

## 第8回 水戸市歯科医師会 市民講座

### 「いばらき健康塾」のご案内

今回は、下記の内容で第8回「いばらき健康塾」を開催いたします。

ご高齢の方、ご高齢のご家族をお持ちの方、介護・医療関係者には是非聞いていただきたい内容です。  
いつか訪れる「死」を恐れずに、いまある「生」を充実させること・・・

演 題 : 『高齢化時代を生き抜く一幸せな老後と大往生のために一』

趣 旨 : 講師の土地先生の「玉穂ふれあい診療所」は、スタッフはもとより地域のボランティアやそこで亡くなられた方のご家族とのその後の交流など、沢山の温かい心に包まれた診療所です。終末期医療においていかに「生」を充実させるかに診療所を挙げて心を砕き、取り組むその姿勢はマスコミからも注目されNHKやフジTVで取材・放映されました。

今回の講演では土地先生の「玉穂ふれあい診療所」における終末期医療の現状をお話しいただくとともに、病床のみならず介護や在宅ケア等様々な状況で、「口腔ケア」がどれだけ高齢者や終末期患者の疼痛の除去・緩和やQOL（生活の質）の向上に重要な役割を果たすのかをお話ししていただきます。

皆様のご参加をお待ちしております。

講 師 : 土地 邦彦（どち くにひこ）先生 <玉穂ふれあい診療所院長>

日 時 : 平成27年7月19日（日） 午前10時～12時（受付9時30分より）

場 所 : 茨城県歯科医師会会館 講堂（3階） 水戸市見和2丁目292-1

駐車場：80台駐車可能（数に限りがありますので、乗り合わせか茨交バスのご利用をお勧めいたします。）

対 象 : 一般市民 医療・介護関係者

募集人数 : 100名

参加費 : 無料

主 催 : (一社)水戸市歯科医師会 読売新聞社水戸支局

後 援 : (公社)茨城県歯科医師会 茨城県歯科医師連盟

参加申し込み方法 : 参加者全員の氏名（代表者を○印で明記の上）、住所、電話番号、関係団体所属の方はその団体名を記入し、

ファクス 029-231-3390

電子メール mito@yomiuri.com

はがき 〒310-0061 水戸市北見町5の7 のいずれかで

読売新聞水戸支局「いばらき健康塾」へ。問い合わせは029-231-3311

第8回 市民講座  
開催予定日 平成27年7月19日(日)  
開催時間 午前10:00~12:00  
開催場所 茨城県歯科医師会館3F講堂(水戸市見和2丁目292番地-1)  
講演対象 一般市民・医療関係者  
聴講予定人数 100人



講師 土地邦彦(どち くにひこ)

講師略歴

日本麻酔科学会 麻酔専門医  
日本ペインクリニック学会 認定医  
日本東洋医学会 専門医

1947年 富山県生まれ  
1974年 信州大学医学部 卒業  
1975年 信州大学麻酔学教室  
1978年 巨摩協立病院にて山梨県内初のペインクリニック外来を開設する  
1984年 甲府協立病院麻酔科 科長  
1992年 どちペインクリニック開業  
1996年 医療法人どちペインクリニック理事長  
2003年 玉穂ふれあい診療所院長

「すべての人は痛みから開放されねばならない」  
「病よりもまず人を診る」をモットーに診療にあたっています。

## 講演抄録

### 高齢化時代を生き抜く

—幸せな老後と大往生のために—

医療法人 どちらペインクリニック 玉穂ふれあい診療所  
土地邦彦

私は山梨県中央市で有床診療所を営む開業医です。24時間対応の訪問看護ステーションを併設し、一般内科とペインクリニック、漢方の専門外来、在宅医療と19床での入院医療を行っています。老人ホームの嘱託医も引き受け、がん終末期の緩和ケアと高齢者の終末期ケアを行い、2014年1年間の看取り数は、入院124名、在宅36名、施設47名の合計207名（がん患者115名、非がん患者92名）でした。こうした背景の中で、これからの日本に必要な医療についてお話ししたいと思います。

戦後70年を迎え、戦後に誕生し日本の繁栄を築いてきた団塊世代がこぞって75歳以上の後期高齢者となる時代がやってきます。当然ながら高齢者には介護や医療などたくさんの費用が必要です。医療・介護の制度が破たんしないように国や県も必死です。この高齢化社会では、老いても元気で働き、お互いに助け合っていかなければならないようです。

「生ある物には必ず死がある」これは自然界の鉄則です。しかし、この「死」を受け入れられない人が結構います。今までの医学・医療は病気との闘いの中で「死は敗北」と捉えてきました。ですから、少しでも命（換言すれば心臓の動き）を伸ばそうとしてきました。そのために、認知症の果てに食べられなくなった人に「胃ろう」、いよいよ最期（人生の卒業）を迎えようという人を中心に静脈栄養や昇圧剤、さらに人工呼吸などといったことが行われたりしました。

さすがに、最近はその事は反省されてきたようですが、「少しでも心臓の拍動は長く」の傾向があります。

本当にこれで良いのでしょうか？「生ある者の死は穏やかで尊厳あるもの」

でないでしょうか。

私の診療所のベッドサイドには心電計のモニターはありません。家族には患者さんの息遣いを感じ、顔を見てほしいからです。臨終の場に心電計は邪魔だと思っています。

「元気で長生き」は誰しもが願うところです。認知症にはなりたくありません。運動や食事など日頃の生活が大切だと言われています。その中で、歯科医や歯科衛生士の仕事大切です。義歯も含め自分の歯で噛める人は頭の働きも良いのです。寝たきりの人の摂食嚥下をサポートすることは、その人の「生命の質」を維持する上でも重要だと日頃の診療で感じています。

これからの医療は、加齢や病気で療養が必要となった人の人生を支え、より幸せな時を過ごせるように、介護と協力協働で取り組むことが必要です。そし

て、死にゆく人々をきちんと看取ることのできる医療が重要です。本人が「死にたい場所で、苦しむことなく大往生」できるように看取ることです。最期の場所は「命を救う」ことが使命の大病院ではありません。自宅や施設、あるいは「看取り機能を意識した」小規模病院や有床診療所が「終焉の場」となり得ます。家族や友人に囲まれ、穏やかに笑顔に囲まれながら静かに旅立てる場所が重要だと言えます。