

インタビュー

もめんノートと在宅医療

昨年9月に松阪市版のオリジナルエンディングノートが完成しました。医師や弁護士、司法書士や社会福祉士など様々な職種の方からアドバイスをいただき作り上げたこのエンディングノートは「もめんノート」と名付けられました。市役所や各地域包括支援センターで配布しており、多くの市民の皆さんからご好評をいただいています。今回は、高齢者と接する機会が多い職種の方を対象にした「もめんノート」の活用研修会で、講師の藤井秀子医師にお話を伺いました。



藤井 整形外科胃腸科 副院長
藤井 秀子 医師

こだわりやポイントについて
教えてください。

人生の終わりには、医療や介護だけではなく、財産や相続など様々な課題があります。それらすべてを一つにまとめて、自分の意思が残せるノートを作りました。市販のノートもありますが、その多くが分厚く書き出すのも面倒に感じるほどです。せつかくのノートも書かなければ意味がありません。もめんノートはできる限り無駄を省き、使いやすさ・扱いやすさを考えたノートとなっています。医療や相続に関わることを網羅しており、それらを書くための枠の大きさ、質問の順番など、細部までこだわって作

在宅医療における
エンディングノートの
活用について教えてください。

「もめんノート」という名前は、松阪市綿の「もめん」と、残された家族が「もめないように」という願いが込められています。在宅医療が推進されている中、本人の意思が確認できなくなったり時に、どういふ決断をすれば良いのか迷ってしまう家族が多くなります。法的な効力を持つわけではありませんが、自分の人生の最後を

どういう終わりにしたいのか、その気持ちをノートに記しておくだけで進むことも多くあります。もちろん気持ちは時間や環境とともに変わるものです。その時の気持ちによって書き直してください。もし、迷っているならその迷いや不安も余白に書いておきましょう。正解はありません。「迷惑」「遠慮」などは考えず、心の声・本心を書いてください。自分一人だけで書くのが難しければ、信頼のおける身近な方と話し合っても良いと思います。まずは自分の人生を振り返り、周りに伝えたいことを書きとめることから始めてください。そして、その延長で最期の過ごし方についても考えてみてください。

【問】 高齢者支援課 ☎53-4099

