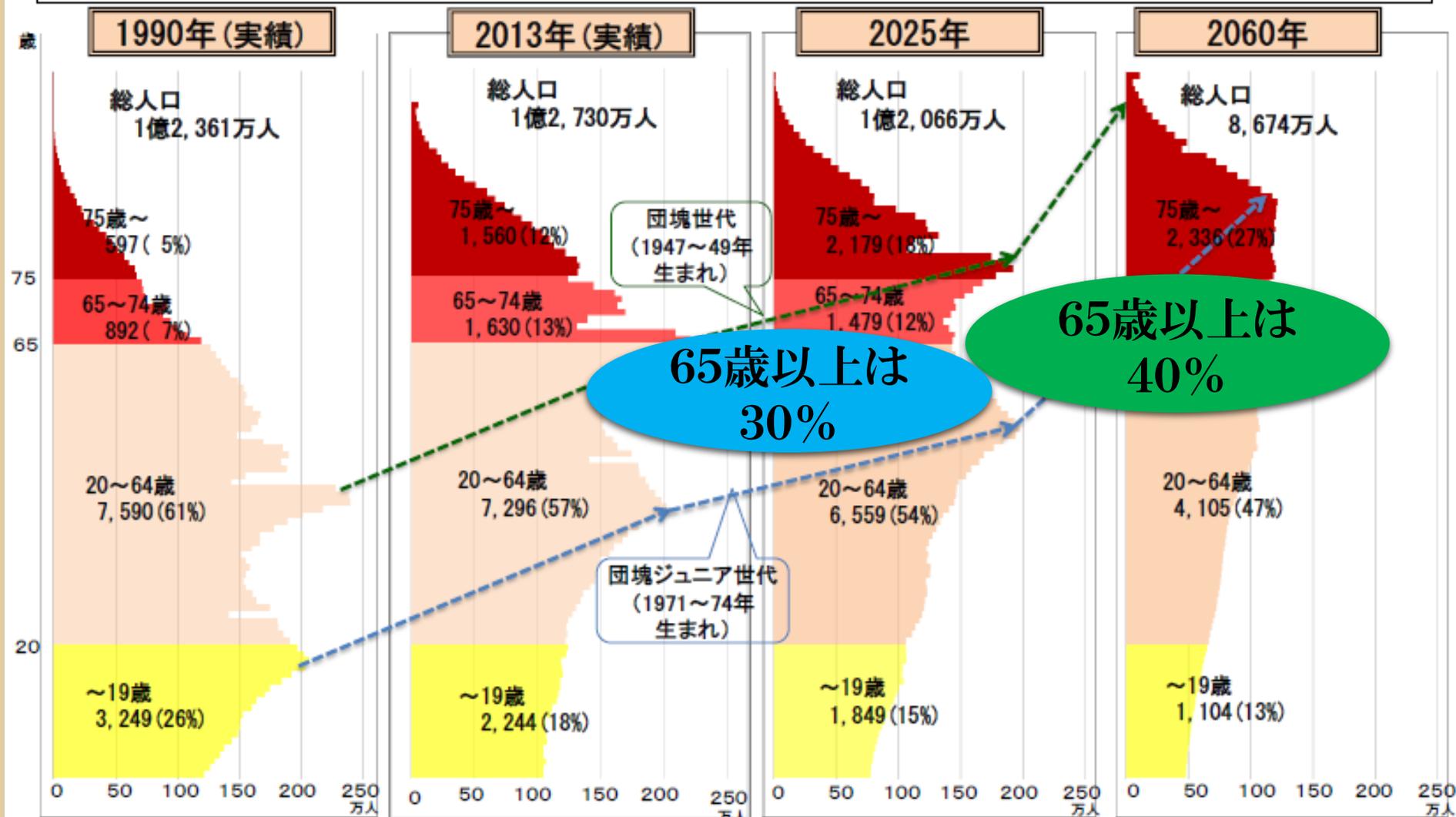


最期の生き方は自分で決めたい
～人生会議をしてみませんか？～

宮崎江南病院 地域医療連携室
新町 智穂

日本の人口ピラミッドの変化

- 団塊の世代が全て75歳となる2025年には、75歳以上が全人口の18%となる。
- 2060年には、人口は8,674万人にまで減少するが、一方で、65歳以上は全人口の約40%となる。

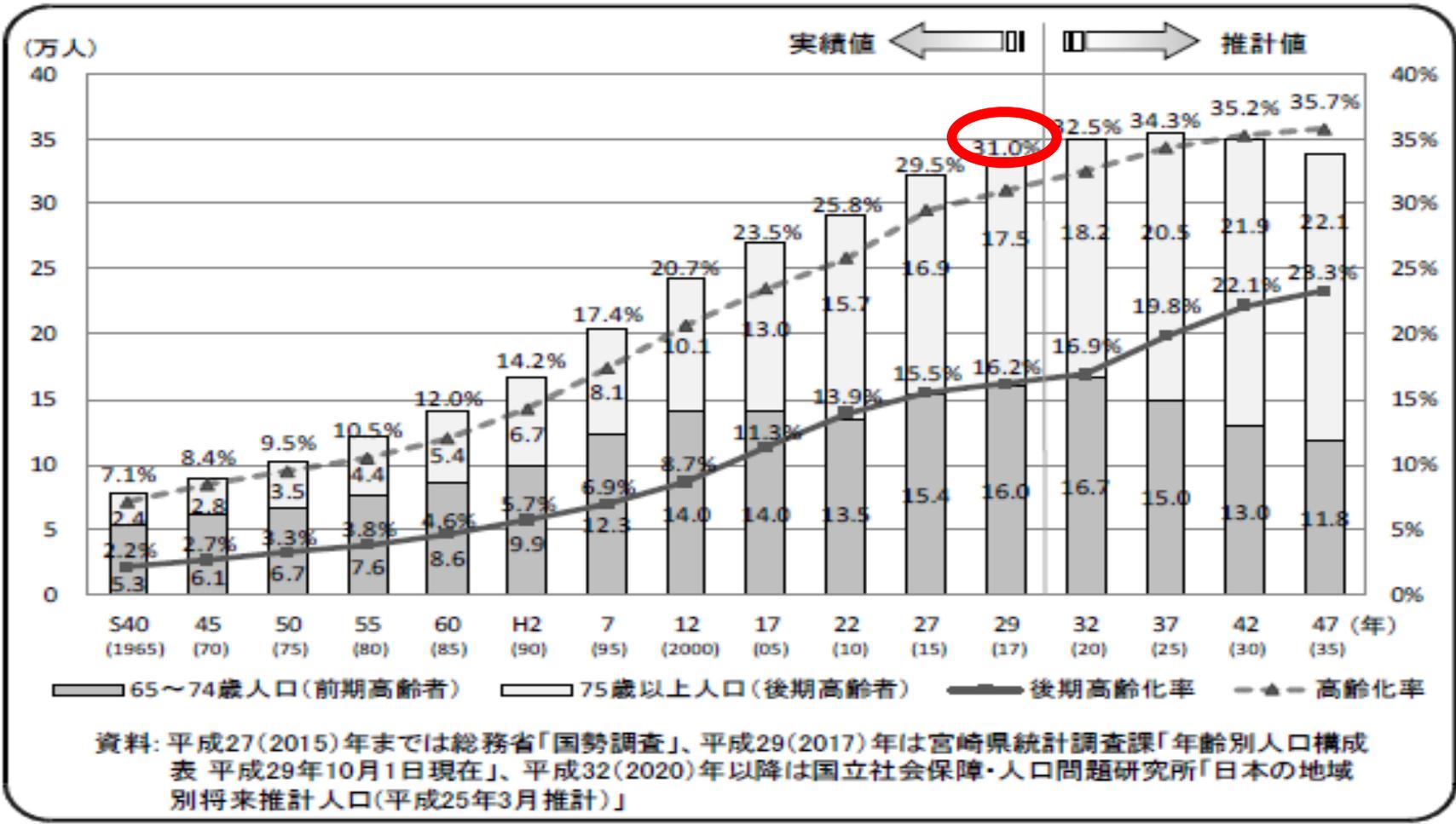


(出所) 総務省「国勢調査」及び「人口推計」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24年1月推計):出生中位・死亡中位推計」(各年10月1日現在人口)

宮崎はすでに超高齢化社会



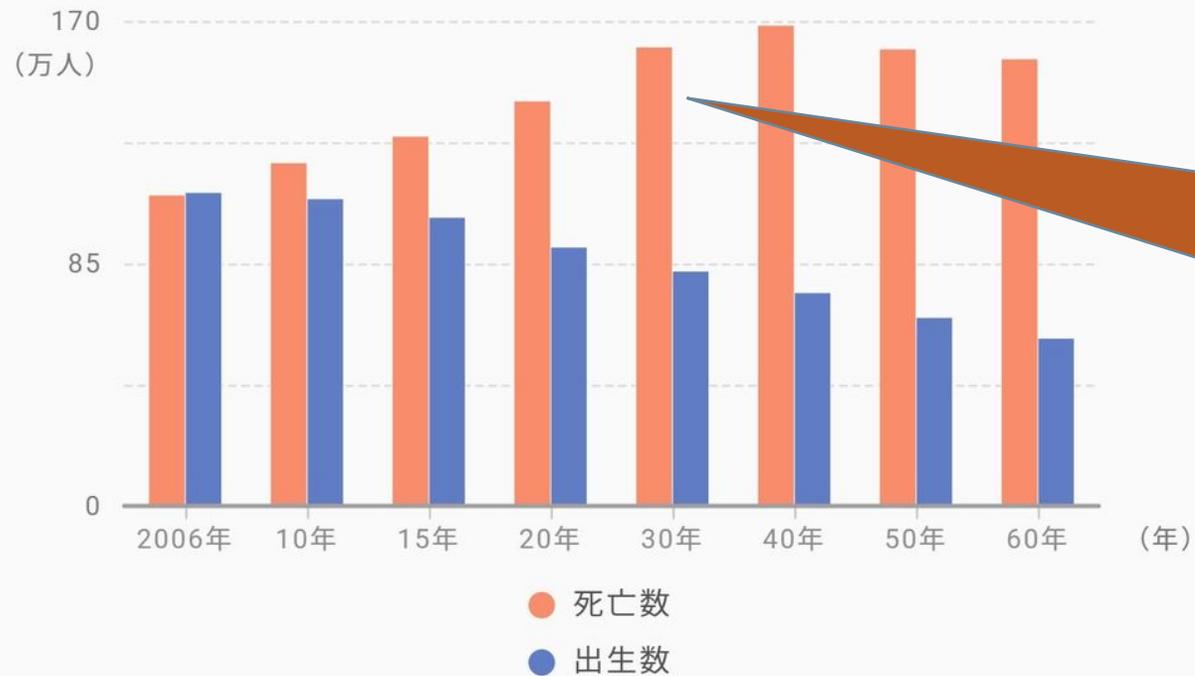
宮崎県の高齢化率の推移



団塊の世代が亡くなる多死社会へ

■ 日本は「多死社会」へ突入する

出生数と死亡数の将来推計

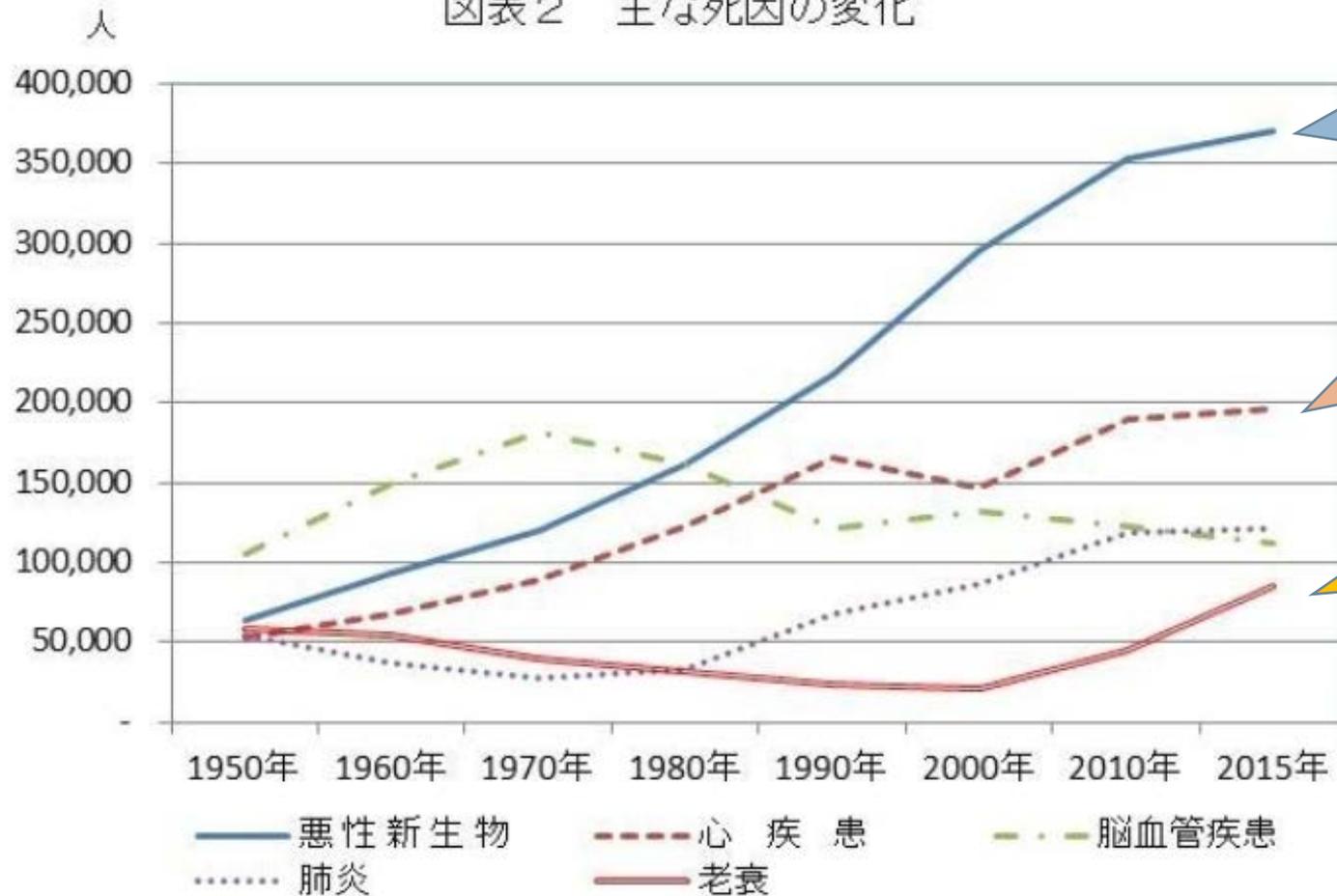


2030年には
160万人へ

(出所) 厚生労働省、国立社会保障・人口問題研究所、日本少額短期保険協会

死因はがんがトップ！ 老衰も増加

図表2 主な死因の変化



がん

心疾患

老衰

(資料)厚生労働省「人口動態統計」より作成

さあ、最期の生き方を考えよう！

- 突然死（ぽっくり）の割合は全体の10～20%
あなたはぽっくり逝ける自信がありますか？

ほとんどの方は亡くなるまでに、時間があります。
どちらを選ぶ??

時間 > 生活の質 または 時間 < 生活の質

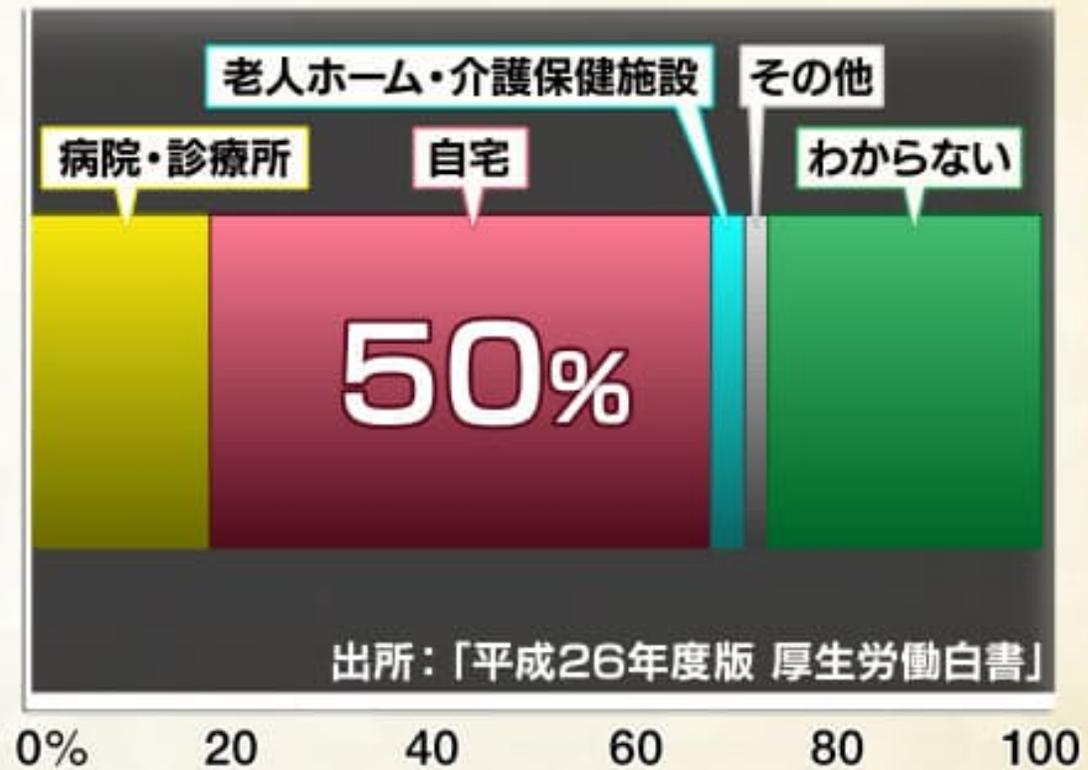


最期の生き方レシピ

- ◆療養場所、死を迎える場所
- ◆どこまで医療を望むか
- ◆最期までにやりたいことはあるか
- ◆亡くなった後の事をどう考えているか

療養場所、死を迎える場所

死を迎えたい場所



でも現実には8割が病院で亡くなっています

これから死を迎える場所

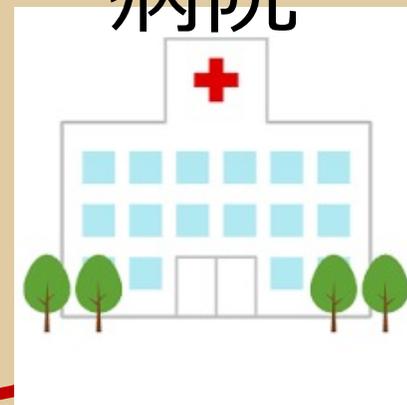
自宅



施設



病院





どこまで医療を望むか？

<ごはんが食べれなくなったとき>

①そのまま食べれるだけでいい

自然ですが、肺炎になることも…。栄養は充分ではありません

②チューブから栄養を入れてほしい

希望される方が減ってきました。でも栄養は充分に入ります

③点滴で高いカロリーを入れてほしい

針を刺さされ、常につながれている状態になります

どこまで医療を望むのか？

終末期にできる最期の医療

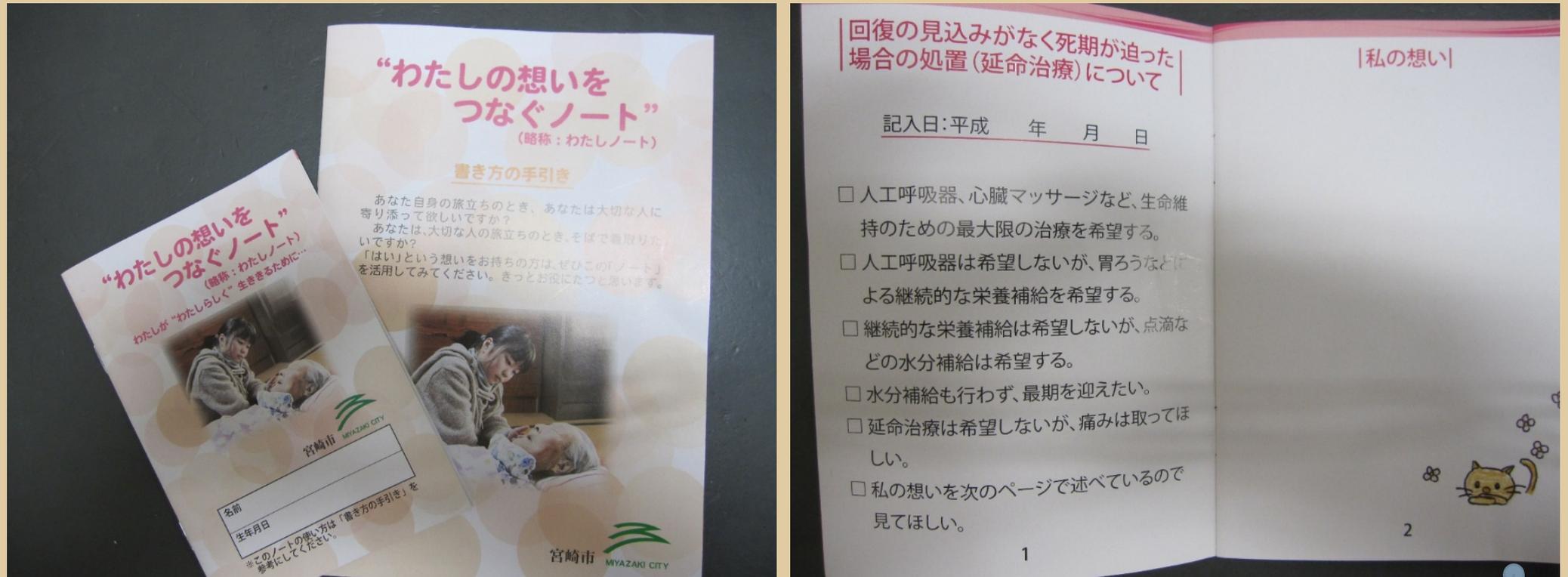
人工呼吸器、心臓マッサージなど・・・



でも、医療のこともあまり詳しくないし、
わからない



エンディングノートを活用で自分らしい 終末期を考え、伝えましょう！



宮崎市健康管理部 健康支援課
2014. 5月発行

いつでも考えを変えて大丈夫です

人生会議とは



「人生会議」とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

あなたが考えた「最期の生き方」は自分だけでなく、家族とも話し合う機会を持ちましょう。

家族と話し合ったことは、エンディングノートやかかりつけ医の先生に話しておくといいでしょう。

自分の「最期の生き方」を叶えるために

日ごろから、「死」をまだまだ先の関係ないこと
ではなく、いつかやってくる人生の最終地点として
明るく前向きにみんなで話すこと、伝えておくことが大切。



まずは

- ・あなたが大切にしたいこと
- ・してほしくないこと

から話してみては？

御清聴ありがとうございました。

