

# かしまだ包括 虹便り 第24号

終活

## 終活始めませんか!?

「終活」という言葉を聞いたことはありませんか? 終活は、最後まで自分らしい人生を送るための準備のことです。一人暮らしのための終活では、どのようなことを行えばよいのかをご紹介します。

### ① 自分の身の回りを整理する

まず、自分の身の回りが、余計なもので溢れていないか、見直してみてください。思い出や愛着のあるものを無理に捨てる必要はありません。余計なものを少しでも減らし、ものが増えないように心がけましょう。

### ② エンディングノートを作る

エンディングノートとは、自分に万が一の事があったときのために、自分の葬儀やお墓などについて希望を書いておくノートです。自分の身の回りについて、遺族に伝える手段としても利用できます。



【出典】終活のミカタ

## アドバンスケアプランニングに

## ついて学びました

『アドバンスケアプランニング(ACP)とは

終末期医療ケアについてご本人が意思表示できるうちに考え、関係者と繰り返し対話をし、医療・介護者が医療介護ケアの計画をたてること』

多職種と学ぶ事例検討会を、地域の様々な専門職

(医師、歯科医師、看護師、介護支援専門員、

介護福祉士、医療ソーシャルワーカー、

精神ソーシャルワーカー、司法書士・

行政書士等)の皆さまと定期的に

開催していますが、今年度はテーマを

ACPとして意見交換をしてきました。

このテーマを専門職として深める為、

今回は

日本臨床倫理学会 総務担当理事

箕岡医院院長 箕岡真子先生を

お招きして『終末期医療の倫理』を

みんなで学びました!



## アドバンスケアプランニングとは

具体的には、終末期医療における意思決定プロセスについて、医学的視点、倫理的視点、法的視点から理解を深めていきました。

ここでは、本人の意思が明確に確認できない時の家族による適切な代理判断の手順について挙げてみたいと思います。

①本人が事前に指示していた内容の尊重

②本人意思を適切に推定した内容の家族等による代行判断

よる代行判断

③本人にとって最善の利益であるとの判断

では、事前指示を考えるうえでのポイントを4つ挙げてみます。



\*あなたが重い病気に罹り、自分の意思を伝えることができなくなった時・・・

①あなたに代わって、医療やケアに関する

判断・決定をしてほしい人は誰？

②あなたが望む医療処置・望まない

医療処置は？

③あなたの残された人生を快適に過ごし、

満ち足りたものにするために、

どのようにしてほしい？

④あなたの大切な人々に伝えたいことは？

このようなことを明らかにしておくことが大切であり、家族や医療・介護スタッフと

繰り返し話し合うことが

コミュニケーションを

促進させる事にも

つながります。

皆さんも、一度、ご自身の

終末期について

考えてみませんか？

### 倫理4原則

- ・自律尊重
- ・善行
- ・正義
- ・無危害





# 虹色シニアのご紹介

ワイン色のベストとストールが映える  
 荒明さんです。

「どちらも昔の作品をほどこいて編み直した物  
 なのよ」と仰っています。

機能訓練型デイサービスに  
 通うようになり、  
 創作意欲が

湧き出てきたそうです。



買ってきた小さな苗から一本切って  
 水に差してみたら根が出て、  
 土に植えると、意外に強くて増えたの  
 だそうです。

「お花は何にも話さないけどねえ」と  
 林さんは仰います。

お世話をした分、  
 こんなに綺麗に

咲いてくれるんですね。



趣味をお訊ねしたらご主人を呼んでいらして

「これも私が編んだのよ」と、

お揃いの手編みの

カーディガンで並んで

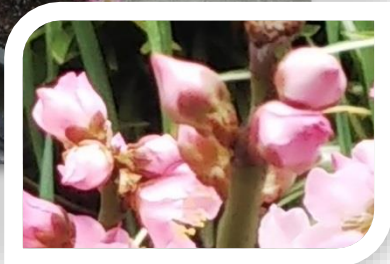
下さいました。

下平間にお住まいの

初鹿野ご夫妻です。



四十年育てた自慢の梅が今年は例年より十日程  
 早く開花しました。蕾が紅色の筆に似ているか  
 ら「紅筆」といいます。北加瀬の松井保さんは  
 九十一歳で園芸歴七十年です。



# 川崎市委託事業

## 指定介護予防支援事業所

# かしまだ地域包括支援センターのご案内

〒212-0027

川崎市幸区新塚越201ルリエ新川崎6階

TEL : 044-540-3222



### 相談窓口

- ・介護予防支援・川崎市総合事業の相談、受付
- ・医療、介護などの総合相談
- ・川崎市独自サービスの受付
- ・高齢者の虐待や権利擁護に関する相談

### 担当エリア

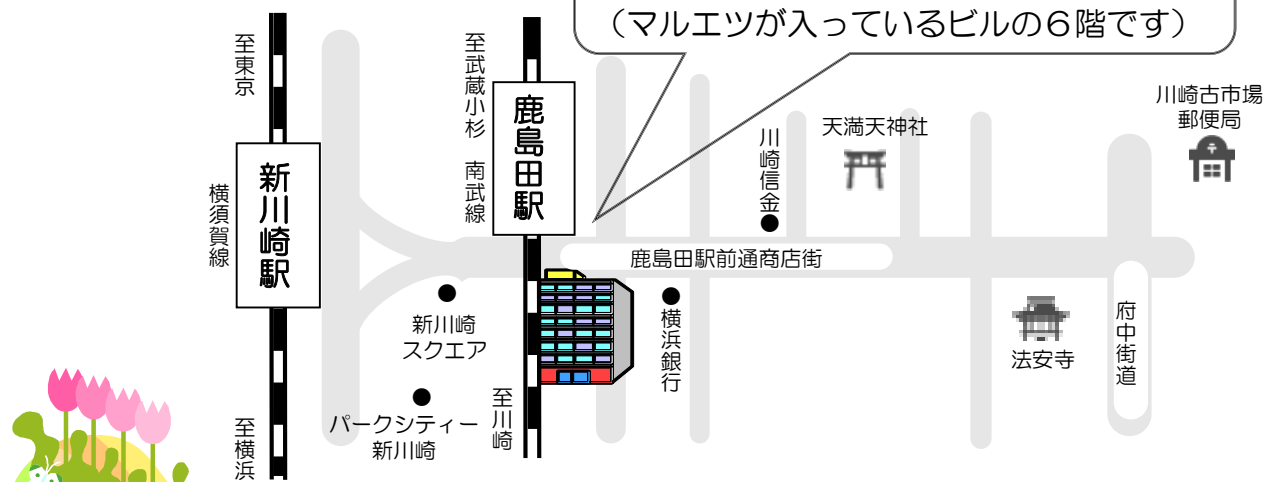
北加瀬・矢上  
鹿島田・下平間  
古川町・新塚越

- \*看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員が  
来所、電話、訪問による相談をお受け致します。
- \*秘密は厳守します。



相談時間 月曜日～土曜日  
9:00～17:00まで

かしまだ地域包括支援センター  
(マルエツが入っているビルの6階です)



高齢者とそのご家族の総合相談窓口（無料）です。  
お気軽にご相談ください。お待ちしております。

