

家族で行う ACP についてお話を伺いました。

今回は約 1 年半の在宅療養の末、お祖母様をお看取りし、
現在は、お祖父様と生活をしている市内在住の方にインタビューを行いました。

Q1: ACP や本人の思いを聞いておくこと、知っておくことを意識したきっかけはありますか？

A1: 祖父母と一緒に暮らす前は県外の病院で看護師として勤めていました。
そこでの経験から、本人の思いを聞くことや知るということは身近にありました。



Q2: お祖母様の想いはどのようにして聞いたり、知りましたか？

A2: 祖母の想いは、特別な話し合いの場を設けて聞き取ったわけではなく、普段の会話の中から知りました。またある時に「あと少し頑張れば家に帰れるよ」と声を掛けた時に、祖母からこの上ない笑顔が見られました。祖母にとって、家族とともに自宅で過ごすことが、本人の望む過ごし方だと思いました。
また、祖父から「一緒に暮らしてくれないか」という相談があったことや、コロナ禍、入院先の病棟の閉鎖等も在宅療養を選択するきっかけになりました。



Q3: ご家族にとって医療や介護の専門職が支えになったことがあれば、教えてください。

A3: 祖母が自宅に帰ってきてからは、困ったこと等は訪問診療の時だけでなく、メールで相談していました。主治医の横山先生や清水看護師の支えがありがたかったです。困った時に誰に相談していいのか、どこに相談すべきなのか、相談機関や相談に応じてくれる人を知ることが大切だと思います。



📄 訪問診療の先生と看護師さんに近況を報告！

Q4 今後 ACP に向き合っていく方々へのアドバイス等あれば教えてください。

A4: 日常の何気ない会話や自分の想いをノートにまとめておくことが大切だと感じます。

実は、私も学生時代からエンディングノートを作成しています。いつどこで何があるかわかりません。だからこそ、自分の「こうしたい!」という想いや、生いたち、銀行口座、サブスク、またそれらを誰に伝えてほしいか等書き溜めています。「もしものことがあったらわかるようにしてあるからね。」と家族に伝えてあるだけでも、残された家族は助けになると思います。



Q5: 在宅療養を支える家族に、ご自身の経験を通じて伝えたいことはありますか？

A5: 「本人の想いに寄り添う」と言いますが、実際はすごく難しいことだと思います。病気のことや今後のこと等分らない不安の中で、本人を支えることは難しいです。介護しながらの仕事も大変ですし、就労上の制限もあります。私自身看護師の資格を持っていても、中々採用をいただけなかったということもありました。また介護者は自分の時間が無くなるんです。そうすると本人にも優しくできないんですよね。本人の想いに沿った生活をしたくても、お金がなくてはできないですし、いつまで続くかわからない不安のほうが大きいです。

ご自宅で介護をされている方には、『まずは介護者自身を大切にして、自身の時間もしっかり確保してください。』という言葉伝えたいです。