

# ☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

令和3年12月8日 VOL. 160

## 地域と一緒に考える 自分らしい最期の暮らし方 ～ついつすみ発表会を開催しました～

令和3年11月28日（日）西益津地区交流センターを会場に「第3回 ついつすみ発表会」【共催：藤枝市・終の棲家を考える会「ついつすみ」会長 十河惇子氏】を開催しました。

「ついつすみ」は自分らしく生き最期まで自宅で過ごしたいという願いを持ち在宅医療や介護に関心を持つ会員により構成され、2019年4月発足。毎年、日頃の活動報告と講演会を地域を変えて行い、市民への周知にも取り組んでいます。

### 活動報告

#### 事例発表

##### 池田 弘乃氏

「母と姑」（ははとはは）と題し、戦中戦後の様子を交えながら、実母と嫁いだ先の姑の生き方から学んだことを自身の今後の人生の過ごし方と照らし合わせて発表。

##### 松本 洋氏

「知って得する高齢社会への心がけ」と題し、①ひとりで生きていく為の心構え②税金と補助金申請③生活習慣病と食生活の知恵を発表。

#### 寸劇 ついつすみ劇場



##### 「命の輝き」

人生の最期が近くなった母親が、母親らしく生活続けるために、子どもたちと「家族会議」をした様子を寸劇で発表。

#### ついつすみの活動内容

ついつすみでは、①終末期医療や介護の現状を調べる。②独居者の在宅医療と介護について事例研究。③終末期の意思事前表明の重要性を認識し周知を図る。④地域の高齢者との関わりを深め、見守り活動をする。⑤会員の質の向上のため、研修会等を行う。これらの活動を通し、家族との関係や地域との連携の大切さなど多くのことを学び更なる活動に繋げています。



#### 講演会



ゆみ内科クリニック院長 木佐森優美医師が「藤枝市における在宅医療の現状」と題し、本市の在宅医療の実際を他市の状況と比べながら講演。「その人の人生に寄り添いながら、介護をしている家族の大変さを知り、苦痛を和らげるように医療は関わっている。自分自身がどのような終末を希望しているのか、リビング・ウィルについて知っていくことも大切である」と締めくくられました。

リビング・ウィルとは、終末期の医療・ケアについての意思表示書です。

市では、市民が望む生活や医療・介護の形を考える機会をもち、自分自身の思いを伝える「人生会議」の必要性を周知していきます。



バックNo.の検索は

