

死を前にした人に あなたは何ができますか？

めぐみ在宅クリニック 院長 小澤竹俊

1. 話しあう目的・目標は穏やかであること

「穏やかであること、Well-beingを実感できること」。すべての対話の目的は穏やかであることを忘れない。

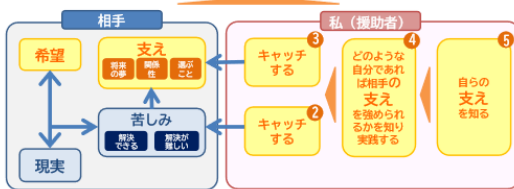
2. 身体其自然経過:赤ん坊に戻る

	1ヶ月	3ヶ月	6ヶ月	1歳
食事	ミルク	ミルク	離乳食開始	ふつうの食事
傾眠傾向	ほとんど寝ている	徐々に起きてい時間が増えていく	寝返り	起きてい時間が増える
活動範囲	ベッド上	首がすわる	寝返り	歩く

3. ユニバーサル・ホスピスマインド



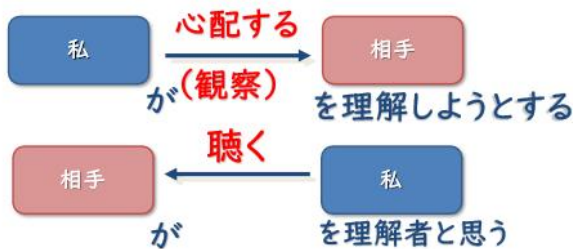
目標：本人も家族も援助者も穏やか



援助的コミュニケーションの基本

～苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいるとうれしい～

4. わかってくれる人がいるとうれしい



※援助的コミュニケーション



1. 伝えたいことをキャッチする
2. 伝えたいことを言葉にする
3. 言葉にした伝えたいことを相手に返す (反復の技術)

わかってもらえたと思える

自分の伝えたいことがわかってもらえたときに思わず出てしまう言葉

そうなんです

5. 相手の苦しみにをキャッチする

苦しみは、希望と現実の開き。

※問い:よく聴く歌の中に、希望と現実の開きを探してください。

6. 相手の支えをキャッチする

暗いから星に気づくように、人生で苦しい時、大切な自分の支えに気づきます。すると人は穏やかに過ごすことができます。支えには、将来の夢、支えとなる関係、選ぶことができる自由という3つがあります。

穏やかに過ごせるために支えを大切に

1. 選ぶことができる自由

- ①療養場所：どこで過ごしたいか
- ②心がおちつく環境・条件：何かが必要
- ③尊厳：大切にしてきたこと、誇り
- ④希望：希望すること、希望しないこと
- ⑤保清：下の世話をゆだねるのか
- ⑥役に立つ、役割：人生の教訓を教える
- ⑦ゆだねる：こだわってきたことをゆだねる
- ⑧栄養：口から食べること、点滴など
- ⑨お金：介護費用、相続など



2. 支えとなる関係：家族、友人、スタッフ

3. 将来の夢：天国から家族を見守るなど

©一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会

7. 支えようとする私たちの支えを知る

力になれるから関われるのではなく、力になれなくても逃げないで向き合っていくためには、支えようとする人こそ、支えが必要になってきます。

8. 孤独・孤立を予防するために私たちにできること

苦しみが小さなうちに気づく人がそばにすることがこれからの時代に求められます。ユニバーサル・ホスピスマインドをすべての人生のそばに。折れない心を育てるいのちの授業の認定講師になって伝えていきませんか？あるいは経済的なご支援を頂けませんか？

関連資料

1. 小澤竹俊 死を前にした人にあなたは何かができますか？ 医学書院
2. 小澤竹俊 折れない心を育てるいのちの授業 KADOKAWA
3. フェイスブックで情報発信しています。フォロー頂けると今後の活動をご確認いただけます。

ご関心をお持ちくださった方へ：次のステップ

1 知りたい・学びたい

- ◆ エンドオブライフ・ケア協会
- ◆ ユニバーサル・ホスピスマインド
- ◆ 書籍を読む
- ◆ コラムを読む
- ◆ Facebookでフォロー



2 身近な人の 支えになりたい

- ◆ 折れない心を育てる いのちの授業
- ◆ エンドオブライフ・ケア援助者養成基礎講座



3 医療・介護の現場で 実践したい

- ◆ エンドオブライフ・ケア援助者養成基礎講座
- ◆ 看取り期のコミュニケーション
- ◆ デイグニティセラピー
- ◆ グリーフ
- ◆ 認知症とともに暮らす



4 組織や地域で 伝えたい

- ◆ 地域での学習会開催
- ◆ 認定ELCファシリテーターになる
- ◆ いのちの授業 認定講師になる



5 学びの機会を 作りたい

- ◆ 講演・イベント開催依頼
- ◆ 法人向け研修



6 ELCを寄付などで 応援する

- ◆ 寄付（都度/継続）で応援する
- ◆ 法人として応援する

