

過日は、こころすこやか財団研修会での講話をご聴講いただきありがとうございます。
また、ご質問もいただきありがとうございます。

【ご質問】

「非常にデリケートな話なので、終活 について高齢の家族に話を持ち掛けるときのタイミングや言葉のかけ方にアドバイスあればお願いします」

【回 答】

- ・ご質問にもあるように、終活の話題は非常にデリケートですので、身近なご家族ほど、なかなか切り出せないものだと思います。また、あなたご自身が必要を感じて話を持ち掛けたとしても、ほかの親族の方々には「はばかりな話題」と捉えられ、快く思ってもらえないかもしれません。まだまだ忌み嫌われることが多いというのが現実のようにも思います。
- ・ただ講話でも紹介したかもしれませんが、「自分が話しておきたいときには話させてくれず、自分が(認知症などで)話せなくなったときには話しておいてほしかったというはずだ」という(ある高齢者の方の)言葉は、まさに真を突いているようにも思えます。
- ・ACPでは最期の迎え方を話題にするタイミングに関して、一律のタイミングは存在せず、身体症状が安定しているときが良いと説明されています。たとえば、病状が落ち着いたとき、退院した時などです。また要介護認定を受けたあとなども、自分の今後について考える契機になるので「これからどんな風に暮らしたい？」と問いかけることもできます。
- ・現在お元気であれば、改まって話し合いの場を持つというのも少し不自然かもしれませんが、でも、そのような場をご本人が望まれるならば、それは逆に絶好のチャンスともいえます。ただ、時間とともに考えや意向は変わりますから、繰り返し積み重ねることが大切になります。
- ・またACPでは、ふとした会話の中にこそ本人が自身の生き方、最期の迎え方をどう考えているのか、それを知る鍵(手がかり)が見つかるともいわれています。会話の中で、いきなり看取りの話に引っ張り込むというのではなく、「ああ、そう考えてるんだあ」「でも、なんでそう思うの？」程度で自然に聞いておく。家族はそれを覚えておく、書き留めておく。その積み重ねが重要になります。
- ・本人のこだわりや大切にしたいこと、人生の最期までどうやって生きていきたいと思っているのか、を普段の対話の中から想像し、わかってあげられれば良いのではないのでしょうか。

質問者の方、お答えできていますでしょうか。不十分かもしれませんが、どうかお許しください。

では、今後ともよろしく願いいたします。