～みんなが暮らしやすい地域やまちづくりを目指して～

陸前高田市未来図会議だより

陸 高 ☆ な で し こ 会　発行

NO.1
2019/5/31（金）
（通巻6号）

今日よりも素敵な明日の有ることを信じて生き抜くために！！

陸前高田市未来図会議　No.91 リポート

2019/4/25(金)14:00～、陸前高田市コミュニティホールの大会議室を会場に、今年度第1回(震災後第91回)目の「陸前高田市未来図会議」が開催されました。今回のテーマは「本人も家族も地域も“良かった”と思える人生にするために」で、２３団体66名の参加でした。

斎藤福祉部長の挨拶　４月に厚生労働省より陸前高田市役所に参り、目に留まったのは「はまかだ運動」ののぼり旗とステッカーでした！地域の繋がりが希薄化していると言われる中、未来図会議等に沢山の方々が集い、立場や分野を超えて「はまってかだる会」を持つ事は貴重な事と考えます。この事は、ノーマライゼーションという言葉のいらないまちづくりに繋がる１歩であると考えます。会議における議論を通じて、課題を共有する中で、自らの役割を再認識する働きも未来図会議は担っているように思われます。本日は岩井先生に「人生の最終段階における心づもり」と題してご講演頂きますが、命や生き方について考える良い機会かと存じます。今日は沢山学んで帰りたいと思います。皆様もぜひ自分事として考えるきっかけにして、自由に「はまかだ」して頂ければと存じます。本日は宜しくお願い致します。(文責・鈴木)

本日の未来図会議のテーマ『～本人も家族も地域も“良かった”と言える人生にするために～』

講演に先立って進行役の佐々木亮平氏から、本日の進行予定についての説明が有りました。次に佐藤沙希保健師から、「陸前高田市保健医療福祉未来図会議」としての６年間の積み上げの後、「陸前高田市未来図会議」と名称を変えて２年目のこの会の目指す方向性について話がありました。岩室紳也氏からは、陸前高田が平均寿命が県下№１であることは、保健行政とそれを取り巻く諸団体の活動による「はまかだ」と絆(ほだし)文化の成果と考えられること、「信頼、繋がり、お互い様」の文化で乗り越えてきた歳月の営みを、今後も持続していく事の大切さが話されました。

講演「人生の最終段階における心づもり」

陸前高田市国民健康保険広田診療所　　所長　　岩井　直路　氏

岩井氏は人生を飛行機によるフライトに例え、人間は有限の刻の中で生きているので、どう着地するか、どんな着地を望むのかを各人が考えることが大切と話し始められました。地域がらも有り、あまり話題にしたことのない内容に戸惑いを感じる参加者の反応を見て取った岩井氏は、ご自身の病歴とその時に思ったこと等、ご家族のプライバシーをも公開して話を進められました。ご自身の体験を赤裸々にお話頂いたことで共感を呼び、より一層、氏を身近に感じ「この方の話なら聞きたい、考えたい」と思ったのは、一人、編集子だけではなかったと思います。講演に使用した資料を印刷して配布して戴き、帰宅してからの振返りも

出来やすくして戴きました。アンケート記入も、設問の意図が正確に捉えられるようにと氏の説明付きで記入出来、とても良かったです。また、心づもり記録用紙も戴き、今すぐにでも書き始められるようにして頂きました。講演を聴いて、人生の最期が（人生の美しく輝ける紅葉の刻が）自他ともに幸せであるためにどうあれば良いかを「自分ごと」として、本日、ただ今から考え出そうと決心した人が多かったと思います。

最期を考えるのはつらい事ではありますが、向き合える幸せもあると信じて、「アドバンスプラニング」“語録”をお示しいただきました。

“アドバンスケアプラニング” 語録　岩井 直路氏 作（版権所有）

・ア　：あとさきのこと
・ド　：どうしたいか
・バン：晩年を　どう
・ス　：過ごしたいか　サポートを受けたいか
・ケ　：計画を事前に立て
・ア　：あなた自身の人生が
・プ　：+αの輝きを持つように
・ラ　：楽な気持ちで肩ひじ張らず、皆で話し合い、記録して
・ニン：人間としての尊厳を大切にした
・グ　：Ｇｏｏｄ　Ｄｅａｔｈ　＆　Ｄｙｉｎｇ（良き最期を迎えよう）

“みんなではまかだ”（グループワークの　～話し合いの結果～　【抜粋】）

◎入院しても、すぐに退院後についての話をしなければならない医療現場での現実がある。
◎本人の意思を確認、反映できるうちに、親族間で話し合いをしておきたい。
◎陸前高田市においては、死の話を家族間で話し合うのは難しい。普段から、生き方についても話せるような文化を育てていきたい。
◎実際にエンディングノートを書いている人も結構いる。
◎広田診療所の　がん看護ケアよろず相談所「ヒロピス」の活動に感謝！！
◎最期の事だけでなく、引っ越し、移転等によるコミュニティの変化もあるので、運転免許証返納の事についても、関わりの中で話し合っていく事が大事！！
◎アドバンスケアプラニング（ACP）について、１歩でも　みんなで前進することが大切。考えることが当たり前の風潮にすること！人生の最終段階における心づもりを皆で！！未来図会議からの発信に期待！！
◎家族の介護を望んでも応えられないことが多いのが現実。家族間での共通理解と“はまかだ”こそ大事。

今回の未来図会議にも、県内外から沢山の方にお出で頂きました。本当に有難うございました。市内から初めて参加した方は、「こんなに良い会がある事を、今まで知らなかった。もっともっと周知してたくさんの方に参加して戴きたい会だと思った。」と話しておられました。

名称を変更して２年目！！色々な方法での周知も大事ですね！

★未来図会議、２０１９年度　第２回目は　**2019/7/19**（金）１３；３０～１５：３０
陸前高田市コミュニティホール大会議室　テーマ『はまかだ賑わいアップ作戦会議（仮）』