

在宅看護センターミモザ第4回講演会

この町で最期まで生きるために必要なこと

NPO法人 神戸なごみの家
緩和ケア認定看護師 松本京子



1年365日暮らしと健康を支える私たちの活動

神戸市長田区101825人
高齢化率 30.2%

NPO法人

①神戸なごみの家雲雀ヶ丘
利用者数 6人

②神戸なごみの家西丸山
利用者数 3人

+短期利用ベット1床

③神戸なごみの家中津庵
利用者数 5人+カフェ

④暮らしの保健室 荒田町
がん・認知症・神経難病等
複合的に病気を抱え在宅
生活が困難な人



神戸市兵庫区107314人
高齢化率 27.8%

(株)なごみ

訪問看護ステーションあさんて

利用者数 80人~90人

在宅看取り 平成27年 49人

訪問看護師 6.5人・PT/OT 0.4人

介護保険5:医療保険5

連携型定期巡回・随時対応

機能強化型訪問看護Ⅱ

看護体制強化加算

居宅介護支援事業所あさんて
ケアマネージャー 1人

訪問介護ステーションあさんて

介護福祉士3人 ヘルパー4人

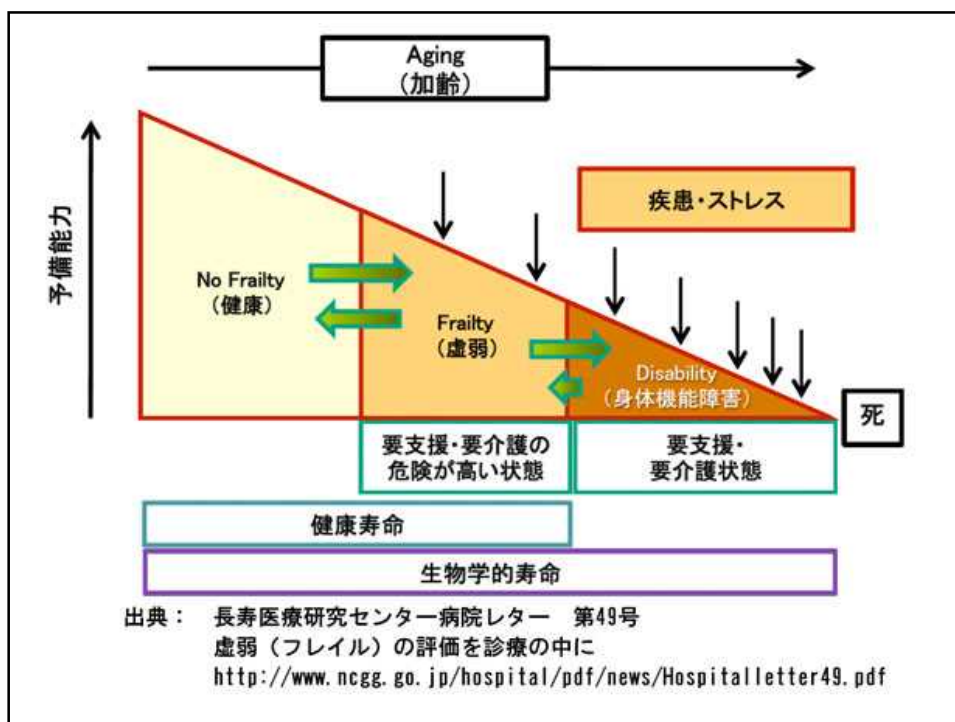
デイサービスあさんて 定員10人

利用者平均介護度 4.0

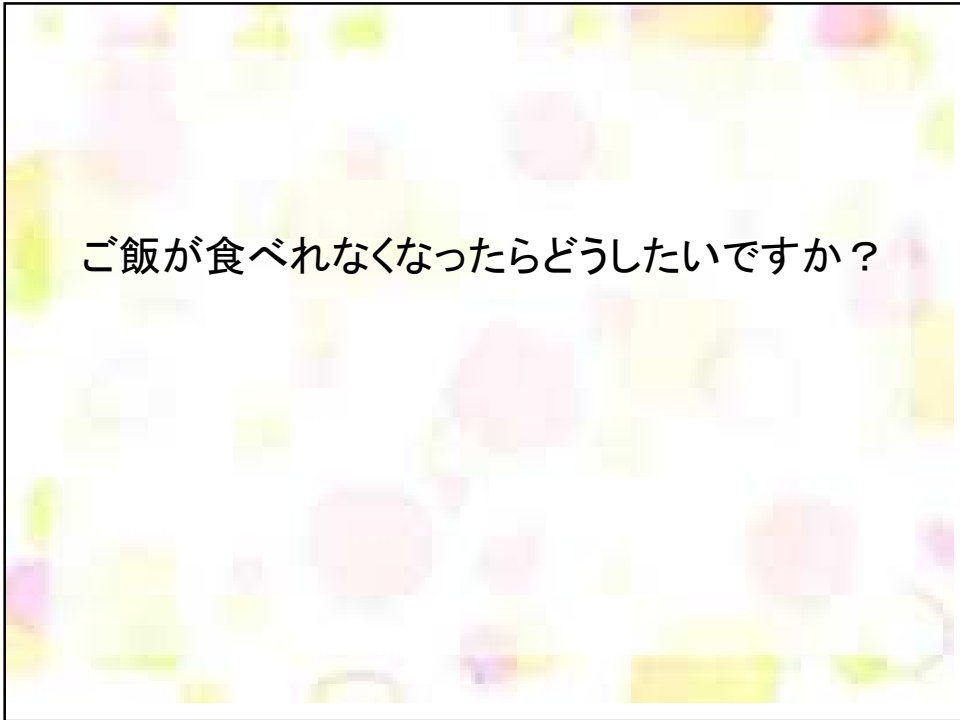
介護福祉士 1名 ヘルパー1名

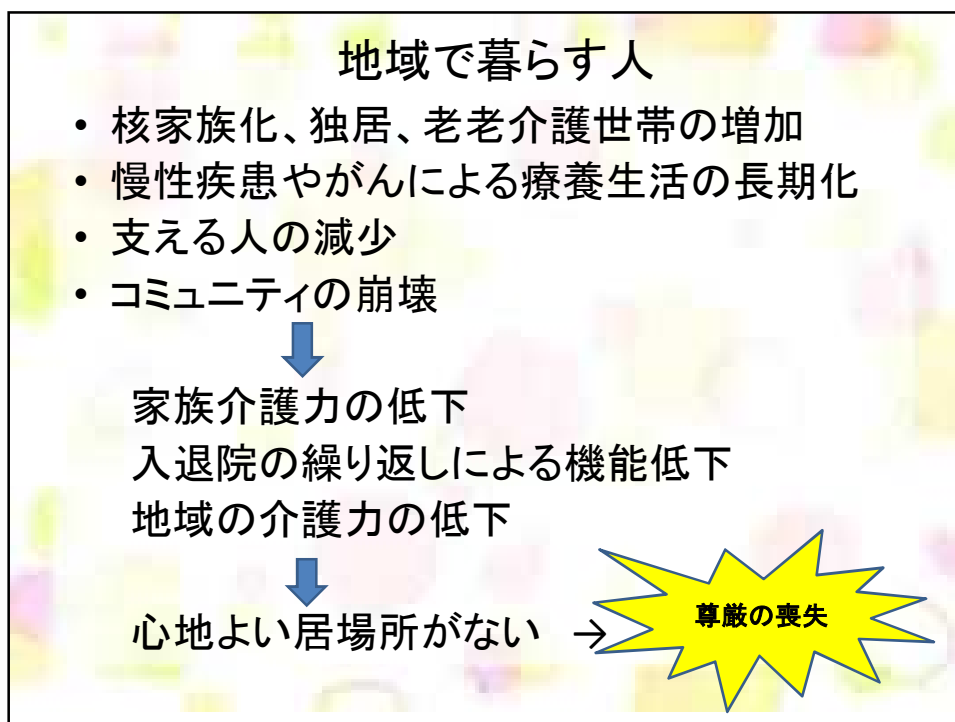
作業療法士 1名 看護師0.4

活動理念:住み慣れた地域で最期まで自分
らしく生きることを支援する



自分でトイレに行けなくなったらどうしますか？





ホームホスピスを拠点とした活動

地域で自分らしい暮らしを取り戻す

病院完結型



地域完結型へ



神戸なごみの家のしくみ

医療と介護の包括的な支援

訪問診療
訪問歯科
訪問看護

訪問リハ
訪問介護
デイサービス
ケアマネ

訪問入浴
病院
福祉
福祉用具



インフォーマル支援(スタッフ・家族・近隣住民)

住まいの提供・他人とのとも暮らし・家族の出入りは自由・

・当たり前の暮らし・生活習慣の尊重・外出・ボランティア・

本人の選択と本人・家族の覚悟

“看取りを地域に取り戻す”文化運動

高齢になっても、病気になっても、障害をもっても本当は、自分の家で暮らし、人生の終焉を迎えたい。

「家に帰りたい」そんなささやかな願いを叶える取り組みとして始まったのが、ホームホスピスです。

「第2の我が家」で生活の音と匂いの中で自分の暮らしを実現する

他人との“とも暮らし” 友 共 伴
家族が主体の看取りを支える

終の棲家と
なる1つの
選択肢

死を待つ暮らしではなく、最期まで生きる暮らしの支援

病院から退院3日目の変化

90歳台男性 脳梗塞後遺症 誤嚥性肺炎

ADL評価

FIMによる評価 30点(運動17点・認知13点)

高カロリー輸液

→経口摂取

バルンカテーテル

→尿意あり

意思疎通 不可

→通常会話

寝たきり状態

→車いす生活



残った人生をどのように生きていきたいですか？ご家族はどのように支えたいですか？

暮らしの力

- **暮らしの主人公であり続けることで生まれる自分の人生への肯定的な感情**
人との交流 人生の物語 自分を保つ
- **当たり前の暮らしのなかで引き出される持てる力**
自己効力感 自己尊重
- **最期まで自分らしく生きることを可能にする**
生活の自己コントロール
- **遺族へのグリーフケア**
家族が主体の看取り 達成感 いのちのバトン引き継ぐ

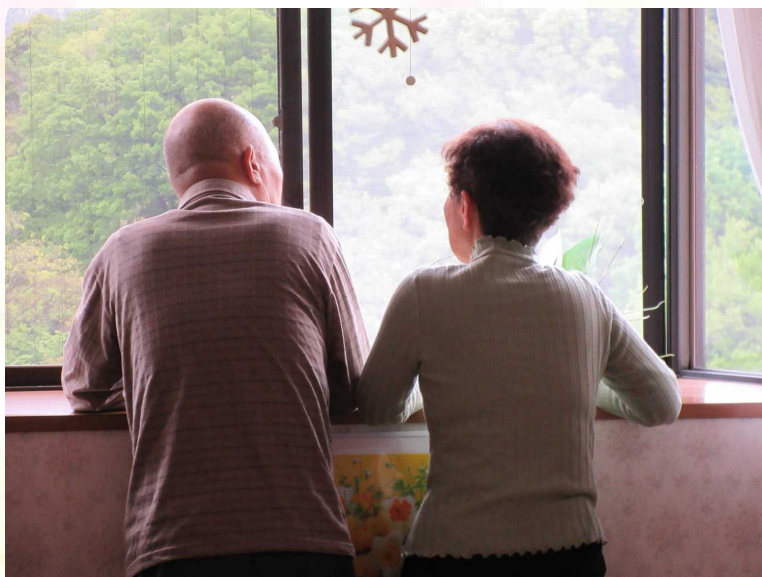
暮らしのキーワード

1. 自然
人間という生命体を持っている「自然」であり、「自然治癒力」又は、「自然の法則」「生命の法則」
2. 生活
この生命は人間の「生活」の在り方によって、健康にもなり、不健康にもなる
3. 生命力
生命体に生命が宿った瞬間から、その生命体の内に、自然に与えられるものであり、生命活動を営む根源的な力となるもの

家族が主体の看取り



言葉を失っても家族のつながりは...



穏やかな死へのプロセスは日々を自分らしく生きること

- * 自分で終の棲家を選ぶ
- * 本人に寄り添う家族を支える
- * 子供を含めた家族が寄り添える空間



- * 仲間との暮らし
- * 人の輪の中にいる

- * 家族が主体の看取り
- * 共に暮らした仲間が看取る



看取り

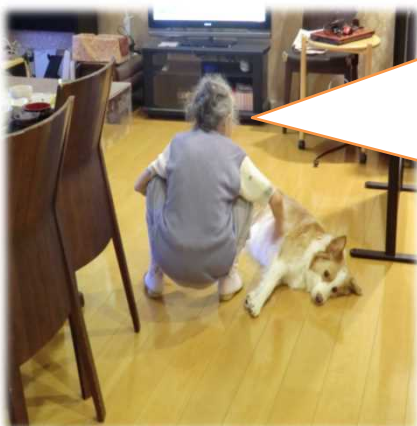
何処で、どのように、人生の幕を下ろしますか？

救急搬送

予後数日

再び暮らしの中へ





ここに来て色々な
方の人生に触れ、
色々な事を学びま
した。

病気と寿命は
違うのね！

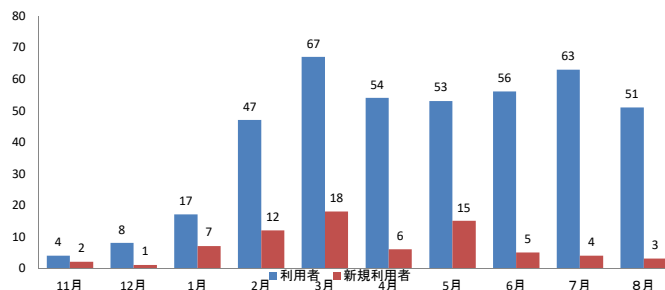
死が身近にあるとも暮らしの家で生きる

空き家を活用したカフェ活動

- 暮らしの保健室 健康や暮らしの相談
- 5ヵ年計画で互助組織の構築
- がん療養相談
- 健康教室
- 看取り支援ボランティアグループ
- ワンコインクラブ 健康チェックと健康食
- リビングウィル勉強会
- 町の図書館



人とのつながりを保ち、住み慣れた地域で生きる



出会いと意思決定の場

- * 60歳代男性 治療方針決定に迷いでの相談
- * 70歳代女性 癌告知に対する今後の生活設計
- * 60歳代女性 がん患者を介護する立場の苦しさ
- * 70歳代女性 生活の孤独感を分かち合う
- * 40歳代男性 心配する両親との葛藤 泣く場所

ケアとは

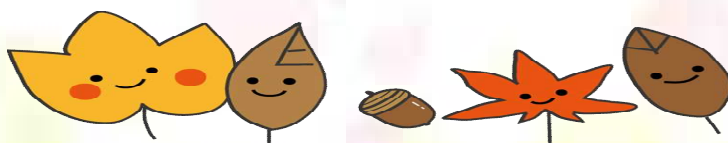
1. 病める人を対象とする
特定の病気に限らず生活の困難さを抱える人も含む
2. 看護の実践は困っている人に代わって施すことではない。本人と家族の持つ力を引き出し、生きる力を支える



「真の援助とは、その人や、その社会や、その国が自ら備えている力を引き出すことである」

実像のナイチンゲールより抜粋

ホームホスピスは地域づくり
地域にホスピスを創るのではなく
地域をホスピスに育てる
それは、みんなの力で・・・。



ご清聴ありがとうございました

ホームホスピスは地域づくりです。
自助・互助のある町づくりをしませんか？

人の死は避けられません。
悲しい別れ
居なくなることへの不安
寂しい辛さ

でも、決して不幸ではない人生の終焉を一緒に考えていきませんか？