



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために



本日の例会：2021 年 10 月 22 日 通算 1613 回 本年度 第 14 回

卓話：「首都直下地震に備えて」 防災コンサルタント 釜石 徹 氏

- 第 1612 回 例会報告 / 2021 年 10 月 15 日
- 出席報告：会員 52 名 出席 32 名(内 ZOOM 5 名)
- ゲスト：池田 志帆子(卓話)、丸山千恵子
計 2 名(敬称略)

卓話：「人生会議のすすめ

～自分の生き方・死に方は自分で決める～」

前田記念会石神井公園じんクリニック



看護師長

池田 志帆子 氏



10月 15日 21件 46,000円 累計 401,000 円
多額の寄付を有難うございました。(敬称略)

片岡婦美江(東京麻布RC会長)/清原元輔(東京麻布RC副会長)/加藤千博(東京麻布RC)/中川裕美子(東京麻布RC)/伊藤真二(東京麻布RC)/辻穂高(東京麻布RC)/河邊幸夫/穂苅裕久/岩上義明/石井謙次/関陽一/藤井万博/出川敬司/吉岡琢磨/高須康有/小原健/谷口友保/小林博茂/コンシニ/長谷川毅/小川大介

10/15 卓話：「人生会議のすすめ ～自分の生き方・死に方は自分で決める～」 前田記念会石神井公園じんクリニック 看護師長 池田 志帆子 氏


前田記念会 石神井公園じんクリニック 看護師長の池田志帆子様より、「『人生会議』のすすめ ～自分の生き方・死に方は自分で決める～」と題して卓話を頂きました。1991年に国立大阪病院に勤務以来、複数の病院・クリニックを看護師として30年に亘って勤務された現場体験からのお話しでした。

卓話要旨

人生の最終段階における医療のあり方は日本ではタブー視されている部分もあり、なかなか議論が進みません。厚生労働省は2018年に、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い共有する取り組みとして「人生会議」を提唱しましたが、一部からのバッシングを受けてトーンダウンしてしまいました。

しかし、池田氏は、

- ①終末期における本人と家族の葛藤を何度も目の当たりにしてきたこと
 - ②平均寿命と健康寿命の差が男性で8年間・女性で13年間もあること
 - ③COVID-19で突然重篤になるなど、自分の身には何が起こるかわからないこと
- などを踏まえ、「人生会議」の必要性を強調されました。



人生会議


アドバンス・ケア・プランニング[ACP]

もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い共有する取り組み

2018年11月30日「人生会議」と決定
11月30日をACPについて考える日とした
「いしほむどり・みどられ」

平成29年度厚生労働省委託事業 人生の最終段階における医療体制整備事業





人生会議のすすめ

◆生き方・死に方

- ・自分が大切にしていることを、大切に生きて
- ・自分がやりたいことをする
- ・自分が望まないことは、やってほしくないと伝える
- ・大切な人の心の負担を軽減する

◆今日からやってみる

- ・自分が大切にしたいことや望むことを考えてみる
- ・誰かに話してみる
- ・どこかに書きとめておく

石神井公園じんクリニックで実践されている「人生会議」を紹介され、意思決定ができるうちに、考えを整理し書き残したものがあること、本人や家族が心穏やかに終末期を迎え、経済的にも物理的にも負担が軽減されることを、いくつかの具体的な事例から示されました。

また、市販されている「エンディングノート」は網羅的に構成されていて、講師のご家族でも使用されていると紹介されました。

皆さまにすぐに実行して欲しいこととして3点挙げられました。

- ①自分が大切にしていることや望むことを考えてみる。
- ②それを誰かに話してみる
- ③どこかに書きとめておく（考えが変われば、何度でも更新すればいい）

(文責：出川敬司)

今後の予定	日付	開始時間 終了時間	場所	事項	内容
	10月29日	18:00	船清（クルーザー）	暑気払い	暑気払い 船清でクルージング ※ 昼の例会は、ありません。
	11月5日	12:30 13:30	B1F オーロラ ANA インターコンチネンタルホテル東京	例会	卓話：ロータリー財団委員長
	11月12日	12:30 13:30	B1F オーロラ ANA インターコンチネンタルホテル東京	例会	卓話：イニシエーションスピーチ 浅野 衣理奈 氏
	11月19日	12:30 13:30	B1F オーロラ ANA インターコンチネンタルホテル東京	例会	第3回クラブ協議会「35周年記念について」
	11月26日	12:30 13:30	B1F オーロラ ANA インターコンチネンタルホテル東京	例会	卓話：スポーツキャスター 青島 健太 氏