


**藍野大学 × 緩和ケア**

**在宅看取りの支援  
在宅看護における終末期ケア**

2021年7月2日  
医療法人綾正会 かわベクリニック  
看護師 川邊 綾香  
ECL協会認定ファシリテーター  
いのちの授業認定講師

在宅看護学@藍野大学





**大病院を辞めて在宅医療の道へ**

**在宅診療クリニックを開業した経緯**

院長：  
「最期は自宅に帰りたい」という願いをかなえるために何ができるのかを考え、在宅療養支援診療所「かわベクリニック」を開業。

あやか：  
終末期癌患者様が救急搬送され、救急搬送に至った経緯や望まない治療を受けざるを得ない状況を知る中で、在宅医療に関心を持ち始める。  
救急での経験を通して、『最期まで住み慣れた自宅で療養できる医療・看護』を提供するために在宅医療の道へ。

在宅看護学@藍野大学




ABC 関西ニュース KANSAI

**【特集】住み慣れた我が家で最期を迎えたい・・・「在宅医療」を選んだがん患者の“その時”** 07/31 22:54

遺影に手を合わせる女性。今年の夏、父親をがんで亡くしました。「大好きなおいに囲まれてとか、落ち着くっていうか、気持ちが落ち着いたまま逝ったんちゃうかな」。「最期は思い出が詰まった我が家で、ありのままの最期を迎えた1人の男性の姿を追いました。





在宅看護学@藍野大学

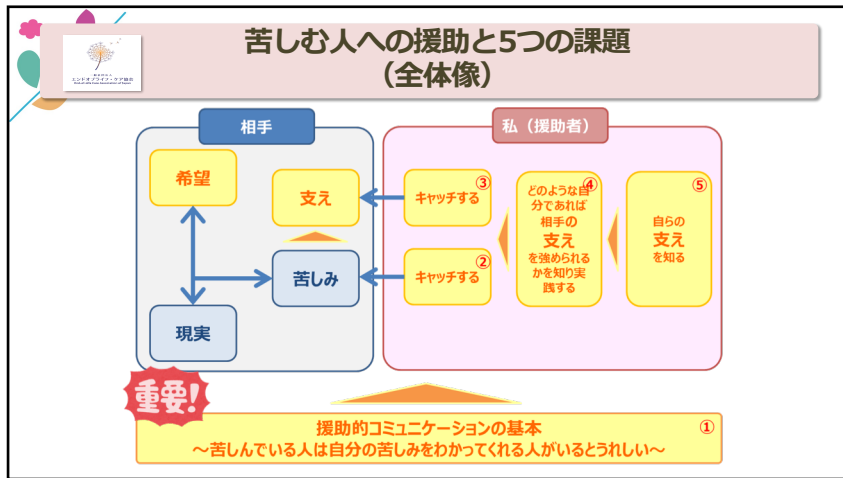


**看取りへの「苦手意識」から「関わる自信」へ**

**人生の最終段階（エンドオブライフ）をケアできる  
人材育成プログラム**



在宅看護学@藍野大学



### 本当に苦しみを聴けていますか？

苦しみに気が付くには感性が必要

人は相手をわかったつもりになった瞬間から  
相手の話を聞かなくなります。

そして、自分が良いと思う事を  
相手のためになると**決めつけて**しまいます。

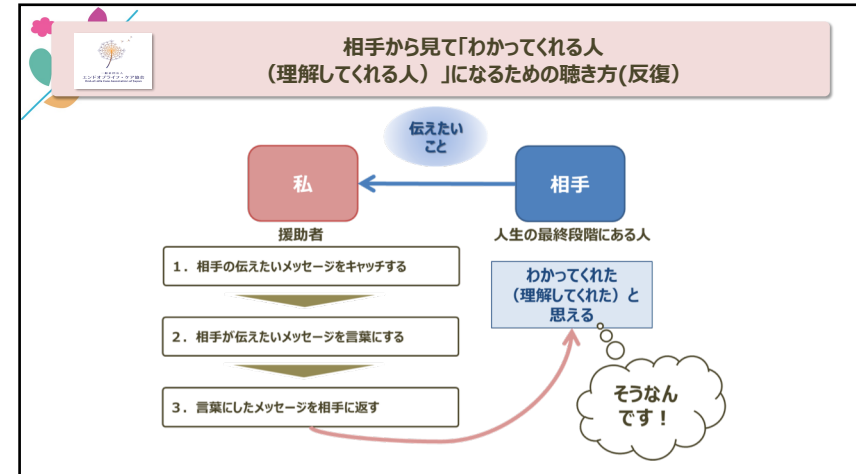
在宅看護学@藍野大学

- ### 医療・介護従事者に多いブロックング
- 患者が何を求めているかを把握しないで、**一方的にガイダンス**をする。
  - 興味や関心のあることには**質問**したくなる。
  - 間違った考えや行動をしていると**意見**を言ったり**怒り**たくなる。
  - 自分が正しいと思う方向に**誘導**したくなる。
  - 一般的な医学的常識に基づいた思い込みや勝手な**解釈**や**憶測**で話をする。
  - **指導的**な立場で、上から目線で話をする。
  - 医学的・薬学的な**価値観**を押し付けたくなる。
  - 治療への意欲が少ないと思うと話す気がなくなる。
- 在宅看護学@藍野大学

- ### 理解するよりも理解者になること
- ① 私が相手を理解しようとする事は大切。
  - ② でも、私は相手を100%理解することはできない。
  - ③ しかし、相手が私を「自分の理解者」だと思ふことは可能性として残る。
  - ④ **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嬉しい。**
  - ⑤ どんな私であれば、苦しんでいる相手から見て「わかってくれる人」になれるか。  
それは「**聴いてくれる私**」である。
- 在宅看護学@藍野大学

相手から見て「わかってくれる人  
(理解してくれる人)」になるための聴き方

- 反復** 相手のメッセージを言語化して返す
- 沈黙** 相手の心の準備ができるのを待つ
- 問いかけ** 相手の支えを意識して尋ねる



「反復」の練習

- 1対1の対応を学ぶ
- ペアを決める  
先攻 (反復) は聴き役、後攻は患者役
- 役割を交代
- 各自役になりきる

♡お願い♡  
メモはとらない・語尾「ね」・目は閉じない  
丁寧に相手の言葉を反復

在宅看護学@藍野大学

「反復」の練習 (基礎)

1. 昨日の夜、眠れませんでした。  
▶
2. 昨日からずっと、胃のあたりが痛いです。  
▶
3. これからどうなるのかと思うと心配です。  
▶

### 「反復」の練習（応用）

1. どうせ治らないんだろ。もう何をしても無駄だよ。  
▶
2. なんか、むなしい。はやく、じいさん迎えに来てくれないかなあ。  
▶
3. トイレにも行けないなんて。もう死んだほうがまだよ。  
▶

### ＜参考＞ 反復するときの手がかり

反復◎	反復×
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 相手のキーメッセージ</li> <li>■ 2回以上出てきた言葉</li> <li>■ 感情 (気持ち、考え、思い)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 感情の先取り</li> <li>■ ほめられたとき</li> <li>■ 認知症の方の被害妄想</li> <li>■ 急ぐとき</li> </ul>

### 相手から見て「わかってくれる人 (理解してくれる人)」になるための聴き方

反復	相手のメッセージを言語化して返す
沈黙	相手の心の準備ができるのを待つ
問いかけ	相手の支えを意識して尋ねる

### 相手から見て「わかってくれる人 (理解してくれる人)」になるための聴き方（沈黙）

患者 (blue bubble): 看護師さん、昨日の夜眠れなかったのです。

看護師 (red bubble): 昨日の夜、眠れなかったんですね。

患者 (blue bubble): そうなんです！

患者 : 隣の方がうるさくて大変でした。  
 看護師 : 隣の方がうるさくて、大変だったんですね。  
 患者 : はい。一晩中眠れなくて、悶々としていました。  
 看護師 : 一晩中、眠れなくて、悶々としていたんですね。  
**(しばらく沈黙)**  
 患者 : ねえ、看護師さん。私、このまま病気で死んでしまうのでしょうか？入院しても、ちっともよくなりなくて、このまま家に帰れないかと思うと、不安で眠れなくなっていました。

## 沈黙の意味

良いことを言おうと思うとき、ついつい相手の沈黙を待たなくて、励ましたり、勇気づける言葉を伝えたくなくなります。

なぜ沈黙が大切なのか？

人は大切なことを話すときには、エネルギーを必要とするため、時間が必要。

沈黙がないと・・・

何か言いかけた思いが、急にしぼんでしまい、言い出せなくなる。

## 反復と沈黙

どんなことに気づきましたか？

▼

- 反復と沈黙だけでも会話は続く
- しかし実際には、人の話を聴くのは集中力を要する
- 患者役にとって、沈黙はあまり苦ではない

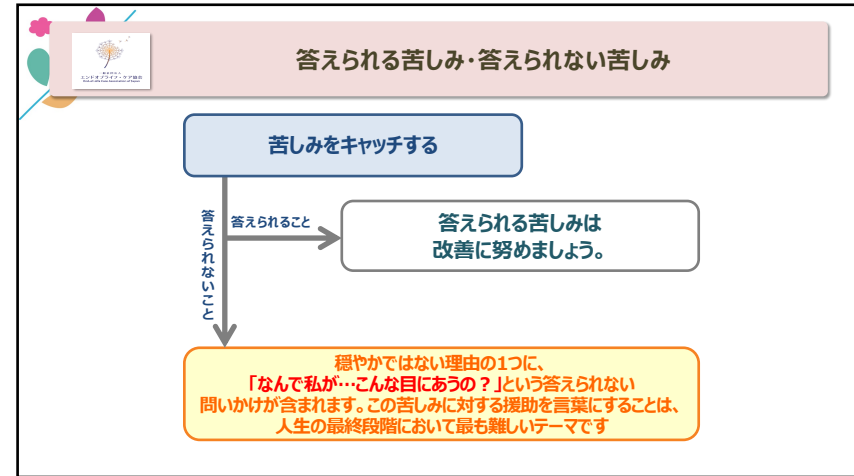
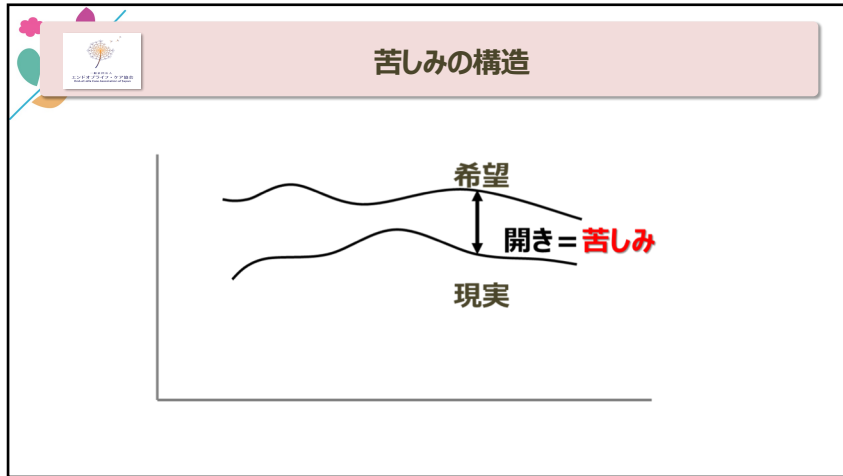
話を聴いているだけで  
相手の**苦しみ**に  
気づくことができますか？

在宅看護学@藍野大学

## 人生の最終段階における苦しみとは？

- トイレに1人で行くことができない
- 少し動くだけで苦しくなる
- 孫の成長を見守ることができない
- 家族に迷惑をかけたくない
- …
- …

これらに共通する苦しみとは？  
わかりやすい言葉で20字以内で説明してください



### 相手の苦しみをキャッチする

苦しんでいる人は、誰でも痛みを打ち明けるわけではない。わかってくれる人にしか痛みを打ち明けない。


痛みは、『希望』と『現実』の開きである。

痛みには、解決できる痛みと解決できない痛みに分けられる。

解決できる痛みは、解決していきましょう。



どれだけ誠実に支援にあたっても、すべての痛みをゼロにすることはできません。






～大切なものを守るために～  
繋ぐいのち、穏やかなエンディングみんなで

在宅看護学@藍野大学


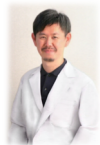


ホームページ QRコード



Facebook QRコード

ご清聴ありがとうございました。



在宅看護学@藍野大学