

☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

令和4年12月12日 VOL. 169

「地域で平穏死を考える集い」を開催しました ～自分の人生の最期に大切なことを考える～



令和4年12月10日（土）に葉梨地区交流センターにおいて「地域で平穏死を考える集い」（主催：藤枝市・志太医師会 在宅医療サポートセンター）を開催しました。今回は、在宅医療サポートセンター長でもある山崎クリニック 山崎院長が在宅で看取った多くの事例報告後、医師と市民が、3つのグループに分かれグループワークを行いました。

今回のグループワークでは、「人生100年これからゲーム（カードゲーム）」を通して、「自分の人生の最期に大切なこと」を参加者一人一人が考え、伝え、共感することを行いました。このゲームは、大切にしたいことが書かれた52種類のカードから一人4枚を選び、カードを選んだ理由を伝えるものです。人生の最期に大切なことを考えるテーマで行ったグループワークは、参加者それぞれの**これからの人生をどのように過ごしていくかを考える**機会となりました。

グループ発表から

- 生活を制限されずに、できることができるように生活していきたいと思った。
- 自分の思いやわがまを**認めてもらいたい**。
- 一人暮らしでも自宅で生活できるように地域の**人とのつながりを持っていきたい**。
- 家族に**自分の考えや思いを伝えておきたい**。



平穏な最期に必要なこと

1. **本人の意向**。本人が人生の最期について考え、それを周囲の人が知っていること。
2. **家族の了解**。本人の意向を理解し、了解していること。
3. **介護力**がある。介護サービスや社会資源を活用した多職種連携があること。
4. **医療の助け**がある。かかりつけ医がいること。

これまでの自分自身の生き方や今後の人生への想いをつむぐための「**想いつむぎノート**」を平穏死を考える集いで配布しました。このノートは、藤枝市福祉センター（きすみれ）や市内地区交流センター、市役所等で配布しています。



バックNoの検索は

