自分らしく生きるために地域で支えあう ―「リビング・ウィル」の啓発活動と「私の意思表示帳」の作成―



内田 信之 氏

NPO 法人あがつま医療アカデミー理事長
原町赤十字病院副院長

要旨

「NPO法人あがつま医療アカデミー」は、群馬県吾妻地域の医療にまつわる様々な問題を地域のあらゆる医療者が共有して考えていくことを目的に、2012年7月に設立された。これまでに「認知症」、「歯周病」、「胃ろう」、「ロコモティブ症候群」、「摂食・嚥下障害」、「乳癌」、「大腸癌」などをテーマとしたフォーラム、セミナー、市民公開講座などを開催し、一般住民の方々にも広く参加を呼び掛けてきた。2014年は「リビング・ウィル」を最重要テーマに位置づけ、三つの事業を中心に活動を行った。一つ目は「リビング・ウィル」に関する研修会の開催である。医療関係者のみならず、行政、消防、学生、一般住民の方などを対象に計32回開催し、611名の方々に研修を受けていただいた。二つ目は「私の意思表示帳」の作成である。A5版で計14ページの冊子とし、計3000部を作成して吾妻地区の各医療介護施設に配布した。三つ目は「リビング・ウィル」をテーマとしたフォーラムの開催である。年末にもかかわらず、医療関係者や一般住民の方、計150名が参加した。これらの事業を通じて私たちは、「リビング・ウィル」の問題が私たち人間にとって避けては通れない普遍的な課題であることを改めて実感した。吾妻地域の多くの方々に、自分自身の終末期、あるいは家族の終末期を深く考える機会になるよう、地域に密着した活動を今後も地道に継続していく予定である。

1.背景と目的

群馬県吾妻郡(吾妻地域)は県の西北に位置する山間部である。日本の多くの地方社会と同様に、少子高齢化の進行、老々介護の増加、単身世帯の増加、認知症患者の増加、寝たきり患者の増加など、様々な医療上の問題を抱えている。私たちはこのような現状を鑑み、施設の枠に留まることなく地域の医療の問題をあらゆる医療者が共有し考えていくことを目的に、吾妻郡医師会、吾妻郡歯科医師会を始め、薬剤師会、看護師会、栄養士会などとともに、2012年7月13日に「NPO法人あがつま医療アカデミー」を設立した(2013年からは理学療法士会も参加)。このアカデミーを通して様々な問題を取り扱う中で、がんや認知症の末期となり経口摂取ができない状況、意識のない状況に陥る可能性が誰にでもあるということを、私たちは常に考え続けることが重要な課題であるという認識に至った。そこで2014年は「リビング・ウィル」を最重要テーマに位置づけ、年間を通してその啓発活動を行ってきた。今回この活動の事業内容について報告する。

2.活動内容

(1)「リビング・ウィル」に関する研修会の開催

2014年春より1年間、計32回の「リビング・ウィル」の研修会を開催した(図1)。研修を受けた方は、吾妻地域の



図1 講演会風景

各医療関係者に加え、保健所や役所などの行政関係者、吾妻郡広域消防本部、吾妻郡老人クラブの会、看護学生、さらに一般住民の方など計611名であった。研修会の方法は、あらかじめ作成したスライドを使用してこの事業の中心者（原町赤十字病院看護師長の剣持る美、狩野道子、群馬リハビリテーション病院看護部長の荒木栄子、および著者）が講師となり20分から30分程度の講演形式とし、自分自身や家族の「生」や「死」について考えるきっかけになることに重点を置いた。

（2）「私の意思表示帳」の作成

大きな文字で、難しい漢字を使用せず、誰が読んでも理解できることを目的に作成した。A5版で計14ページの冊子である（図2）。内容は、冊子の意義についての説明、人工呼吸器や心臓マッサージ、輸血、点滴、経腸栄養、胃ろうなどの医学用語に対する簡単な説明に加え、自分の意志表示を記載するページ、自由記載ページである。3000部を作成し、吾妻地区の各医療介護施設に配布した。

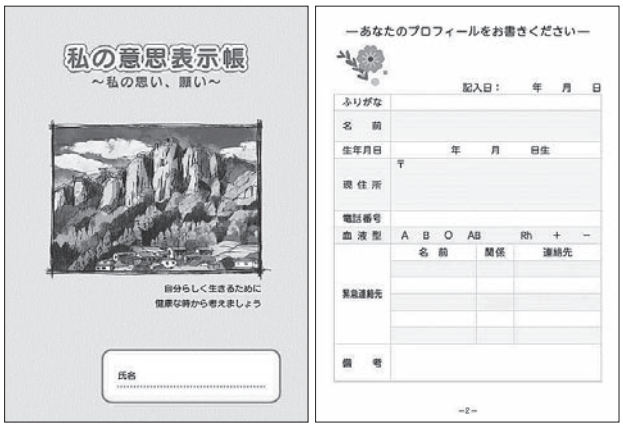


図2「私の意思表示帳」の表紙とその裏のページ

（3）「リビング・ウィル」をテーマとしたフォーラムの開催

フォーラムをより多くの人に知ってもらうため、地元中之条町で2014年12月7日に開催された中之条町リレーマラソンに有志が参加し、襷とともにのぼり旗もつなぎながらアピールした（図3）。フォーラムは2014年12月27日に開催した。基調講演の後、吾妻地区の中核病院である原町赤十字病院の若手医師、救急救命士、老人クラブ理事、牧師の4名より、2つの事例に対してそれぞれの考えを率直に述べてもらうパネルディスカッションを行った。年末にもかかわらず約150名の医療関係者や一般住民が参加した。



図3 中之条町リレーマラソンに参加

3.考察および結語

徒然草155段の中に、「死は前よりしも来たらず　かねて後ろに迫れり」という人口に膾炙した文章がある。まさしくその通りで、死は私たちの中に常に同居していると言って過言ではない。一方で、私たちは健康である時はこの事実を忘れてしまうことも否めない。「リビング・ウィル」をテーマとした研修会を開く中で、高齢者の家族を持つ人、重病や重い認知症の家族を持つ人、そして自分自身が高齢である人などでは、普段からこの問題を強く認識していること、また若い人たちにとってもこの問題の重要性を漠然と意識していることを実感した。そして、この研修会に参加し「私の意思表示帳」を手にすることで、改めてこの問題を深く考え直すきっかけになったと感じられた。この問題は私たち人間にとって避けては通れない普遍的な課題である。今回の私たちの活動は、継続すること、そして若い世代にこの問題を意識してもらい引き継いでいってもらうことが重要であると考えている。吾妻地域の多くの方々に、自分自身の終末期、あるいは家族の終末期を深く考える機会になるよう、様々な職種と連携しつつ、地域に密着した活動を今後も地道に継続していく予定である。

なお、この活動に関しては、平成27年6月13～14日に開催される第6回日本プライマリ・ケア連合学会で口演発表を行う予定である。また「日本プライマリ・ケア連合学会誌」に投稿予定である。

4.謝辞

本事業にご支援いただいた杉浦地域医療振興財団、ならびに研究遂行に関わった本アカデミー事務局の橋爪直紀氏をはじめ関係各位に深謝いたします。