

## 新座市エンディングノートを受け取られた方へ

このたびは、新座市エンディングノートを受け取っていただき、ありがとうございます。

エンディングノートを作成することは、最期まで自分らしく過ごすための第一歩です。

新座市のエンディングノートは、通常のエンディングノートに比べ、人生の最終段階の医療やケア（※）について考える項目が多くあります。

人生の最終段階の医療やケアの話をするには、「縁起でもない」、「まだまだ元気だから」と普段の生活から、遠ざけてしまいがちです。

もしもの際、自分の意思が伝えられない場合、その選択は家族等の身近な人が行うこととなります。

元気な時だからこそ、これまでの人生を振り返り、何を大事に考えているのか、これからどう生きたいのか、どのような最期を迎えたいのか考え、家族や大切な人と共有しておきましょう。

（※）人生の最終段階の医療やケアとは、治療の回復の見込みがなく、やがて死を迎える状態になった時の医療やケアのことを指します。

人生の最終段階の医療やケアについて、イメージが付きやすいよう事例をご紹介します。

エンディングノートを記入する前に、まずは事例から学んでみましょう。

### 事例 1

本人の思いを家族や介護関係者で共有できた事例

Aさん 89歳 男性 末期がんの方です。



Aさんは、病院ですすすめられた抗がん剤治療を受けない選択をし、自宅で療養していました。介護者は妻です。Aさんは、「最期は、自宅で過ごしたい。痛いのは嫌だ。」という思いを訪問診療・訪問看護・ヘルパーなど、Aさんを支える様々な専門職に伝えていました。

そして皆がその思いを共有していました。本人の希望どおり、最期は痛みをとる緩和ケアで、自宅で最期を迎えることができました。

本人の希望を叶えることができた妻にとっても満足のできる結果になりました。



## 事例 2

本人の思いが共有されておらず、家族が選択を迫られた事例

Bさん 80歳 女性 認知症の方です。娘さんが介護しています。

Bさんの状態が次第に悪化し、娘さんは、医師から延命治療をどうするかを尋ねられました。母親とは、人生の最終段階の医療やケアの話を全くしてこなかったため、娘さんはとても悩みました。

もう今は、母親に意思を確認できる状態ではありません。娘さんは、兄弟にも相談し、元気なうちの言動や性格などを思い起こし考えました。そして延命治療はしないという決断をしました。

その数日後、Bさんは亡くなりました。娘さんは、Bさんが亡くなったあともこれでよかったのかと一人悩み続けました。

このように、人生の最終段階の医療やケアについて考えることは、自分だけでなく、周りの大切な人達が「もしもの時」に悩まないように、悔いが残らないようにする「優しさ」でもあります。

「もしもの時」に自分も家族も納得のいく選択ができるよう、元気な時に考えておくことは、自分らしい最期を迎えることにつながります。

あなたの大切にしていることは何でしょうか。ぜひこの機会に考えてみましょう。

問合せ先

新座市介護保険課介護予防係

TEL: 048-424-5186 (直通)