家族がそばにいる「家」だからこそ受け取れるメッセージがあります

宮崎市で輝いている人を紹介する「キラリ！宮崎人」。今回は、民家を活用したホスピスサービスを行っているNPO法人ホームホスピス宮崎の市原美穂さんです。

NPO法人ホームホスピス宮崎 理事長

市原 美穂(いちはら みほ)さん

平成9年に在宅ホスピス協会宮崎支部を立ち上げた後、平成12年にNPO法人を設立。地域のかかりつけ医などと協力しながら、在宅ホスピスの充実と拡大に尽力している。

患者が暮らしを続けられる第二の家としてのホスピス

玄関に廊下、台所。初めての人でも懐かしさを感じる『かあさんの家』は、がんや認知症を抱えて居場所を探していた人がともに暮らすホームホスピスです。

「民家をお借りして２００４年に開設し、現在は市内に４か所を構えています。グループホームだと認知症、緩和ケア病棟はがん…というように、施設には一定の利用条件がありますが、実際には認知症でがんだったり、病院での治療が困難な神経難病だったりと、条件に合わない人がいます。ここはそんな方々の、第二の家なんですよ」

父が亡くなったときに母が悔いる姿を見て、どうすれば家族は悔いなくみとれるかを考えるようになった、という市原さん。『かあさんの家』は、そんな市原さんがアメリカで見た在宅ホスピスをモデルにしています。

「ホスピスといえば日本では施設のようなイメージですが、アメリカは在宅中心。医師やヘルパー、ボランティアが出入りしながら、患者は自宅で暮らし続けられるんです。これなら宮崎でもできるんじゃないか、と思いました」

『かあさんの家』で暮らす皆さんは、病人である前に『家のご主人』である、と市原さんは話します。

「病院や施設だと、部屋では自由でも、一歩廊下に出ればそこは公共の場。一方、ここは家なので、食堂も廊下も自分の場所です。暮らしている皆さんのご家族も、ここを自分の家として過ごしていますよ。ある方のお孫さんは、台所で受験勉強をされていました。お見舞いではなく、普通におじいちゃんちに来た、という感覚ですね」

最期まで一緒に過ごす中で家族が受け取る命のバトン

そうして時間を共有した家族は、最期のときを迎えても、決して取り乱したり、号泣したりしないそうです。

「亡くなるまでの時間を一緒に過ごす中で、ご家族は命のバトンを受け取る準備が整います。最期まで寄り添っていられるのも家ならでは。みんなで囲んでわいわい話をしながら、にぎやかにみとられるご家族もいらっしゃいますよ」

自分らしく過ごし、旅立つことのできる『かあさんの家』は今、全国にその理念を広げています。

涙や言葉、微細な表情：家族を動かすメッセージ

開設からの10年で、『かあさんの家』で最期を迎えられたのは52人。最期のとき、口ひとつ動かなかった人が言葉を発したり、意識が戻ることは決して珍しくないそうです。

「病院からここに移って、わずか13分で亡くなられた方がいます。病院ではそばで手も握ってあげられない、このままでは後悔する、と思われた娘さんが、死期の近づいたお父様をここへ連れて来られました。お父さん、“今から帰るよ！”と手を握りながら声をかけ続け、到着して“着いたよ！”と叫ばれたのですが、なんとお父様が目を開けて涙をこぼされたんです。亡くなられたのはその直後でした」

一緒にいたお孫さんは、以前から生きづらさを感じていたそうですが、おじいちゃんの最期の姿を見ていろんなことを教えられた、と後日スタッフに手紙を送られたそうです。

「溜まっていた涙が流れただけ、などという人もいますが、家族はそう思わない。それまで昏睡状態だった方が臨終の際に目を開けられたとき、結婚を反対されていた娘さんは思わず“お父さん、安心して”と声をかけられました。その後、娘さんは“父が許してくれました”と涙ぐんで報告してくださいました。そばに家族がいることで、受け取れるメッセージがあるんですよね」

旅の最期を家で迎える幸せ 将来は宮崎をホスピスに

医療機関やホームホスピス宮崎の要望を受けて２００１年には宮崎市群医師会病院に緩和ケア病棟が開設。在宅ケアに対応できる市内の医療機関も40を超えるなど、終末期医療を支える宮崎市の体制は整備が進んでいます。市では今年３月、終末期の医療行為などの希望を伝えるエンディングノート『わたしの想いをつなぐノート』も発行しました。

「行政がこういうものを作るのは全国的にも珍しいです。ノートとしてはもちろんですが、これを一つの道具として、ご家族で終末を考え、死生観を話し合う機会にしてほしいと思います」

最後まで自分らしく過ごせる場所は、自分の家に他なりません。一人暮らしや、自宅に帰れない事情のある人にとって、『かあさんの家』はかけがえのない家になっています。

「旅から帰ってきて“やっぱり家はいいね”となるのと同じで、人生という旅の最後もやっぱり家がいい。そんな家＝ホスピスが宮崎じゅうに生まれ、宮崎そのものがホスピスになることを願っています」

宮崎そのものがホスピスになることを願っています

キラリ！宮崎人 02
Miyazaki Human Interview
拡大版

『わたしの想いをつなぐノート』

今年3月に市が発行した、エンディングノートの手引書とノート本体。ノート本体（通称：わたしノート）には、延命治療の希望や、終末期に際しての自分の想い、かかりつけ医、治療方針を決める代理人の氏名などを記載できるようになっています。

手引書

ノート本体