

さいご 最期まで自分らしく暮らしたい【2】

～人生の終末期について考えてみませんか～

前は「自分らしい終末期の過ごし方」について、考えてみました。第2回は、終末期において食べ物を口から食べることの喜びと、それができなくなった場合のこと、そして延命治療について考えてみましょう。

食べることは、生きること

終末期における精神面で重要なことの一つとして「口からもを食べること」があります。

食べること、自分の口で味わうということは、生きているという実感や、人の尊厳につながります。栄養価よりも、本人の「食べたい気持ち」を重視する。ほんの一口でも家族の手料理や好物を味わって、「ああ、おいしい」と感じる。その満足感は、鎮痛剤以上の効果を発揮することがあります。

一方で、終末期の治療で栄養摂取は重要です。飲み込む力が弱く食べ物が誤って肺に入ることから肺炎を繰り返してしまったり、口からもを食べられなくなったりしたとき、「胃ろう」という処置があります。チューブを腹壁から胃に入れて流動食を送る栄養摂取の方法で、場合によっては有効な治療です。

口から食べることは、その人が尊厳を持って生きる力を支えます。口から食べなくなり、だ液の分泌が少なくなると、口の中の環境はみるみる悪くなり、それによる痛みや不快症状が現れます。また肺炎などの全身疾患にもつながることがあります。

そうならないためにも、口腔ケアや、飲み込む機

能のトレーニングをし、自分で食べられるような食事を用意するなどの協力が必要です。

自分で食べられなくなったときどうするか

例えばあなたが高齢になり、認知症が進行して意思表示ができなくなったとき、食物をうまく飲み込めないことから何度も肺炎を起こすようなときなどに、どんな対応を望むでしょうか。

食べることができないから、直接胃に流動食を入れる胃ろうを望むでしょうか。

動物は食べられなくなったら死んでいきます。それは、チューブで栄養を摂取しないから死ぬのではなく、寿命が終わりに近づいたから食べられなくなるのだと考えられないでしょうか。

もちろん、人間は動物と同じではありません。医療の力で延命を望む場合は相応の処置を受けることができます。また回復しない場合の延命は受けたくないと思ったら、医療行為を受けないという意味も、尊重されるべきでしょう。

いずれにしても、はっきりと意思表示ができる間に、終末期にはどうしたいのかを自分で決めておくことが、その人の尊厳ある最期につながります。

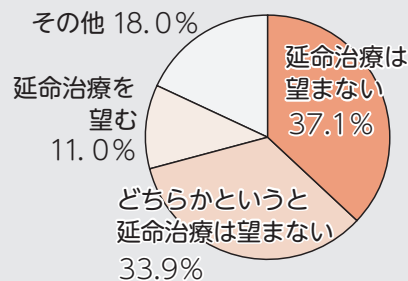
～終末期の口腔ケア～

歯や歯茎を始めとした口の中の状態を良く保つことも、その人らしい尊厳を持った生き方につながります。口の中の状態が良ければ、最期まで口から食べることができます。また、嚙んだり飲み込んだりする力がなくなることからかかる肺炎を予防し、元気なときと同じような表情をつくることができます。

高齢者の口腔ケアは、終末期に際して行える最善のケアのひとつと言えます。

「終末期」においても自分が考える尊厳ある生き方を貫くということが大切であり、そのための意思表示をすることが、質の高い在宅医療や終末期医療を確立するために重要なことなのではないでしょうか。

《質問》 治る見込みがなく死期が迫っていると告げられた場合、延命治療を望みますか。



人生の最終段階における医療に関する意識調査 (平成20年厚生労働省)

延命治療をどう考えるか
平成20年に厚生労働省が行った、「人生の最終段階における医療に関する意識調査」では、延命治療を望まない人が70%を超えています。

※シリーズ第3回（広報いが市11月1日号）では、終末期にはどうしたいかなどを、元気なうちに意思表示しておく「リビング・ウィル」や「事前指示書」、医療関係者による終末期医療のガイドラインについて考えます。

【問い合わせ】 地域包括支援センター ☎26-1521 FAX24-7511

◆それぞれの地域で個性豊かなまつりを開催します

市内の秋祭り

けんずいまつり 2013

11/3 (日祝) 午前10時～午後3時

※雨天決行・荒天中止

『あやまの恵み・食・文化』をテーマにした阿山の自然の魅力が盛りだくさんのイベントです。

【ところ】 阿山 B&G 海洋センター駐車場

【内容】

大鍋イベント・もちつきイベント・各種団体・サークルなどの発表・地域の特産品などの展示即売

【問い合わせ】

けんずいまつり実行委員会事務局 (阿山支所振興課内)

☎ 43-1544 FAX 43-1679

大山田収穫まつり 2013

11/4 (月振替) 午前9時30分～午後3時

※雨天決行・荒天中止

地域の産業発展や特産品 PR のほか、子どもからお年寄りまでが集う世代間交流の場として開催します。

【ところ】 大山田 B&G 海洋センター駐車場

【内容】

地域の特産品展示即売・各種団体による物産市・ステージイベント

【問い合わせ】

大山田収穫まつり実行委員会事務局 (布引地区市民センター内) ☎/FAX 47-0928

大山田支所振興課 ☎ 47-1157 FAX 46-1764

第26回滝山溪谷紅葉まつり

11/3 (日祝) 午前10時30分～午後2時30分

模擬店や楽しいイベントをお楽しみください。また、近くにある白藤滝は、落差 15 m の大変美しい滝です。

【ところ】

白藤滝周辺

※雨天時は山畑農事集会所

【内容】

模擬店・ステージイベントなど

※会場には駐車場がないため、山畑農事集会所からシャトルバスを運行します。

【問い合わせ】

伊賀支所振興課 ☎ 45-9119 FAX 45-9120

ふれあいフェスタ in 青山

11/10 (日) 午前10時～午後3時

※雨天決行・荒天中止

自然の恵みいっぱい青山の秋をお楽しみください。

【ところ】 青山支所周辺

【内容】 地元でとれた農産物の販売・各種体験コーナー・飲食コーナー・アトラクション・お楽しみ抽選会など

【問い合わせ】

ふれあいフェスタ in 青山事務局 (伊賀南部農協青山支店内) ☎ 52-1121 FAX 52-1744

青山支所振興課 ☎ 52-1114 FAX 52-2174



国民年金のはなし

平成 25 年 7 月 1 日から

専業主婦の年金が改正されました

給与所得者の夫が退職した際などに年金の切り替えの手続きが遅れたために、保険料が未納となっている主婦が手続きをすることにより、年金を受け取れるようになります場合があります。

夫が会社を退職したときや妻自身の年取が増えたときなどは、手続き (第 3 号被保険者から第 1 号被保険者への変更届) をして保険料を納めなくてはなりません。この手続きが 2 年以上遅れたことがある人は、2 年以上前の保険料を納付することができないため、保険料の「未納期間」が発生します。

今回の改正により、このような人が手続きをすると「未納期間」を「受給資格期間」に算入すること

ができるようになりました。

切り替えの手続きが 2 年以上遅れたことがある人は、今すぐお問い合わせください。

○ 65 歳以上の人は、問い合わせが遅れると年金の受け取りも遅くなりますのでご注意ください。

○ 65 歳未満の人は、手続きをして未納期間を受給資格期間に算入することで、障害・遺族年金が受け取りやすくなります。

※妻が給与所得者、夫が専業主夫の場合も同様です。

詳しくは、国民年金保険料専用ダイヤルまたはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

▶ 国民年金保険料専用ダイヤル ☎ 0570-011-050

▶ 津年金事務所 ☎ 059-228-9188