

最後の生き方を決める権利について

北杜市立白州中学校一年 白砂 零

皆さんは自分が死ぬ間際のことについて考えたことがありますか。私は今まで考えたことはありませんでした。自分や身近な人が死ぬのは怖くて考えることができませんでした。しかし、今回看護師の母が今まで患者さんを看取る中で本人の意思に関係なく生命を維持されている様子を聞いたことで、改めて自分や身近な人の死について考えようと思いました。

厚生労働省は、人生の最終段階における医療のあり方を考える際の基礎資料を得ることを目的として、一般国民や医師・看護師・介護職員等に人生の最終段階における治療方針の決定方法、希望する治療方針等を調査しています。この調査のなかで「人生の最終段階に医療・療養についてこれまで医療・介護関係者と話し合ったことのあるものの割合」は医療介護職員で五から九パーセントで、一般国民は、二・七パーセントでした。この結果をみて、私は専門的な調査でも自分や身近な人の死ぬ間際について詳しく話し合っている人が思っているよりもとても少ないのだと感じました。

私の祖母は去年の八月に、突然脳出血で亡くなりました。父と母は、病気などで意志を表せなくなった時のために、祖母の希望をあらかじめ確認していたそうです。祖母は自分の父が胃ろうという胃に直接栄養剤を流し込む治療をしていたのを見ていて、自分はそのような治療をしたくない、という意志を表していました。また、祖母は私たち孫に会うことを一番幸せと感じていることをエンディングノートに記載して父と母に伝えていたそうです。祖母は入院した時すでに意識がなく、栄養剤を入れれば命を長くすることができましたが、一番大切にしていた孫と触れ合うということはできない状態となっていました。父と母は医療者にエンディングノートの内容を伝え、祖母の願いは受け入れられました。私は母からこの話を聞いて、祖母が入院する前のことを思い出しました。祖母は私たちと触れ合うことが大切だったのに、新型コロナウイルス感染症が流行し、なかなか会いに行けなかったことや、入院後も一緒にいたり、触れてあげられなかったことをすごく後悔しました。そして、あらかじめ希望を確認しておくことはとても大切なことだと思いました。

そこで私は自分の身近な人の死について考えてみました。母が交通事故のせいで言葉を発せなくなり、命も危うい状態になったとします。この時私はどう

するのでしょうか。私はもちろん自分の母なのでどんなことをしても生きてほしいです。でもそれは本当に母が望んだことなのでしょうか。母の意志とは関係ない選択をしてしまったらきつともものすごく後悔します。自分の最後をどうしたいかということは、その人自身に決める権利があるのではないか、と思います。

母にそのことを伝えたと、もしバナゲームというものがある事を教えてもらいました。もしバナゲームとは自分と誰かが「もしものための話し合い」をする、そのためのきっかけを作るためのゲームのことです。このゲームを通じて人生において大切な価値観や、自分自身のあり方について様々な気づきを得ることができるそうです。その、もしバナゲームを実際に母とやってみました。結果、母は自分の死が家族の負担にならないこと、家族の幸せを祈ることを大切にしていることがわかりました。私は、母が私たち家族のことをそこまで考えてくれていることをうれしく感じました。また、私は人との温かい関わりや対話を大切にしているということに気づくことができました。私はこのようなゲームを家族と一緒にやってみるだけでも自分自身や身近な人の死について目を向け、考えられるきっかけになるのではないかと思います。

患者さんと家族が医療者と一緒に病気だけでなく人生の目標や将来、意志決定能力が低下する場合に備えて終末期を踏まえた今後の医療や介護について話し合うことで自分らしく生きることを目的としたものをアドバンス・ケア・プランニング（ACP）というそうです。私は、自分自身や身近な人の死について考えてみて、皆さんにももっと自分の死や身近な人の死について考えてほしいと思いました。少しでも考えて話し合うことでその人の思いや願いを叶えてあげることができます。そして、自分自身の大切にしている価値観に気づくことができ、より良く生きることにつながると 생각합니다。

数年前に母が地域で（ACP）に関係する活動をした時に、私も手伝っていたことがあります。その時にはその活動の意味を知らなかったのですが、今回のその活動は（ACP）について興味をもってもらうきっかけ作りの活動であったということがわかりました。これからもこの活動を手伝っていきたいと思っています。