

「若いも」「死」も人は避けられない

中村さんは年末年始の恒例行事として、棺おけに入って、過ぎた一年を振り返り、新しい一年の目標を立てる。「死」を意識することで、より「生」が充実するからだ。

「日本人は死から目を背け、まるで無いもののように暮らしてしまっている。しかし、どんなにいい医者も薬も、老いや死を治すことはできない。健康ブームで、健康寿命を延ばす努力をするのは悪いとは言いませんが、ふつう、ピンピンコリなんて有り得ない。健康寿命が尽きたとき、どう生き、どう

死を迎えるのか。そこを日本人は忘れちゃっているから、上手に死ねないんです」。中村さんによれば、病気には治る病気がと治らない病気があるのに、多くの日本人は病院に行けば何とかなると思い込んでいます。医療への過剰な期待感が結局、無駄な医療費を使うことにもつながっているのだ。

「自然死は怖くない」
老人よ、意識革命を!

中村さんは、京都で95年の歴史をもつ社会福祉法人同和園(特別養護老人ホームなど)で、この15年間で数百人を看取った。家族の同意が得られれば、食

べられなくなっても、胃ろう(胃から直接栄養補給)や点滴はせず、自然に任せる。すると最近では目にするものが少なくなった昔ながらの穏やかな死が訪れるという。

「皆さんは食べないから死ぬと思ってるでしょ? そうじゃないんです。死が近づくと、お腹もすかないし喉も渴かない。で、飢餓状態になると脳内ホルモンが分泌され、いい気持ちになり、脱水状態で意識レベルが低下し……。ウトウトするうちに、ラクに死ぬる仕組みになってるんです」。昔の日本人は自宅で自然に亡くなっていたが、病院死が8割を

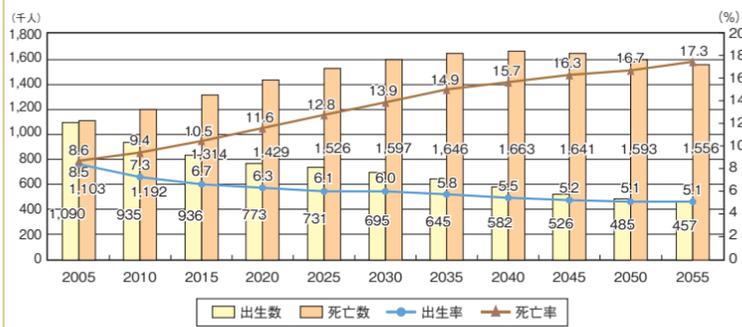
占める現代は、最期まで濃厚な治療がおこなわれ、死は苦しい、怖いものになった。中村さんは「これからのお年寄りの役目は穏やかに死んで見せ、死は怖くないという意識改革を起すこと」だという。

「皆さんは食べないから死ぬと思ってるでしょ? そうじゃないんです。死が近づくと、お腹もすかないし喉も渴かない。で、飢餓状態になると脳内ホルモンが分泌され、いい気持ちになり、脱水状態で意識レベルが低下し……。ウトウトするうちに、ラクに死ぬる仕組みになってるんです」。昔の日本人は自宅で自然に亡くなっていたが、病院死が8割を

最後に「親の老後」に向けて、多死社会はピークへと向かうか? 「いまの医療や介護の制度を次世代に残すためにも、医療は必要最小限に賢く利用すること。このままでは2025年を待たずに、潰れちゃいますよ!」。なるほど、私たち一人ひとりが棺おけに入ってから考える必要がありそうだ。

「二年の計は、棺おけの中で立てるべし!?!」

(グラフ1) 出生数及び死亡数の将来推計



死亡数が2040年に向かって右肩上がりに増えている(ピークは2038年)。出生数は減少を続け、2035年以降は、死亡数のほうが100万人以上多く、人口減少が続く。(出典:内閣府ホームページ「平成23年版高齢社会白書」より)

23 親の老後を考える

新しい年が明けた。団塊世代が75歳以上になる「2025年」が、多死社会のピークになる(上のグラフ1参照)。このままいけば介護の人材不足や財源不足、認知症の増加などで「看取り難民」があふれると言われているが、それを解決する知恵はないものか。50万部のベストセラー『大往生したけりや医療とかかわるな』や近著『「治る」ことをあきらめる「死に方上手」のすすめ』などで知られる医師の中村仁一先生に、ズバリ、提言をいただく。

取材文/渡部せつ子



Interview
社会福祉法人 同和園 附属診療所 所長 中村 仁一 さん

■取材協力
社会福祉法人 同和園
(1921年創設の京都一歴史のある総合老人福祉施設で、特別養護老人ホーム、デイサービスセンター、付属診療所などを運営)
京都市伏見区醍醐上ノ山町11番地
TEL.075-571-0010
http://www.dowaen.jp/

なかむら じんいち / 1940年長野県生まれ。66年京都大学医学部卒業。財団法人高雄病院院長、理事長などを経て2000年2月から現職。主な著書に「大往生したけりや医療とかかわるな」「医者に命を預けるな」「老いと死から逃げない生き方」など。「顔の皮膚がかぶれて赤く腫れ上がっているんですが、それほど苦痛はないので放っておきます」。



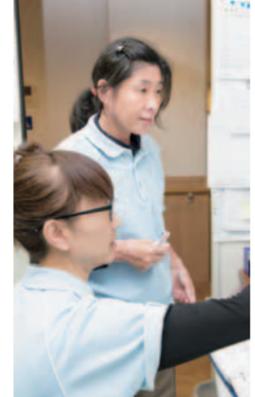
館内に併設するデイサービスで、食事介助をするスタッフ。



1階にはクリニックがあり、昼間は数名の看護師が詰めている。医師は交代で診察。



各ユニットでは季節の壁飾りをスタッフが制作していた。



一つのユニットにスタッフは5人で、手厚い介護が特徴。



屋上菜園には黄色やピンクの晩秋の花々が…。「ボランティアさんとサツマイモを植え、数十キロも収穫。スイートポテトを作りました」。



「私たちと一緒に働きませんか、働きやすい職場ですよ!」。明るく元気で、笑い声が絶えない撮影でした。

【入居・ご相談のお問合せ】
特別養護老人ホーム
豊中千寿園
豊中市東豊中町6-10-47
☎06-6857-0886
FAX : 06-6857-0887

待機者が激減し
在り方を見直す特養

北大阪急行・桃山台駅から車で数分。特別養護老人ホーム豊中千寿園は北摂屈指の住宅街「東豊中」の中に溶け込むように立っていた。濱口さんは「まず、ここに特養があることを地元の方々に知ってもらいたいです。そして、できることなら施設の職員として働いたり、ボランティアとして支えてもらえると有難いですね。もちろん私たちもこの地域の高齢化に對して、プロの介護力を発揮しますから。昨年、入所要件が要介護3以上に引き上げられたことに加え、所得が高い人

目指せ!介護のワンストップサービス

では、何を、どう変えるのか。団塊世代の全員が75歳以上になる2025年を前に、国は特養に「収支差額」(利益のようなもの)を地域に還元するように指導を始めた。濱口さん

はこれに機に「地域の介護の相談窓口を目指す」という。「介護の問題は分かりにくく、たらい回しになりがち。一箇所で済むワンストップサービスが必要だ」。もう一つの危機感には「介護職員が集まらないこと」。「そこで私たちは無資格未経験の方に働いてもらいながら人材を育てることにしました。明るく元気で前向きな方を大募集します」。3月頃から研修をスタートし、将来は介護福祉士やケアマネジャーへの道も開けるシステムを構築するという。特養が地域の仕事や生きがいの場になるなら、これほど素敵なことはないだろう。

の挑戦は、いま始まったばかりだ。

Pick up 特別養護老人ホーム

高齡化が進む東豊中で、新たな挑戦を始めた特養

2025年まで、あと10年。そのとき日本の人口構成がどうなっているかご存知ですか? 答は3人に1人が65歳以上で、その半数強が75歳以上という超高齡社会。このままでは介護保険財政は持たないと、特別養護老人ホーム(特養)は昨年4月から入居要件を要介護3以上に引き上げた。特別養護老人ホーム豊中千寿園の施設長・濱口典俊さんは10年後を見据え、改革に取り組んでいる。取材文/渡部せつ子

や一定以上の預金や資産のある人は利用料の割引が受けられなくなつた。すると月額料金が民間の有料老人ホーム並みの20万円台にハネ上がった人も……。こうして数百人いた待機者は数十人に減少。濱口さんは危機感を持って、特養の在り方から見直そうとしていた。明るく元気で前向きな方を大募集しました。3月頃から研修をスタートし、将来は介護福祉士やケアマネジャーへの道も開けるシステムを構築するという。特養が地域の仕事や生きがいの場になるなら、これほど素敵なことはないだろう。

最後に館内を案内していただいた。4階建てのマンションタイプで、10人の入居者とスタッフが一つの家族のように暮らすユニットケアを採用。居室は約16平米と広く、共用リビングや廊下もゆとり。1階にはクリニックを併設している。「運営主体の社会福祉法人論心会の母体は病院も運営しており、医療と介護の両輪で、2025年の危機を乗り越えます」と濱口さん。日本の高齡化の縮図のように語られる東豊中で、濱口さんの挑戦は、いま始まったばかりだ。

この方にお伺いしました

社会福祉法人 論心会 特別養護老人ホーム 豊中千寿園 施設長 濱口典俊 さん

1954年、大阪生まれ。41歳のときサラリーマンを退職。社会福祉士の資格を取得し、44歳で介護の仕事に就いた。「母の介護を機に、介護の仕事に関心を持つようになったんです」。特養の事務長などを経て2014年11月から現職。

採用情報はこちら
P.6マシゴトに掲載
http://machishigoto.citylife-new.com/