

まずはじめに、サザエさん一家の 30 年後を例に、「住まい」や「家族」が地域での生活を支える基盤であることを確認します。そして、在宅医療とはどのようなものか、それにより介護を要する方や終末期が近づいた方がどのように支えられているかについて、映像を供覧しつつ紹介するとともに、平穏な生活の継続や苦痛の緩和に重きを置く在宅医療のスタンスについて解説します。

次に、全ての人に訪れる老い衰えの“軌道”について図解します。特に重要なポイントとして、「低栄養」や「生活不活発」、「無感動」を避けることを挙げ、その対処方法についてお話しします。そこでは、看護師、リハビリ、管理栄養士、歯科衛生士、介護職などの多職種が強力な応援団となることがおわかり頂けると思います。あわせて、自分の生き方を考えるにあたって役に立ついくつかのデータ（要介護や認知症の年齢別出現割合や死亡統計）をご紹介します。そして、本人の意思を確認できない状況での胃ろう造設を例に、どんな医療をうけたいのかを選び取るのは自分自身や家族であること、そのときに必要となる考え方についてアドバイスします。

老いても病んでも暮らし続けることができる地域をつくるのが大きな目標となりますが、在宅医療や介護、病院医療がばらばらに提供されては、その効果が半減してしまいます。そこでは、在宅医療と介護サービスが連動して提供されること、必要に応じて、必要な場所（自宅や病院、介護施設など）で、必要な医療や介護を受けることができる体制づくりが必要不可欠です。さらに、地域に存在する課題や問題点に対しては、医療や介護に従事する専門職、医師会などの専門職団体、そして市町村などの行政が、力を合わせて解決に向けて取り組んでいく必要があります。その一例として、演者の地域で現在取り組みが進んでいる「高齢者の救急医療と在宅医療に関する活動」の拡がり、優れた地域住民の活動をモチーフとした絵本「くませんせいの SOS」をご紹介します。

最後に、患者として受診する側である地域住民が医療と上手につきあうために、日頃からかかりつけ医を持っておくこと、在宅医療に取り組むかかりつけ医が最も頼りになるということをお土産としてお持ち帰りいただき、夜には“人生の終盤をどのように過ごしたいか”について、ご家族間で話し合ってもらえればと思います。地域住民として、老いても病んでも暮らし続けることができる地域づくりに参画することの第一歩を踏み出して下さい。