

めむろ地域医療講演会講演録

～公立芽室病院は、「最期まで自宅で過ごしたい」
(在宅療養)にどう応えているか～

【日 時】令和5年3月11日(土) 13:00～15:00

【場 所】めむろ駅前プラザ めむろーど2階セミナーホール

プログラム

①開会 13:00

②会長挨拶 13:00～13:05

③講演内容

I 体験者発表『在宅療養(看取り)を経験して』
発表 13:05～13:35

II 『在宅療養に向けた入院中の準備について』
講師 公立芽室病院 看護科(病棟)田島 真美看護師
講演 13:35～13:50

III 『訪問リハビリについて』
講師 リハビリテーション科 大沼 崇主査
講演 13:50～14:05

IV 『在宅療養における地域連携室の役割』
講師 地域連携室 渋谷 理恵ソーシャルワーカー
講演 14:05～14:20

V 『ご本人とそのご家族が安心できる在宅療養』
講師 看護科 三上 真紀子副総看護師長
講演 14:20～14:50

④質問 14:50～14:55

⑤閉会 14:55～15:00 閉会

主催 公立芽室病院をみんなで支える会

※連絡先 事務局 62-2516 (村上建設)

後援 公立芽室病院

鳥本会長挨拶

皆様こんにちは、本日はお忙しい中、めむろ地域医療講演会に参加いただきありがとうございます。

支える会では芽室に住んでいるみんなで公立芽室病院をもっとよく知ろうということで、毎年地域医療講演会を開催しております。地元の病院で働くお医者さんや看護師さん、職員の方々がそれぞれの部署で頑張っておられることを直接お聞きすることで、病院に対して理解が深まり信頼と安心を得られると考え、病院が抱えている問題や、今取り組んでいることなどをお話しいただいているところですが、今回で8回目になります。昨年6月には「芽室町の高齢者の4分の3が願う最後まで自宅で過ごしたいに公立芽室病院は応えられるか」のテーマでこれからの公立芽室病院が目指すところ、在宅時の訪問看護についてのご講演をしていただきました。皆さんのお手元に配られています資料が、昨年の講演の時の要旨ですので目を通していただければと思いますが、公立芽室病院が目指すところを、これまで担ってきた急性期・専門医療を含む幅広い分野の医療から終末期医療を含む回復期慢性期の医療に重点を移し、地域包括ケアシステムの中核的施設を目指していくことが説明され、在宅医療の訪問看護についても具体的な説明をいただき、利用者が増えている事もよくわかりました。参加された方々のアンケートからは、「訪問診療体制が進んでいることが解り良かった。」「町内で訪問診療と訪問看護を行える病院がある芽室町に住んでいてとてもありがたい事だ。」「病院が目指している方向性を町民に伝えることは大切だ。」というような感想が寄せられておりました。昨年に引き続きとなりますが今回はもう一步掘り下げ、「最後まで自宅で過ごしたいに公立芽室病院がどう答えているか」という観点から実際に在宅医療を経験された御家族の方に、体験を聞かせていただくことになりました。そして、在宅療養に向けた入院中の準備や訪問リハビリ、地域連携室、訪問看護ステーションの関係のある部署の方々にもご講演いただきますが、本日の講演会を通して在宅医療体制の整った公立芽室病院が、この地域に住んでいる私達にとって、最も身近でとても大切な存在であると感じていただければ幸いです。講師の先生方にはお忙しい中を心よくお引き受けいただき、誠にありがとうございます。以上、簡単ですが開会にあたっての挨拶とさせていただきます。

中川ゆかり司会

昨年6月に開催いたしました講演会に引き続き、今回は公立芽室病院が在宅医療にどうこたえているかをテーマとし、もっと町民の皆さんに公立芽室病院が行っている在宅医療について知っていただきたいと思います。実際に在宅医療を経験された御家族の発表をお聞きし、患者さんやご家族を専門職がチームとなって支えているお話をお聞きし、公立芽室病院がこの地域に住んでいる人たちに、もっと身近な存在あるということを感じてほしいと思います。なお、今回体験発表を下さる御家族のみなさにはお忙しい中お引き受けいただき心から感謝申し上げます。ありがとうございます。それでは講演1在宅医療を経験してと題しまして、ご家族の方に貴重な体験発表をしていただきたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。

講演Ⅰ 『在宅療養（看取り）を経験して』

<体験1 例目>

母は、昨年6月6日、96歳で長い生涯を閉じました。

（施設入所中はコロナの中で面会不可）

弟夫婦とともに暮らしていましたが、認知も出てきたこともあり、2021年の10月末に施設に空きができて入所しました。コロナの中で面会もかなわずリモートで顔を見ることは出来ましたが、母は耳の聞こえが悪いため話しかけても会話にならずとてもじれったく歯がゆい思いでした。正月も外出できず会うことはできませんでした。5月12日近くに住んでいる私の娘とアルバムを作って、「ばあちゃん、会えなくて寂しいね。会いに行きたいけどコロナのため、面会できないの。ごめんね」と手紙を添えて届けました。職員さんの配慮もあり、2階の廊下の窓まで母を連れて来て下さり、私たちは外で遠目に母に会うことができました。母は私達を見つけ「おいで、おいで」と手をかざし、何か言いたそうに私達を呼んでいるようでした。職員さんに諭されたのかあきらめた様子で、後ろ髪を引かれる思いで帰ってきたことが思い出されます。

（急な余命宣告を受ける）

それから一週間足らずに弟から母が入院した、病状がとても思わしくないと連絡が来ました。私はびっくりして詳しい病状が知りたく、弟夫婦とともに医師の面談を受けました。「来院したときは貧血がひどく輸血もしましたが、効果はありません。胃の進行がんで出血してます。ながくて一か月、吐血すると今日明日にもわからない、今となっては点滴も本人にとってはつらいはずです。何も処置できません。」と告げられ、頭が真っ白になり、言葉が出てきませんでした。

（少しでも長く寄り添いたい）

少したってから、それなら母のそばに、少しでも長く寄り添いたいと思い、自宅介護を申し入れました。事前に私の家族、夫と長男に承諾を得ていた事もあり、弟夫婦にもお願いして、話を進めました。すぐに院内で看護師さんから訪問看護の医療体制、介護用品のリースなど詳しく説明を受け、お世話になることにしました。弟から「介護は大変だから一週間ぐらい区切りをつけてみては」と提案があり、初めての事なので、とりあえず様子を見ることにしました。芽室病院の訪問看護の医療体制などは、新聞、広報めむろなどで時折、目にはしていましたが、実感はなく人ごとに思っていたものです。

（娘が相談相手に）

幼いころから祖母に可愛がられていた私の娘も「ばあちゃんのお世話を手伝い」と言ってくれ、二人で部屋を片付け、リース用品の手配と母を迎える準備をしました。そして、泊まり込んで手助けしてくれました。相談相手が近くにいたことは心強いものでした。久しぶりに会った母はいつから食事がとれていなかったのか、痩せて小さくなってました。

（母を知る多くの者が会いに）

盆、正月など母の周りにはいつもたくさんの方が集まっていたので、すぐに母の病状、私の家に来ていることをなど、身内親戚に連絡しました。すると少しでも元気なうちに会いたいと、本州の孫、札幌の孫、姪、甥たちが次々と会いに来てくれました。誰もが母の手を握って今までありがとう、大好きだよと言葉を掛けあっていました。帰るとき母は「また来てね」と嬉しそうにしました。

（訪問看護があるので、大丈夫、看取れますと）

看護師さんも一日おきぐらいに来て下さり、健康状態のチェック、体の清拭、薬の手配、私たちの心配事など聞いていただき、髪の手洗までしていただきました。一週間ぐらいたった時、「どうですか？まだ看れますか？」と声をかけていただきました。「こんなによくし

て下さるので大丈夫です、看取れます。」と即答できました。家に来て四五日はベッドにも座れ、少しの食べ物も口にすることができ、トイレもでき、音楽を聴いたり、オセロをしたり、昔話をして写真を見たり、「若いときはあちゃん美人だったね」と孫が言うと、「今でも美人だよ」と冗談を言ってましたが、日に日に痩せてき、起き上がれなくなり尿管も入れていただき、時々辛そうな顔を見せるようになり、座薬を入れてもらったりして、ちょっとした母の変化にも不安になりましたが、毎朝のように看護師さんから「どうですか」と電話をもらえたことは、とても安心感がありました。心強かったです。今後起こりえる母の病状など、アドバイスを受けパンフレットもいただき、ある程度の覚悟もできました。それから吐血もありすぐに看護師さんが来てくれ、下着、シーツの交換、体の清拭など、スムーズにして下さり、慌てずに対処できました。それから間もなく、家族に見守られる中、静かに息を引き取りました。連絡すると直ぐに看護師さん、医師も来て下さり、処置もしていただきました。とうとうその日が来てしまいました。でもきっと母は、楽になったんだと思う。そう思うことにしてあまり悲しくありませんでした。短い間の介護でしたが、最後まで母のそばで見守られたこと、皆が心配して、毎日のように顔を見せていつまでも手を握って話をしてくれていたことは、とてもありがたく思いました。

（過ぎてから、今思うこと）

盆、正月と皆に会った時、「家に連れて帰ると言ってくれて本当に良かった。ばあちゃんと話ができ良かった。」という声が聴けて私も報われた気持ちになりました。あのまま病院で皆に会えることなく、一人で死を迎えさせていたら、皆の心にいつまでも淋しく、虚しさだけが残ったと思います。母は施設に入所する前、1週間ぐらい私のところに来ていました。でも一緒にいたのに病気に気づいてやれなかったこと、こんなに悪くなるまでどうしてやることもできなかったことが悔やまれます。高齢者の健診検査は苦痛も伴うと思いますが、せめて血液検査だけでも受けていたらもっと早くに母の病状も分かったような気がします。短い間の看病でしたが、在宅医療を利用させていただいたことでゆったりと母と向き合えたことに感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。私たちの町の芽室病院は、特に高齢者の方にはなくてはならない場所です。今後の発展を念願して終わりとします。ご清聴ありがとうございました。

<体験2例目>

（感謝をお伝えしたく）

私は人と話をすることは好きですが発表は苦手です。母が亡くなってから9か月になります。症状が出てたった2か月でした。最近やっと母の死と、もう一人の父の施設入所の現実を受け入れられるようになりました、母の看取りに携わって下さった皆様に感謝の気持ちをお伝えしたくここに来ました。

（母が元気な時の様子）

母は90歳、父は93歳、古い家で何とか二人暮らしでした。要介護2の二人ですが、数年前からそれぞれ別の施設に週2回通所生活でした。私たちは三姉妹でそれぞれ家庭を持ち、近くには住んでいましたが、ここ3年くらいはコロナ渦もあって実家に集合はできませんでした。介護は長女の私が中心で、朝・夕2回、実家に通って夕方6時過ぎ、二人が夕食を食べ始めたのを見届けて、「じゃあ、また明日ネ…」と私が言うと父も母も「ありがとう」って必ず言うてくれました。ご飯をいる途中でも箸を止めて玄関まで見送りにきてくれました。二人の妹たちやその家族も時間を見ては協力してくれる介護生活でした。耳は二人とも日常会話は出来るくらいでした。でも認知症の進行は父の方が結構スピードアップしている状態だったように思います。「娘達に迷惑かかるから…、父さんより早く死ねない。」というのが母の思いでした。通院は公立芽室病院の他2か所で90歳なりだったように思います。

去年の1月はまだよく食べて、よくおしゃべりをして、夕食づくりの簡単な作業は手伝っていました。お団子づくりなどは大のお得意でした。食欲も旺盛でした。

（食欲がなくなってきた）

3月に入ってから食べる量がずいぶん少なくなったなあと感じていました。毎日午後になると電話で「怖いんだけど薬飲んでもいい？」と母、「大丈夫、いいよ～」と私、頓服の様に不安を和らげる薬を使用していました。母には「大丈夫だよー」の言葉が薬のひとつだったように思います。

家の中ではフラフラしながらも自力でトイレもできました。

（嘔吐が始まって）

4月に入りはじめての通所に行き、2日後の午後、実家に行く前に電話すると、受話器を持ちながら嘔吐が始まりました。急いで家に行くと父はオロオロし、不安そうに眺めていました。日曜日なので様子を見ていましたが、嘔吐が止まらないので、夕方公立病院に電話しましたが、コロナ感染者が急増していることもあって、当番病院を紹介され、ここもまた電話をすると救急の人がいっぱい受診できませんでした。夜になって夜間救急センターに行き、そこでは「食あたりで」と言われ、点滴1本で帰ってきました。その後も嘔吐は続きましたが、本人はお腹がすいているからとか水が欲しいとか言ってきます。その状態でも私には「もう家に帰ってもいいよー」と言う母でした。次の日、孫と妹が付き添い、公立を受診、急性嘔吐症と脱水症で検査入院になりました。父は一人ではおけないので私達、他の家族が見守りです。1週間後、先生から十二指腸のむくみと炎症で逆流したのではないかと言われました。また三日目から少しずつ食事をして吐かないようになったので、と電話で説明を受けました。その後、落ち着いたので通院でした。次の日はショートで入所の父も帰宅し、以前の暮らしに戻ったかなーと感じ、四日後には予約していた大江病院にも連れて行くことも出来ました。でも、食事の量はずいぶん少なくなりました。それから五日後、また嘔吐が始まり、夜、公立病院に入院になりました。父はまたショートで入所になりました。このころから父の認知症は急速に進んだように思います。

（癌の宣告を受け）

2度目の入院から三日後の夕方、先生から電話で前回の胃カメラより中まで入れることができ、細胞が取れ、結果まで1週間かかるとのこと。それから缶の栄養剤と口からの流動食の説明があり、もし悪性でも年齢的にも大きな手術は無理と告げられました。

個室の母はというと、看護師さんに「一人になったことがないで淋しい。」と言い泣いたそうです。二人部屋に移してもらい落ち着いたようでした。数日後病棟に電話で様子を聞くと、栄養剤はほとんど飲まずヤクルトをちょっとだけ飲むくらいでした。気がまぎれるかと家族の写真やクッションなどを差し入れると大喜びでした。

その後先生から電話で十二指腸癌と宣告されました。母は90歳を迎え、防災ラジオから流れる「夕焼け小焼けは淋しくなるから嫌い」と言い、自然よりも人の中にいるが好きと言い、死に対する不安も人一倍大きな人でした。本人に余命宣告はせず、本人が楽しいと思うこと、うれしいと思うこと、何よりも食いしん坊の母ですから、口から少しでも食べさせてあげたいと思いました。オンライン面会もしてみました。笑顔をみせ、手を振ってうれしそうでした。

（在宅診療の説明を受け、途方に）

妹と二人で直接先生の病状説明も聞かせていただきました。とても分かりやすかったです。多分この時に在宅診療の話も入っていたと思います。恥ずかしい話ですが、通院時などに病院内に貼ってあるプリントとか広報で知ってはいましたけど、自分たちに直接かかわることとは考えていませんでした。先生から、頃合いを見て在宅で、と聞き「はい、わかりました！」と答えたものの、古い家でなにかから準備したらいいのかと途方にくれました。まずは荷物の片付けでベッドのスペース作りからでした。

（母の気持ちも変り、受け入れの準備）

母本人はと言えば、看護師さんに「もっと元気になってから帰りたい。」と言っていたようですが、「娘さんたちが待っていますよー」という言葉に、徐々に「帰りたい」に変わっていったようです。

強い人がだんだん泣き虫にもなった母ですが、担当の看護師団は「自分の意思表示ができて可愛いですよ」と言って下さいました。ありがたい言葉でした。

ここからは受け入れ準備です。カーテンを明るい色に変え、花畑が見えるようにし、荷物の整理の数日が過ぎ、オンラインで数回、父やもう一人の妹夫婦と面会すると、涙、涙でしたが、でも最後は母らしくガッツポーズでした。「じいちゃんよろしくね」も忘れずに言いました。結婚71年目でした。

その数日後に先生から「今が家に帰るチャンス、帰宅寸前まで点滴をして、家では水分から」と電話をいただきました。

（自宅で喜んでもらいたい）

退院前日には、退院後のケアの説明を受け、コロナ対策もしっかりしたつもりでした。姉妹3人、事前の相談もできませんでしたが母に喜んでもらいたい一心でした。

退院の日、ベッド他リース用品の方、ケアマネ、看護師さんの手際の良さにびっくりでした。介護士の妹も2週間の休みを取りました。母は車からベッドまで自力で歩き、私に「今日は何が食べられるのかな？」と聞きます。私は「病院でいっぱい点滴したから、少し休んで飲み物からだねー」と答えました。首をかしげる母ですが、私達三人娘が目の前に並ぶと手をたたき喜び、笑顔いっぱいでした。母はベッドに横になっているだけで口と手は止まらず家族が来るとガッツポーズで「がんばる」と言います。

（コロナ下でも近所の人）

かわるがわる孫たちや隣の人とか近所の人会いに来ます。止められませんでした。

ここから2週間、娘3人で2人ずつ1回に2泊し、1泊は自分の家で眠るのローテーションが出来上がっていきました。口からの水の量、尿の量など三人でメモも書くようになりました。孫でもひ孫でだれでもいいから常に誰かが、そばにいないと不安で淋しくなるようでした。

先生や看護師さんが来て下さると、そのたびに「遠いところをありがとうございます。」と言いました。声が小さくなるとベッドの柵を叩いての合図でした。

（水分のみになって）

四日後くらいにのみ薬が座薬に変わります。水10CC 飲み3倍の量を吐く状態でした。自力でのトイレも難しくなりました。入れ歯も外しました。入れ歯はもともと外さないで寝る人でした。でも外しました。その状態でもいつも通りまわりで私達は、他愛のない話をしたり、母に「母さん野菜のタネ巻いといたよー」などと話しかけていました。三人でお世話できる幸せも感じました。

亡くなる三日ほど前には大好きなスイカをジュースにして口にしたり、お気に入りのアイスを一口なめ「うまい！」と言いました。ショートで入所の父も2、3度会いに来ることができました。退院の説明の時には最後のお別れになっても、苦しむ母の姿をみる自信がないと思っていましたが、介護職の妹のたすけもあり、自分たちで最期まで看ようと覚悟も出来ました。

家族みんなが濃い2週間でした。

（これから体験される方に）

これから自宅で看取りをする方に対しては、訪問して下さる看護師さんなどにどんなに小さな不安でも聞いてみることを、相談することが大事かと思えます。自分たちが疲れすぎていても、疲れを感じなくなってしまう。休養も大事です。まだ親が元気な日々の生活の中で大事と思うこと、大事なものを少しだけなにげに聞いておくことも必要かと思いました。

（体験して私も在宅でと思うように）

先日、自分が患者になったら在宅療養を望むかと聞かれました。家族に負担をかけられないと誰でも考えると思います。私も思いました。ですがテレビのドキュメンタリーで末期がんでも一人暮らしで在宅療養を受ける人達の笑顔を見て、環境を整えば、私もそんな風に生きたいと思いました。

まずは私ができることは、健診を受けること、いつか使うかもしれない…と物をため込まないこと、これなら私にもできそうです。

(最後の時)

母のように最期の時、「ありがとう」とは言えませんでした、「あっ」と言いました。そんな風に私もなりたいと思います。