお話いただくことで、在宅移行の困難感の軽減につながると考える。

5. スケジュール

日程：2014年12月2日（火）17：30-19：00

場所：東京大学医科学研究所附属病院 病院棟 8階北会議室

内容：

- | | |
|-----------------------|--------------|
| 1. 医科研病院緩和医療科医師講演 | 10分 |
| 2. 医科研病院看護師講演 | 10分 |
| 3. 在宅医療医師からのご講演 | 10分 |
| 4. 在宅医療訪問看護師からのご講演 | 10分 |
| 5. 在宅看取りを体験されたご家族のご講演 | 20分（各10分、2名） |
| 6. 質疑 | 10分 |
| 7. 医科研病院緩和医療科科長より挨拶 | |

{本件に関するお問い合わせ}

東京大学医科学研究所附属病院 03-3443-8111（代） 緩和医療科

当日、スケジュール

準備	<input type="checkbox"/> ポスター掲示（セロテープ） <input type="checkbox"/> 道案内掲示 <input type="checkbox"/> アンケート・小冊子・ボールペン配布 <input type="checkbox"/> お茶とお水運ぶ <input type="checkbox"/> 部屋のセッティング（南の部屋を使えるようにしておく） <input type="checkbox"/> PCセッティング <input type="checkbox"/> ポインター <input type="checkbox"/> 受付名簿	
16:30	講師との打ち合わせ	
17:30	市民のつどい開始	藤原より本日の流れの説明
	17:40～18:00	1) 医科研病院緩和医療科医師講演 2) 医科研病院病棟副師長講演
	18:00～18:20	3) 在宅訪問診療医ご講演 4) 訪問看護ステーション所長講演
	18:20～18:40	5) ご家族講演 6) ご家族講演
	18:40～18:55	7) 質疑
	18:55～19:00	8) 医科研病院緩和医療科科長挨拶
19:00	終了	

本講演会は、公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団の助成を受けたものです。

東大医科研附属病院 緩和医療科 市民のつどい

最期まで自分らしく生きる

在宅での看取り経験のある家族と、医師・看護師からの語り



医科研病院スタッフのお話



在宅医療支援の訪問スタッフのお話



在宅での看取り体験談
～ 実際に経験されたご家族のお話 ～

日時：平成26年12月2日(火) 17:30～19:00

場所：東大医科研附属病院 8階ホール

東京大学医科学研究所附属病院



入場無料／申込不要です。
お気軽にどうぞ！

お問い合わせ：東大医科研附属病院 緩和医療科
TEL：03-3443-8111 (代)

本講演会は公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団の助成を受けたものです。