

～大切にしたい 看取りという尊い場面～



看取りステーション桑名 ひかるスタイル
日本看取り士会 桑名研修室
看取り士・ペット看取り士
看取り学講座上級講師・ペット看取り学講師
吉村 澄子

プロフィール

吉村 澄子(よしまら すみこ)

1972年生まれの52歳。三重県桑名市在住。

1993年 正看護師資格取得。
その後病院(病棟)勤務・訪問看護管理者など経験。

2019年12月 看取り士認定取得。

2020年2月22日 終活・看取り相談所 ひかるスタイル開業。

2023年1月11日 看取りステーション桑名 ひかるスタイル 開設

看取り士派遣・看取り士養成・各所での講演活動などを行っています。

看取り士って？
何をする人？



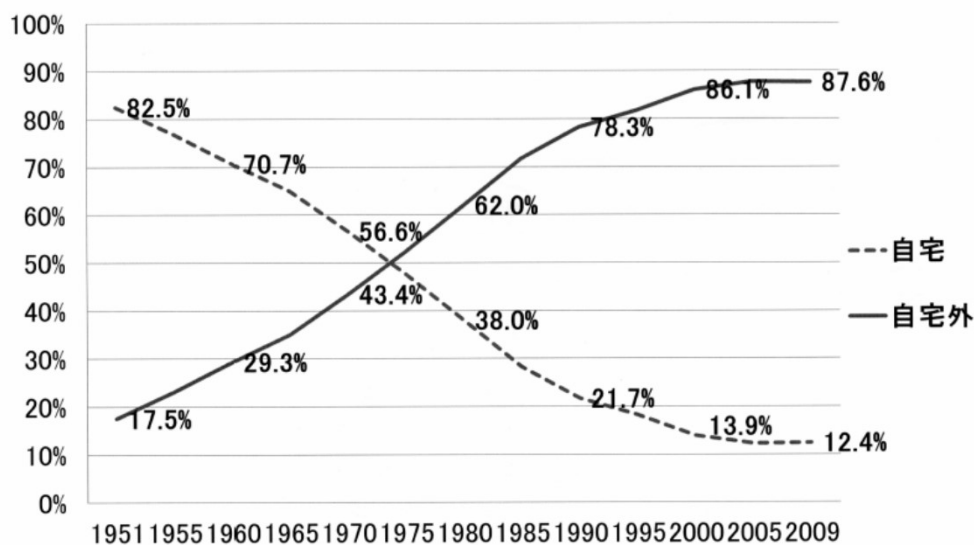
看取り士の3つの仕事

- ① ご相談対応
- ② 臨終の立ち合い
- ③ 看取りの作法の伝授

日本看取り士会 現況報告 (令和6年9月)

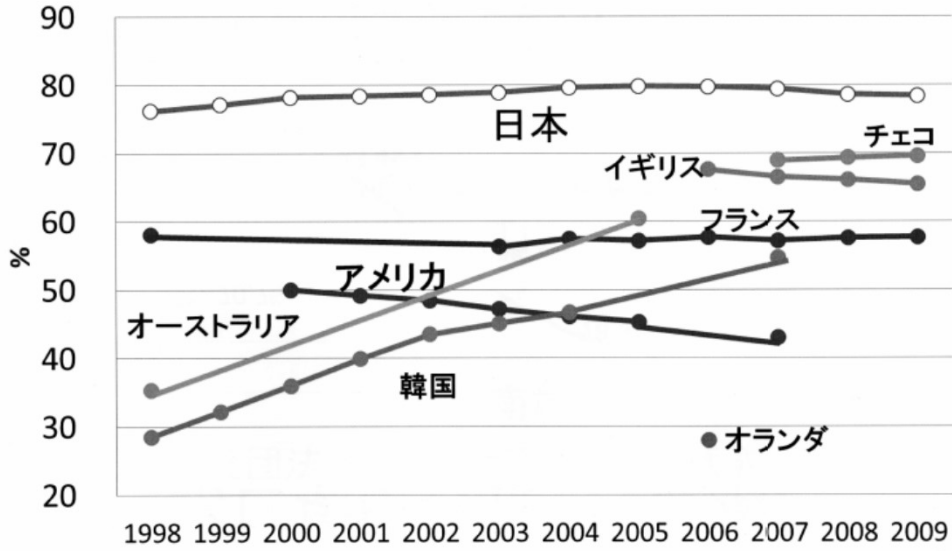
看取り士数 2694名
 ペット看取り士数 184名
 エンゼルチーム 2723支部
 看取りステーション 全国62か所
 研修所・研修室 全国56か所

死亡場所の推移(日本)



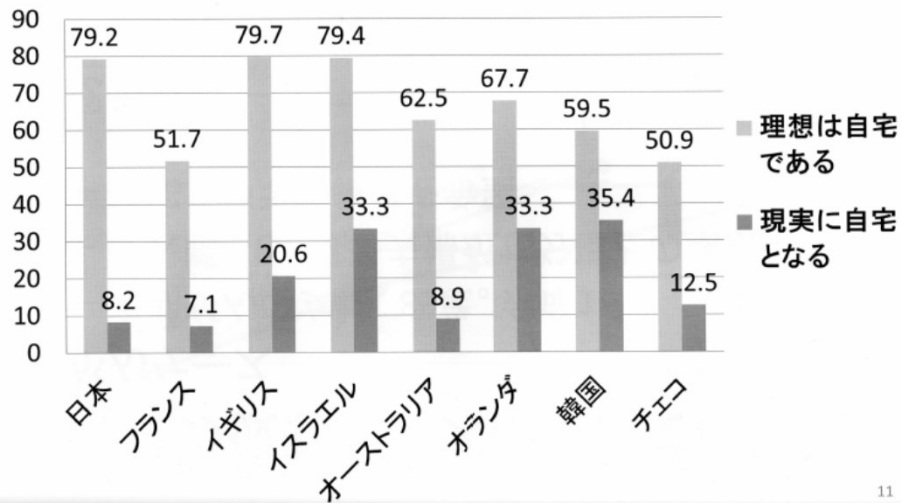
厚生労働省「人口動態調査」2009

各国の病院死率の変化



看取りの場所＝「自宅」の理想と現実 理想と現実のギャップは日本が最も大きい

自宅で終末期を迎えること(がんケース)「理想」と「現実」(%)



日本のQODは世界第14位

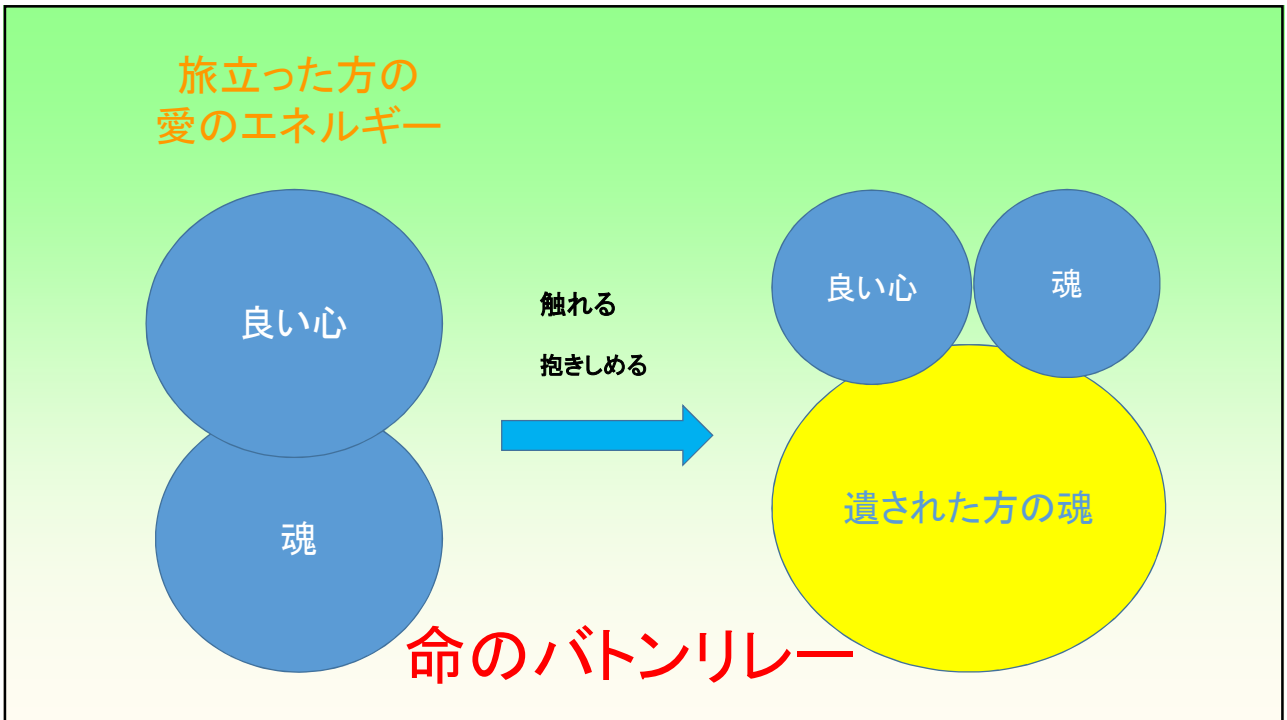
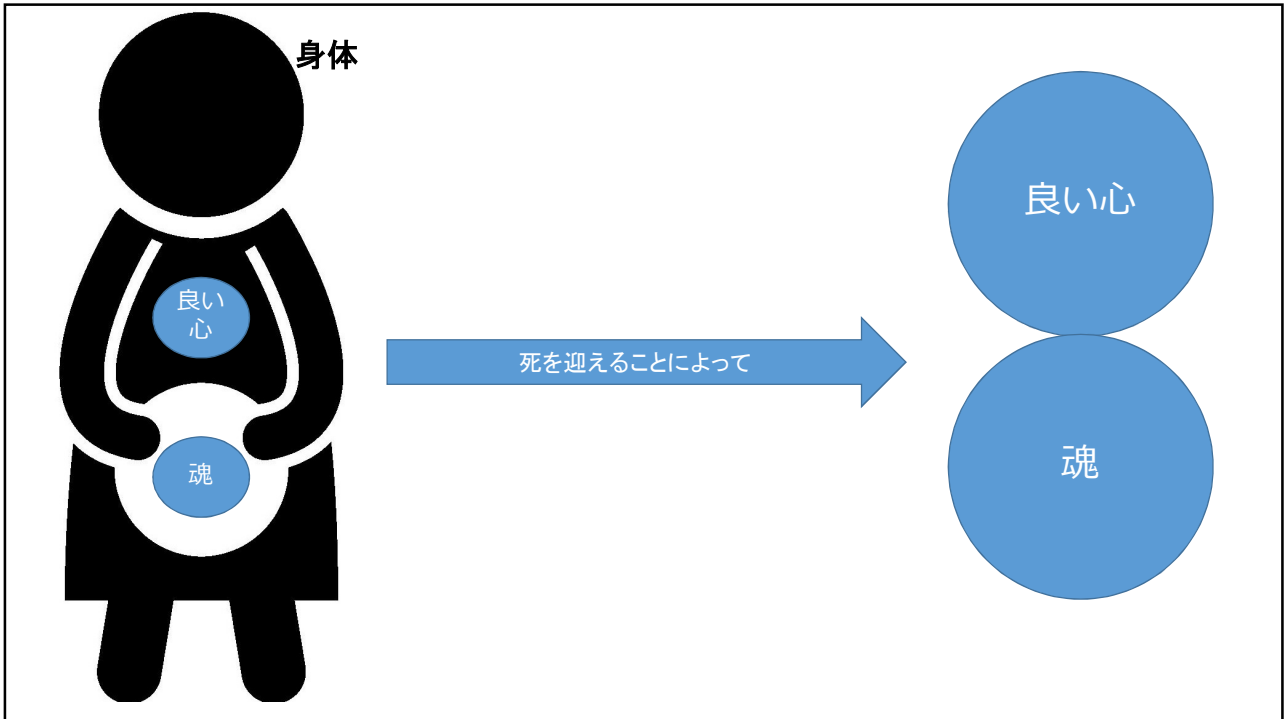
QOD=Quality Of Die
(死の質)



マザーテレサ

人生のたとえ99%が不幸だとしても、
最後の1%が幸せならば
その人の人生は
幸せなものに変わる

最期の時、
全ての人々が愛されていると感じて
旅立てる社会作り



プラスの死生観とは

死というのはマイナスのイメージだが、マイナスのイメージをプラスに変えていく。どんな死もマイナスにはしてはいけない。失うのではなく、身体は機能が終わっても、そこから命のエネルギーが放出され、それは愛のエネルギーとして遺された人たちに手渡される。その愛は遺された人の魂に重なり、明日からの勇気や希望になって、愛する人たちを支えていく・・・という考え方。



ではみなさんはこれからの日々、どのように過ごしていきたいと思いませんか？

第10回 地域包括ケアシステム特別オープンセミナー

尊厳ある“在宅での看取り”とは

85歳以上の超高齢者が1,000万人を超える日が10年後に迫っています。「在宅」の意味も、旧来の自宅に加え、有料老人ホーム等柔軟に捉えられるようになった中、在宅医療は、入院と外来に並ぶ、もしかするとそれ以上にニーズが大きい医療分野になるうとしているのかもしれない。
そこで、今回のセミナーでは「尊厳ある“在宅での看取り”」を念頭に置きながら、在宅医療を巡る関係者の取り組み、課題、将来展望を自由に語り合います。

日時：令和6年9月2日(月) 14:00~17:15(開場:13:30)
会場：全国社会福祉協議会/全社協・麗尾ホール(新霞が関ビル内)
(〒100-8980 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル1F) ※当日オンライン配信なし。

内容：

【開会挨拶】14:00~14:05

辻 哲夫(医療経済研究・社会保険福祉協会 理事長)

【基調講演】14:05~14:45

田中 滋 氏(公立大学法人 埼玉県立大学 理事長)

「何が地域包括ケアシステムの中核なのだろうか」

【ショートレクチャー】14:45~16:00

武田 俊彦 氏(日本在宅ケアアライアンス 副理事長)

「2040年の社会と地域包括ケアシステムの新たな展開について」

花戸 貴司 氏(東近江市 永源寺診療所 所長)

「地域全体からみる地域包括ケア～永源寺の地域まるごとケア～」

中井 培雄 氏(医療法人社団 和楽仁 芳珠記念病院 理事長/地域包括ケア推進病棟協会 会長)

「地域包括ケア病棟を有する急性期病院における看取り」

高砂 裕子 氏(一般社団法人 全国訪問看護事業協会 副会長)

「尊厳ある“在宅での看取り”訪問看護の実践からの報告」

柴田 久美子 氏(一般社団法人 日本看取り士会 会長)

「自宅で最期を迎えるために」

【休憩】16:00~16:15

【パネルディスカッション】16:15~17:15

座 長：田中 滋 氏

パネリスト：武田 俊彦 氏、花戸 貴司 氏、中井 培雄 氏、高砂 裕子 氏、柴田 久美子 氏

【閉会】17:15

参加費：無料(賛助会員・一般) ※第10回記念開催のため、無料でご参加いただけます。

定員：200名 ※弊機構の賛助会員以外の方もご参加いただけます。

柴田 久美子

第13回 杉浦地域医療振興賞
(2024年度)

岡山県医師会様と共に最優秀賞を受賞いたしました。



終末期医療は『委ねる』ことができる状態を作るために多職種が関わる

“看取り士”と“エンゼルチーム”の仕組み

～慣れ親しんだ自宅で、
穏やかな日々を過ごすために…～



「看取り士」

幸せなエンディングをプロデュースする職業。
医療保険・介護保険を使いながら独自サービスで支える。

具体的な、看取り士の仕事として、

- ① ご相談対応
- ② 臨終の立ち会い
- ③ 看取りの作法の伝授を、行う。

「エンゼルチーム」

看取り士を支える、無償見守りボランティア。
エンゼルチームは、何をするわけではなく、ただそばに寄り添う。
旅立つ方の尊厳を守りながら、見守るのが役割。

弱り・苦しみを訴える人にどう答えるか？

「もう私、自分でトイレに行けなくなった。こんなお荷物になってしまって、死んだほうがましだ。」



死んだほうがましだ、という人は「死にたい」と思っている？

「死にたい」ではなく「苦しい」
最低限のことができなくなったことが「死にたいほど苦しい」

- ・「自分なんて死んだ方がまし」と言われた時、「そんなこと言わないでほしい」と言われて心が動く人もいる。
- ・「そんなこと言ったらあかん」と言われて「誰もわかってくれない」と思う人もいる。
- ・正解はない。
- ・返事に困る言葉を使う人＝苦しんでいる人

苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってもらとうれしい

- ・一緒に嘆いてくれるとうれしい。
- ・手伝いを口にしてくれるとうれしい。
- ・「苦しいんだね」とつらさを共有する。
- ・「手伝うからね」と支援を約束する。

NGワード: がんばって

(気持ちの表出の妨げになってしまう)

【わかってくれる人】になる

- ・〈私〉が主語になって〈相手〉を理解しようとしても限界がある。
- ・〈相手〉を主語にして「わかってもらえた」と感じてもらうことは可能。
- ・〈わかってくれる人〉になることが必要。

相手を理解する＝わかってくれる人になる

寄り添う

- ・「寄り添う」を具体的な動作で表現すると、「聴く」と「待つ」。
- ・「聴く」は反復を使いながら聴く。
- ・「待つ」は沈黙を使いながら待つ。

傾聴・反復・沈黙



「傾聴・反復・沈黙」の会話

- A: 最近眠れないんです。
 B: 最近眠れないんですね。(反復)
 A: はい。
 (沈黙)
 A: 夜になると良くないことばかり考えてしまって・・・
 B: そうですね。夜になると良くないことばかり考えてしまうんですね。(反復)
 A: そうなんです。
 B: そうなんですね・・・(反復) → 理解してもらえたと感じた時に出る言葉
 (沈黙)
 A: 治療・・・うまくいくのかなあ。
 B: はい、治療ですね。うまく行ってほしいですね。(反復)

ネガティブな気持ち

- ・ネガティブな気持ちの表出は、大事な気持ちの表出。
- ・ネガティブな気持ちの表出に適切に対応できるようなケアスタッフの育成が必要。

支援する人もまた守られる

- ・ネガティブな気持ちの表出に対しても、傾聴・反復・沈黙で「わかってくれる人」になる。
- ・ネガティブな気持ちの表出に対する対応方法がわかると、支援者が「どう答えていいかわからない」つらさから守られる。
- ・冷えきった気持ちを持つ人が「わかってくれる人がいる」ということで温められる。
- ・支援する人を守り、冷えきった気持ちを持つ人を温めるための反復・沈黙。

愛されながら旅立つ／旅立つ人に愛される

- ・ご自宅や施設で自分の気ままを通せるのは、支援者が「わかってくれる人」だから。
- ・病院では「管理」だけど、ご自宅や施設は「支援」である。
- ・だから病院都合・スタッフ都合ではなく、本人都合で旅立つことができる。
- ・旅立つ人は支援者に愛されながら、旅立ちます。
- ・支援者もまた、旅立つ人に愛されながら見送ります。



tipiq