

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市稚津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・津根・金城・篠原・岡

夏を感じて

8月の誕生会

8月1日の誕生会は、7名の方が誕生月を迎えられました。

今回はカラオケサークルの皆様がボランティアでカラオケを披露してくださいました。合の手や一緒に歌う方もいらつしやいました。また、サークルの中に当施設の職員もボランティアとして参加していたため、それに気付かれた入所者様もおられ、とても楽しそうにしてくださいました。

スイカ割りならぬスイカ風船叩きでも楽しみました。最後に炭鉾節を踊り、夏らしいひと時を過ごすことができました。



『高齢者難聴』

私は数年前から会議などで相手の言葉が聞き取れなく困っていました。そこで先日、補聴器を選択するために耳鼻科を受診しました。耳鏡、音叉などで検査をして貰いましたが、鼓膜などには特に問題は無いとのことでした。

その耳鼻科の先生が言われることには、高齢者の難聴は音が聞こえにくい事だけではなく、話の内容が脳とつながり難いためにおこることも原因としてあげられるとのこと。つまり高齢者の難聴の一つは脳の働きが悪くなることから、

早口で話されると聞き取れないということになるようです。だから、お年寄りとの会話は大きな声で話さばかりではなく、伝えたい内容をゆっくりと話すことも大切

早口で話されると聞き取れないということになるようです。だから、お年寄りとの会話は大きな声で話さばかりではなく、伝えたい内容をゆっくりと話すことも大切



【姉崎病院院長岡 賢了】

職員ひとり言

「趣味とは言えないけれど」

理学療法士 A S



5月下旬に姉崎病院から転属となりました。還暦を過ぎており、新しい環境に一抹の不安もありましたが、スタッフに恵まれ楽しく仕事に励んでいます。まだまだ勉強しなければならぬことだからなので、一所懸命に無理せず頑張りたいと思います。

趣味は？と言われると困りますが、劇場での映画観賞を一昨年とその前年は年間24回しました。夫婦のどちらかが50歳以上なら一人千円で鑑賞できる制度を利用するのがきっかけで、二人で観に行きます。今年見た中で一番良かったのは、『グレイテスト・シヨーマン』でした。最近では『ミッシェル・インポシブル』も観ました。今までの中で一番好きな映画といえば、『ケビンコスナー初主演の『アンタタッチャブル』です。主役は勿論、脇役たちも輝いていました。紙面の都合上これで終わりますが、これからもリハ科をよろしくお祈りします。

デイケアルームより



まだまだ暑い日が続くようです。デイケアでは、日頃から水分摂取を促し脱水にならないよう、声かけをしています。

今回はデイケアでの“午前中の過ごし方”を少し紹介させていただきます。メインは入浴とリハビリになります。空き時間を見つけて、カレンダーを作成したり、将棋をしたりして過ごしています。



「じつはじつにいい」
将棋を楽しむN様

特集 リビング・ウィル

少し前から、終活という言葉が頻りに耳にするようになりました。葬儀やお墓、遺言の準備や、財産・相続についての身辺整理をされている方も少なくないと思います。

その終活のひとつに「終末期医療をどうするか」という大きな問題があります。「延命治療は希望しない」方が多いようですが、その人によってその範囲は違います。何を希望し、何をしないで欲しいのかを明文化して、日頃から家族や主治医や親しい人とよく話しをしておくことがとても大切です。そうでないと、万が一重病になり自分自身では判断ができなくなった時に、自分が望まない医療を受けることになりかねないのです。

治る見込みのない病態に陥り、死期が迫った時に延命治療を断り、安らかに自然な死を迎えるための意思表示として「リビング・ウィル」というものがあります。右の図は日本尊厳死協会が発行しているものです。表明された意思がきちんとケアに携わるスタッフに伝わり、第一優先に尊重され、自分らしく最期を生きることにつながることができます。

リビング・ウィル - Living Will
- 終末期医療における事前指示書 -

この指示書は、私の精神が健全な状態にある時に私自身の考えで書いたものであります。したがって、私の精神が健全な状態にある時に私自身が破棄するか、または撤回する旨の文書を作成しない限り有効であります。

私の傷病が、現代の医学では不治の状態であり、既に死が迫っていると診断された場合には、ただちに死期を引き延ばすための延命措置は断りたいです。

ただしこの場合、私の苦痛を和らげるためには、麻薬などの適切な使用により十分な緩和医療を行ってください。

私が回復不能な遷延性意識障害（持続的植物状態）に陥った時は生命維持措置を取りやめてください。

以上、私の要望を忠実に果たしてくださった方々に深く感謝申し上げますとともに、その方が私の要望に従ってくださった行為一切の責任は私自身にあることを付記いたします。

| | | | | |
|--|-------------|-----|---|---|
| 特記は必ずお書きください | 申込日 | 年 | 月 | 日 |
| フリガナ | 男 | 年 | 月 | 日 |
| 氏名 (自署) | 女 | 年 | 月 | 日 |
| 住所 | TEL | 機 | 帯 | |
| メールアドレス | ◎ | | | |
| 私が自分で、この指示書に署名したことを、以下の方が証明しました。 | | | | |
| 氏名 | あなたとの関係 () | 連絡先 | | |
| 私が自分で自分の意思を正常に伝えられない状態に陥った時は、以下の方に私の意思を確認してください。 | | | | |
| 氏名 | あなたとの関係 () | 連絡先 | | |

ここでいう延命治療というのは、人工呼吸、人工透析、栄養・水分補給（経鼻管、胃ろう、中心静脈栄養）、血液循環の維持、薬剤投与などで、ただ単に死の瞬間を引き延ばすことを言っており、一時的に生命維持が困難になった患者の回復を目的とする「救命」とは別です。

また、尊厳死は安楽死とどう違うのか、ということですが、尊厳死が延命治療を断って自然死を迎えることに對して、安楽死は医師などの第三者が薬物などを使って死期を積極的に早めることです。安楽死の場合は、どんなに本人・家族に頼まれたとしても、殺人や自殺ほう助で犯罪となります。

日本では厚生労働省から「人生の最終段階における医療の決定プロセスに関するガイドライン」が示されていますが、医療機関等としては、日本に尊厳死に関する法律がまだないために、すでに開始した延命治療を中止できないでいるのが現状です。しかし、終末期での延命措置中止を選択する自己決定権は、基本的人権の一つである幸福追求権に含まれると考えられています。2005年の川崎協同病院事件でも患者の終末期における自己決定尊重と、医学的判断に基づく治療義務の限界を根拠として「治療中止は認められる」との見解が出ています。

なお、癌などの痛みを緩和するための「緩和医療」は患者の生活の質を高める医療として、苦痛は初期の早い段階から取り除くのが一般的になっています。

人は生まれたら、必ずいつかは死が訪れます。自分のリビング・ウィルを表明しておくことで、安心して充実した余生を送れるのではではないでしょうか。

(支援相談員 O)

編集後記



厳しい残暑が続いています。夏の疲れが溜まってはいませんか？原因は自律神経の疲労と聞いたことがあります。エアコンはつけっぱなしにして寝汗をかかないようにして、良い睡眠をとってしっかりと疲れをとりましょう。(支援相談員 O)

9月 10月の予定

♪ 誕生会 ♪

- ◇ 9月5日(水) 14:30～ 5階デイルーム 琴の音の皆様にお越しいたします。
- ◇ 10月11日(木) 10:00～ 5階デイルーム みのり幼稚園の年少さんが来てくれます！