

# 地域住民の終末期の過ごし方に関するニーズの検討

—「地域での看取り勉強会」を実施して—

鈴木 ひろ子 蒔田 寛子  
渡邊 美樹 小林 敦子

地域貢献事業の一環として開催した公開講座（市民大学トラム）講演会「地域で看取るといふこと」の受講者に対し、「地域での看取りに関する勉強会」への参加を募った。延べ75名の参加者の3回の勉強会の内容をまとめ、地域住民の終末期の過ごし方及び、健康に関する情報に対するニーズについて検討し、以下の内容を把握したので報告する。

制度開始から10年以上経過する介護保険制度について、そのサービス内容の詳細を知らないこと、自分や家族の今後や終末期のことを考え、介護や在宅看護等についての情報を得たいと考えていること、そして、自分が要介護状態にならないように、健康維持に努めたいと考えていることなどがわかった。

キーワード：看取り 在宅看護 終末期

## はじめに

日進月歩医療技術は進歩しており、様々な医療機器の開発とともに、医療、看護のレベルが上がってきているといわれて久しい。しかし、現在の医療でも、治療困難の疾患や状態も多くある。厚生労働省の平成19年度終末期医療に関する調査では、治療困難とわかった時、国民の6割が自宅での療養を希望しているが、国民の7割は自宅での療養は困難と考えており、実際に、国民の8割は病院で最期を迎えているという報告がある（厚生労働省、2007）。

生活状況、物価等、全国平均並みといわれる当地域の住民も、やはり全国調査の結果と同様に在宅で、昼の上で最期まで過ごしたいと考えているのだろうか。

平成25年度の地域貢献事業である講演会で、在宅で療養し、「地域で看取る」ということについて話題提供の機会を設けた。その講演会受講者に対し、病院や施設での最期ではなく、地域で看取りをするということについての勉強会への参加を募り、グループ討議等を行った。地域住民の在宅での看取りに関する現状や知識の状況を明らかにしながら、ニーズに合わせた勉強会を実施したので、その報告をする。

## 1. 参加者の概要

当大学地域貢献センターへ申し込みの講座受講希望は212人おり、実際の講座参加者は

130人であった。講座終了後、全3回の「地域での看取り勉強会」を開催することをPRし、参加希望者を募ったところ、40人弱が希望し、そのうち実際の参加者は1回目2回目とも各27人、3回目は21人であった。参加実人数は31人、延べ人数は75人であった。勉強会参加者の年代は、60歳以上がほとんどで、中には85歳以上の参加者もいた。男女比は約3：7であった。

## 2. 内容

勉強会として実施した全3回開催の地域での看取り勉強会プログラム（案）は表1のとおりである。

表1 地域での看取り勉強会プログラム（案）

	日 時	テ ー マ
第1回	9月7日（土） 13：30～15：00	「看取りの経験を語り合いましょう」
第2回	10月19日（土） 13：30～15：00	「地域で受けられる在宅サービスを調べてみましょう」
第3回	12月7日（土） 13：30～15：00	「終末期の身体の変化を学ぶ」 「今後の看取りを考えてみましょう」

第1回のグループワークの内容を受けて、2回目の詳細内容をスタッフで検討した。実際の参加者からの介護等の経験をもとに、スタッフが4事例を作成し、その事例について、地域で受けられる在宅介護サービスを計画してもらうこととした。

第2回目のサービス計画立案のグループワークでは、「終末期について、家族に自分の思いを伝えたい」「自分は介護を必要としないように留意する」などの様々な意見があった。自分が要介護状態にならないようにしたいという参加者の思いもわかり、家族もしくは自身の、より具体的な終末期のイメージを考えることがプログラムとして、参加者のニーズに近いのではないかと思われた。そのため、エンディングノートの作成を取り入れ、テーマ、内容を下表のように変更した（参加人数も表記）。

表2 変更後 地域での看取り勉強会プログラム（下線斜字が変更部分）

	日 時	テ ー マ	参加人数
第1回	9月7日（土） 13：30～15：00	「看取りの経験を語り合いましょう」	27人
第2回	10月19日（土） 13：30～15：00	「地域で受けられる在宅サービスを調べてみましょう」 —事例を用いて、在宅サービスの内容を知り、 在宅介護サービス計画を立案する—	27人
第3回	12月7日（土） 13：30～15：00	「終末期の身体の変化を学ぶ」 「エンディングノートを作ってみましょう」	21人

### 3. 結果

#### 1) 1回目の勉強会について

「看取りの経験を語り合いましょう」というテーマで、4グループに分かれ、スタッフが1人ずつ入ってグループ討議をした。自己紹介として、今回の勉強会に参加するきっかけ、考えていることなどを聞いた。介護、看取り経験の有無、今現在介護中である、看護師や老人ホームの介護職など多種多様な状況にいる人たちが集まったことがわかり、様々な意見を聞くことができた。

それら意見の内容は大きく二つに分けられる。一つ目は介護経験の実態と感想である。「在宅で看取ったが、本人にとっては在宅で良かったのかどうかわからない」「自分の介護について、それでよかったのかどうか、判断できない」「できるだけ在宅で看たいと介護したが、結局最後は入院した」などが語られた。

もう一つは自分自身の状況予測、希望である。「できれば畳の上で死にたいが、家族に迷惑はかけたくない」「介護で家族に手間をかけるようになるなら施設か病院に入ったほうが気が楽」「人は皆死ぬが、回復可能であれば延命治療も良いが、管に繋がれることは望まない」「どういう死に方がいいのか意識がしっかりしているうちに家族できちんと話をしておくべき」など自分の最期はどうしたいかという意見であった。

在宅での介護、看取りでは、在宅介護サービスなどの公的支援について理解し、そのサービスを有効活用しながら、介護者が疲労しないことが重要と考えていた。また、介護経験の有無に関わらず、家族の手を煩わすような状態になれば、施設もしくは病院に入りたい、介護を要する状態にならないように日ごろから健康管理に気を付けるべきであるなど、健康維持増進について前向きな積極的な考えを持っていることもわかった。

#### 2) 2回目の勉強会について

約1か月半後の2回目のグループワークは、1回目のグループと同じメンバーで実施した。顔見知りであるためか、それぞれのグループで和気あいあいとした雰囲気の中で進んでいった。内容としては、当初の計画通り、在宅での介護、看取りには、在宅介護サービスは欠かせないものと考え、資料提供をし、配布資料等を参考にしながら参加者同士で介護保険サービスを調べ、在宅介護サービス計画書を作成する時間とした。具体的にイメージできるように、1回目のグループワークで話された実際の事例をアレンジして4事例を示した。グループワークとしての検討時間を50分設けたが、各種介護保険サービスについて、内容や費用などについて調べることに時間がかかったり、話し合いの中で意見がまとまらなかったり、時間不足と思われるグループも見うけられた。そのような状況ではあったが、まとめて各グループでの話し合いの内容を発表してもらった。

発表内容からは、公的支援の活用について、介護のためのサービスがこんなにあることを知らなかったという声も聞かれ、介護保険法が導入されて10年以上経過するが、制度や具

体的サービス内容等が浸透しているとはいえないのが現状であるということもわかった。また、自分（介護者）の身体的、精神的な負担の大きさを考えると、有能なケアマネジャーに相談し、介護保険サービスをめいっぱい使いながら、介護負担を軽減したいという意見があった。そして、自分は介護を必要としない程度の健康を保てるように予防のために留意したいという自分の健康維持に対する前向きな考えや、終末期にどうしてほしいかなど、家族に自分の思いを伝えたい、といった考えも聞かれた。最期まで在宅で看る、あるいは、臨終時には病院に入院するなど、どのような状況においても、家族を看取る際の心構えや、実際の行動等を考えるということは必要である。それに加えて、介護や看取りの経験から、自分は要介護状態にならないようにしたい、という意見も多くあった。この勉強会は、在宅でも家族を看取ることができるということについて考えてもらいたいという思いで計画したものであるが、勉強会に対しても多くの意見があり、地域住民のニーズが新たに見つかったと思われた。最終回である第3回目の勉強会の内容は、「今後の看取りを考えてみましょう」という抽象的なテーマで自由にグループワークをするという予定であったが、家族もしくは自身の、より具体的な終末期のイメージを考えることの方が参加者のニーズに近いのではないかと考え、エンディングノート作成とした。エンディングノートとは、大辞林によれば、「自分の終末期や死後について、その方針などを書き留めておくノート」のことで、人生の終盤に起こりうる万一の事態に備えて、治療や介護、葬儀などについての自分の希望や、家族への伝言、連絡すべき知人のリストなどを記しておくものことである（ただし、遺言状と異なり、法的な拘束力はないというものである）。

### 3) 3回目の勉強会について

この回は、1, 2回目のグループとは指定せずに自由席とした。ただし、意見交換しやすいように、講義形式の座席ではなく、グループ討議もできるように小人数座れるように机をまとめた配席とした。

最初に、「終末期の身体の変化を学ぶ」と題し、情報提供として15分ほどの小講義を実施した。その後、エンディングノートの目的と記載の仕方について説明し、各自で記載作業を開始してもらった。

隣の席の人と話したり、じっと考え込んだり、資料を何度もめくって確認したり、一人黙々と記述し始める参加者もいたりと取り組み方は様々だった。スタッフが席に近づくと、質問や、感想等話し始める参加者もいた。記載終了後の感想では、様々な考え方があったことがわかった。以下に一部を紹介する。

- ・今回書いていくうちに自分の気持ちが整理できた。
- ・実際的な話、預金通帳、生命保険契約書とか、印鑑等をきちんとしておくべき（わかるように記録）だと思った。
- ・このエンディングノートは、しまっておくものではなく、オープンにしておくものだと思う。書いたことを伝え、見てもらい、理解できないことは聞いて、確認しておいてもらうものだと思う。

- ・自分が現在介護している最中であり、自分のことどころではないし、年齢的にもまだピンとこない（54歳）。
- ・自分自身の年齢は自覚しているようで、認識できていないことに気づいた。今回このように自分、家族のことを冷静に考える時間を持って、エンディングノートを書いてみてよかった。

これらの意見は一部である。それぞれの思いを持ってこの勉強会に参加し、3回の勉強会、グループワークなど意見交換を通して、参加者それぞれが、自分と家族のことを考える時間となったことがわかった。また、公的な制度として介護保険などの在宅サービスについても学び、いざという時に備えるべきであると、新たに認識する機会となったという声が聞かれた。

#### 4) 「地域での看取り勉強会」に対する意見

今回の参加者に、勉強会后、今後の希望等を聞いた。全般の感想については「とてもよかった」「よかった」で20人中19人が良い評価であった。

今後期待する講演会や勉強会については3つに分類でき、自分や家族が介護が必要となった時のための知識や食事や体力増進など健康のための日常生活について、豊橋市の往診してくれる医師や介護施設について、また、今回開催したテーマでの勉強会の継続及び発展させた内容での開催の希望があった。

### 考察

他の先進諸国でも類を見ないような急速な少子超高齢社会の到来、国民医療費の高騰、団塊世代の大量退職など、国家財政に対して影響があり、国でも様々な施策を検討し、介護保険制度や、診療報酬改訂など対策を講じている。しかし、今回の勉強会での意見から、地域住民はもっと基本的なこと、例えば介護保険法に基づく在宅介護サービスについて、予想以上に知らないということがわかった。そして、グループワークを通して、それらの情報を知りたがっているということもわかった。それは、自分の介護、看取り経験等から、自分は介護を必要とする状態にはなりたくないが、もしそうなった時のために、家族の負担軽減のために、また、自分たちが家族の介護をする時の負担軽減のためにも在宅介護サービス等を知っておきたい、ということであろう。自宅で療養したいが家族以外の援助を借りてまでは望まない、と思う人の割合が高いことや、社会資源の利用にあたり、どこで誰が、どんなサービスをしてくれるのかわからない人が6割以上を占めていることを先行研究で述べている(宮本他, 2009)。また、75歳以上の入院患者は、家族に介護負担がかからないことを最優先していることが明らかになっており、本取組みの参加者の反応と一致している(酒井, 2008)。

そして、様々な情報が氾濫しているといえる現在でも、「エンディングノート」のことも知らないということもわかった。知る機会がなかったということである。最初はあまりエン

ディングノートに興味を示さなかった参加者もいたが、ノートへの記載内容を考えて書いていくうちに、自分の終末期について、介護や看取りについて興味を持ち、熱心に記載している参加者がほとんどであった。

在宅介護サービスの充実や、病診連携が進んでいる中、在宅での看取りも可能であるということ、そのためにどのような情報が必要なのかを検討し、それらを提供する機会にしたいと考えて今回の講演会、勉強会を計画した。勉強会の参加者は、在宅で看取りをすることに興味があり、実際にそうすることも望んでおり、そのための知識・情報・技術等を得るために参加していると考えた。しかし、グループワーク等を通しての参加者の意見から、例えば、具体的な介護保険サービスの内容やエンディングノートのことも知らないなど、今まで知りえなかった地域住民の状況も見えてきた。

看護系大学に期待する活動は、医療についての情報提供がもっとも多く、次いで看護についての情報提供、家庭で出来る介護についての講習会、の順であることが先行研究により明らかになっている(永野他, 2007)。私たち専門職には、持っている情報を機会があるごとに発信していくことが求められている。今後も地域住民のニーズを丁寧に聞き入れながら、行政機関、医師会、看護関係者等との連携を進めていくべきであり、地域住民に対して貢献できるような事業や活動を展開していきたい。

#### 【引用文献】

厚生労働省 (2007) : 最近の在宅医療の動向 (「終末期医療に関する調査」結果等より)

[http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iryuu/zaitaku/dl/h24\\_0711\\_01-01.pdf](http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/zaitaku/dl/h24_0711_01-01.pdf)  
島田屋本店 : エンディングノート <http://www.shimadayahonten.com/endingnote.pdf>

松村明編 (2006) : 大辞林 三省堂

宮本愛, 山辺英彰 (2000) : 在宅療養に対する意識と看護に求める役割・援助 日本看護研究学会雑誌 23巻4号 73-83

酒井陽子 (2008) : 入院した高齢患者の自らの生(死)に対するイメージの実態 事前に自分の生き方を自己決定できるための支援のあり方 国立病院看護研究学会誌 4巻1号 20-24

永野光子, 島田千恵子, 藤尾麻衣子他 (2007) : A看護系大学の地域貢献活動に関する研究: 地域住民の期待と今後の課題 医療看護研究 3巻1号 58-63

厚生労働統計協会編 (2012) : 国民衛生の動向 (2012-2013), 59巻9号 180-181

川島孝一郎 (2009) : 在宅療養支援診療所の必要性 (特集 高齢者の在宅医療の現状と課題) 在宅ケア学会誌 12巻2号 13-17

青木万由美, 渡部啓子, 吉崎由希子他 (2008) : 在宅医養 在宅療養のための訪問看護ステーションの役割 ホスピスケアと在宅ケア 16巻3号 218-224

藤川あや, 小林恵子, 飯吉令枝他 (2011) : 新潟県内の訪問看護ステーションと在宅療養支援診療所の連携の実態 新潟医学会雑誌 125巻9号 498-506

石川美智 (2011) : 在宅での看取りに関わる訪問看護師の臨終時の現状 死の臨床 34巻1号 134-140

仙台往診クリニックホームページ : <http://ousin-sendai.jp/zairaku/>