

2015年1月

みたか みんなの広場

みたか・みんなの広場運営協議会

三鷹市下連雀3-16-18

☎080-1362-5359

なりきよ

第6回市民リレートーク 醬野良子さん「人生のしめくくり」

醬野です。ケアマネジャーと看護師をしていました。10年くらい病院を離れていたんですが、人工呼吸器とか高カロリー点滴とか山ほどの点滴とか、医療現場がすごく忙しくなっていて、鼻に管を入れて生かされ続けている人もたくさんいて、これはどういうことになっているのだろうということが気になりました。

身近な方をお見送りになった方がいらっしゃいますよね。こういう死に方だったら悪くない、苦しめない最後ということもあると思いますが、えっ、いまの医療ってこんなふうにしてもまだ苦しめたまま、・・・という体験はしませんでしたか？

寝たきり体験(研修)というのがあって、麻痺をしてるということで、半日以上寝るんですが、手をベッドにつながれて、3時間も4時間も繋がれるんです。何十年も看護婦をやった私ですが、怖かったア。ギュッと縛られている苦しさからお年寄りが抜くのがわかった、いつのまにかすり抜けているんですが、私も必至に緩めて、緩めたら遊びができたんです。遊びができてやってちょっとほっとした、これで4時間頑張れるかな、と思いましたね。

鼻チューブ体験というのがあって、鼻チューブを入れるのは、しんどいです。なんのために入れるかって、麻酔をかけると胃腸が寝てしまうんです。胃液なんかの出場所がなくなってしまうので、胃液を外に出すために入れてるんです、それなのにお年寄りには「栄養をいれるため」に入れるんですよ。

胃ろうってみたことありますか？ こういうのがお腹に入ってるんですよ。鼻チューブを入れておくのはすごくきついで、胃ろうをつける。ろうという方法を選んだ方が最後どうなると思います？ 胃ろうをすると、体調に関係なく毎日大人よりのミルクを入れるんです。一回に300kcalとか400kcalとか。最後は栄養をうけつけなくなるんです。

最後は溢れてきますね、ゲボゲボと。で吸引が必要になってくる。私が担当した最後の方は、穴という穴から吹き出しました。胃ろうを入れた人の最後はだいたいそういうふうな感じになります。

お年寄りは自分で自分のことを決められないと思うんですが、決めてるのはまわりじゃないですか。どのお年寄りに聞いても延命はいやだ、と言うんです。でも、延命ってどんなものかっていう事をご存じない。点滴もしすぎているとゼーゼーするんですよ。

【第8回 市民リレートーク】

テーマ 「健康づくりと山歩き」

トーク 梁田 政方さん(文筆家)

著書「三鷹事件の真実にせまる」

開催日時 1月26日(月)

午後1時30分～3時30分

場所 みたか・みんなの広場

下連雀3-16-18

連絡先 なりきよ 080-1362-5359



私の担当でいまわの際の人がいて、その方に医師は胃ろうを薦めました。その方の身近なひとがご主人に胃ろうをしたら苦しい最後だったからやらないほうがいいという一言で、胃ろうをやらない決断をした方がいらっしゃいます。点滴は一本もしないで、最後は眠るように、本当に眠るように旅立ちました。

死ぬことって思い通りにはならないことですが、それを本人が辛くないように支えてあげられるのは、まわりしかないと思うんですよ。中村先生は死は思い通りにならないとおっしゃいますが、思っておかなければなおさら思ったようにはならないと思うんですね。

お年寄りも縁起でもないと言わないで、もうこの辺でいいのよ、と家族に言えるくらいの考え方を築いていかなければいけないかなと思いました。「なにもしなくていいから。」と家族に公言しておかないと、家族に選ばれてしまいます。

どこかでもうこの辺でいいんだという気持ちをみんなを持ってほしいなと思うんです。みなさんはいかがでしょうか。

2025年問題を考える

団塊の世代が全員後期高齢者である75歳を迎えるまでに、高齢者世代の人口が急激に多くなります。全人口は減少傾向にありますから、高齢者の比率も高まります。一人住まい世帯の増加、認知症の方の増加とともに、医療費や介護費用が増加し、現在の社会福祉制度の維持が難しくなります。これまでは、地方にその傾向がありました。2025年には、東京を中心とした都会でその現象がはっきりするというのが2025年問題です。

現在でも高齢者問題はたいへんだ、と言われていますが、10年後は、さらにたいへんということ

三鷹市で今起きていること

(人口流出を見込んだ、国立社会保障・人口問題研究所の予測)

市内在住者(外国人含む)：2010年→20年 +8,200人

都心居住時代の勝ち組・三鷹では、人口がまだ増える。

2000→2010年には +6,100人の増加だったが、減少に転じた

0-14歳人口の増減： ↓絶対数 ↓増減
2010年 2.2万人→2020年 2.1万人 △300人 △1%

15-64歳人口の増減： ↓絶対数 ↓増減
2010年 13.0万人→2020年 12.8万人 △1,300人 △1%

65歳以上の人口： ↓絶対数 ↓増減
2010年 3.5万人→2020年 4.5万人 +9,800人 +28%

↑その中の75歳以上の人口： ↓絶対数 ↓増減
2010年 1.7万人→2020年 2.4万人 +6,800人 +40%

先日、三鷹で藻谷浩介氏が講演をされましたが、三鷹の今後の人口構成の分析を踏まえて、市民としてどうすべきかを考える必要がある、との提言がありました。氏から、空き家の農地化はどう?という提案がありました。そして何度も強調されたことは「あなたの問題です。」ということです。

講演会後の懇親会では、どうしようという議論に到りませんでした。あらためて、2025年問題について考えさせられました。

日本シニアジョブクラブとして、2025年の私たちの生活はどうなっているのか、ということについて、世界情勢、日本状況、生活環境について、できるだけ具体的に考えることから始めたいと思います。ご賛同いただけるかたは、下記までご連絡ください。まず、藻谷さんの提供された資料からはじめたいと思います。

NPO法人 JSJC 日本シニアジョブクラブ

連絡先 なりきよ

メール：knarikiyo@gmail.com

電話：080-1362-5359

開催日時	みたか・みんなの広場 催しのご案内	主催・連絡先
1月8日(木) 15:00~16:00	鉄道マニアになろう	鈴木 ☎080-1022-2281
1月10日(土) 13:30~15:00	般若心経を読む会	成清(なりきよ) ☎080-1362-5359
1月14日(水) 19:00~21:00	タドキオレンジカフェ・みたか	みたか・認知症家族支援の会：石村 ☎080-6627-3551
1月16日(金) 14:00~15:30	ママと子どもの科学あそび	三鷹科学あそびの会 石村 ☎080-6627-3551
1月17日(土) 13:30~15:00	タロット占い	ミスティ・ローザ ☎080-1362-5359(なりきよ)
1月17日(土) 15:30~17:00	みんなたかサロン	みんなのみたか すどう ☎090-9293-7636
1月17日(土) 17:00~20:00	みんなたか 居場所づくり	みんなのみたか すどう ☎090-9293-7636
1月22日(木) 13:30~15:00	転ばぬ先の杖(老後への備え)	HumannLoop"人の輪 竹内 ☎090-7632-7251
1月23日(金) 14:00~15:30	みたかオレンジカフェ	みたか・認知症家族支援の会：石村 ☎080-6627-3551
1月26日(月) 13:30~15:30	リレートーク 「健康づくりと山歩き」	みたか・みんなの広場 なりきよ 080-1362-5359