



小金・ニュースレター

～終末期について考える～

第9号

松戸市では、個別事例について話し合う『地域個別ケア会議』と、地域課題について話し合う『地域包括ケア推進会議』、地域の課題を市全体で共有し話し合う『松戸市地域ケア会議』があります。このニュースレターでは、小金地区の会議で話し合われた内容をもとに、地域の皆様にお伝えしたい様々な情報を掲載しております。

【令和7年度第1回『小金地域包括ケア推進会議』参加機関】 町会・小金地区社会福祉協議会・小金地区南部北部民生委員児童委員協議会・特別養護老人ホーム・居宅介護支援事業所・まつどNPO協議会・元気応援クラブ・松戸市医師会・松戸歯科医師会・松戸市薬剤師会・松戸市訪問看護連絡協議会・松戸市リハビリテーション連絡会・松戸市地域包括ケア推進課・小金高齢者いきいき安心センター・オレンジ協力員・しぐなるいず

第9号 令和7年6月作成

編集・発行
小金高齢者いきいき
安心センター
(小金地域包括支援センター)
松戸市小金3番地
高橋ビル4階
TEL 047-374-5221
FAX 047-349-0560

自分らしさに向き合う終活とは



意識不明の状態、救急車で病院に運ばれ、そのまま意識がもどらなくなったら・・・

認知症になって、自分の希望を上手く伝えられなくなったら・・・

お墓のこと誰に頼もう？お葬式は、誰に来て欲しいかな？葬儀の費用のことも考えないと・・・

家には、家族の思い出の品がいっぱい。アルバム、どうしよう???

猫のミーちゃんのこと、誰かに頼めるかな？

相続のことで子供たちが喧嘩しないか・・・
ハそくりのこと、いつまで黙っておこ・・・?

話し合った内容

- 本人の意思決定支援
- エンディングノート …上のイラストの男性の様に、決めておきたいことを書き留めておくノートです。
- 家族へのグリーフケア
※グリーフケアとは、大切な存在を亡くした悲しみの中で、なんとか死を乗り越えようとする人に寄り添ってサポートすることです。

こんなケースには、どんな支援が必要？

本人は認知症の進行で病気の理解が困難

- ・ がんの診断を受けているが、自覚症状はない為 一切の治療を拒否
- ・ 本人は子を頼りにしている

子は、ひとりで本人の意思決定支援を行うことに不安やストレスを感じている

- ・ 親ひとり、子ひとり、他に頼れる身内がない



今の支援体制

相談窓口

ケアマネ 地域包括

介護サービス

デイサービス

子

「わたしが体調崩したら、お母さんひとりになっちゃう。」

ケアマネ

「ショートステイの利用を少しずつ始めて、慣れていきましょうか」

これから必要そうな支援体制

在宅医療の始まり

本人にがんの痛みが出てきたら、治療への思いにも変化が現れる可能性が・・・

痛みを和らげるための緩和ケアなど、治療へのニーズが出てきて、訪問診療や訪問看護を頼るようになることも考えられます。

そして新たな支援チームが生まれます。

本人が亡くなると・・・

介護をしていた家族は喪失感を感じることも・・・
気が付かないうちにうつ病を罹っていることもあるかもしれません。



携帯電話・スマートフォンからはこのQRコードが利用できません。

こころの健康状態をチェックしてみませんか？ (こころの体温計)

左記のQRコードからご利用になれます。
松戸市ホームページでは、主な相談窓口一覧も検索できます。下記の順で検索できます。



本人モード結果画面見方

[トップページ](#) → [健康医療都市まつど](#) → [健康づくり・健康相談](#) → [こころの健康](#) → [こころの健康状態をチェックしてみませんか？ \(こころの体温計\)](#)

身近な人がうつになったときは

好ましい態度

- 聞き役に徹し、安心感を与える
- 相手の気持ちを理解し、受け入れる
- 共感し、いっしょに考える姿勢を示す
- 相談内容を不必要に他人にもらさない
- 医療機関などへつきそう



控えた方がよい態度

- 話を途中でさえぎる
- 批判や評価をする
- 励ましたり、しかったりする
- 他の人にも勝手に相談する
- 無理に気晴らしや旅行に誘う

本人の意思をつづる 『エンディングノート』

例えば、こんな内容を書き留めておきます

会議ではこんな意見が！！

介護が必要になったら…

「子どもたちは仕事もあって
介護は難しそうだから、施設
に入ろうか…??？」



「病院に通えなくなっても訪問診療が
受けられるし、自宅で介護サービスも
受けられる。本人の主治医が誰か、家
族や周囲の人が把握していると支援チ
ームを作りやすいんじゃないかな…」
(医師)



認知症になったら

「自分で決められなくなったら…」
「お金の管理が難しくなると…」
「私が笑顔になれること伝えておかないと…」



「担当したときにはすでに認知症が進行
してて、思いを確認しづらいこともある
から、予め本人・家族の気持ちを書いて
あれば、支援しやすいな…」(ケアマネ)

終末期の延命治療や最期の迎え方

「口から食べられなくなったら…」
「自宅で家族に看取ってもらいたいけど、苦しがつ
てる姿は見せたくないから…」

「本人の意向が分か
らないまま終末期を
迎えて、気持ちを汲
んであげれたか心残
りだな…」(看護師)

気持ちは変わるこ
ともあるので、途
中で、書き直して
いても良いで
す。



その他： 遺品整理、ペット、遺言書、財産、
葬儀・埋葬 に関する事など

財産等に関する事など、医療・介護スタッフと
共有したくない内容は、遺言など別の方法で準
備しておいてもよいです。

家族と離れて暮らしていて、なかなか医療や介護スタッフと会える機会がない時は、入院や亡くなっ
てからのことをお願いしている身内の連絡先を伝えておくと、緊急時の対応がスムーズです。



お知らせ

会場①：小金市民センター ホール
 時間：10：00～11：30
 日時：令和7年7月16日（水）
 令和7年11月19日（水）
 令和8年1月21日（水）



2つの会場で地域交流会を開催しています。

主な参加者：小金在住 65 歳以上の方

内容：会場①開催日によってイベントやサロン

会場②サロン型交流会

お問い合わせ：小金高齢者いきいき安心センター

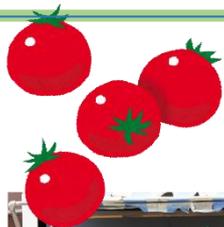
☎374-5221



会場②：特別養護老人ホーム松戸陽だまり館 地域交流室

日時：令和7年6月27日（金）14：00～15：00

その他の日程は、未定です。お問い合わせください。



エディブルウェイ プロジェクト

「食べられる景観」で人と人をつなぐまちづくり



「エディブルウェイ」とは、「エディブル＝食べられる」「ウェイ＝道・方法」の意味を持たせた造語です。地域の皆さんと一緒に、野菜やハーブなどの食べられる植物を育てながら、ゆるやかにつながるコミュニケーションづくりを目指しています。高橋ビルのエントランスでは、夏野菜のミニトマト・シソ・バジルが盛況です。お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください！また、秋に植えるおススメの植物や、気軽に育てられるハーブがあれば教えてください！

左写真：EDIBLE WAY (<https://edibleway.org/>)

高齢者いきいき安心センターは、概ね 65 歳以上の方の総合相談窓口です。（主な相談内容：認知症・介護保険・介護予防）保健師・看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員等がいます。気軽にご相談ください。



小金高齢者いきいき
 安心センターHP
 QRコード

小金高齢者いきいき安心センター

【住所】松戸市小金3番地 高橋ビル4階

【電話】047-374-5221

【F A X】047-349-0560

【U R L】https://seishikai.net/kogane_center/