北海道新聞　2026年（令和8年）11月17日（火曜日）

「人生会議」で自分らしい最期を

苫小牧の看護師・沢田さん講演



人生会議の大切さについて語る沢田さん

苫小牧東病院の緩和ケア認定看護師、沢田真由美さんによる講演会「来たるべき時に備えて　今日から始める人生会議」が、苫小牧市民活動センター（若草町3）で開かれた。沢田さんは、終末期に望む医療やケアを事前に家族らと話し合う「人生会議」（ACP、アドバンス・ケア・プランニング）について語り、集まった高齢者ら約70人が熱心に耳を傾けた。

とまこまい成年後見支援センターが主催し、10日に開催した。沢田さんは大病や大けが、老衰などで判断能力が低下した場合に備え、元気なうちから自分が希望する医療やケアの方針を周囲と話し合っておく大切さを説明。「自分らしく生きるために、何を大切にしたいかを周囲と共有してほしい」と呼びかけた。

また、日本では死について語ることへの忌避感が根強いと指摘しつつ、「死だけでなく、生き方に焦点を当てることが重要」と強調。自身が関わった事例も紹介しながら、「人生会議の内容は何度でも変えていい。まずは話し合いを始めることが大切」と力を込めた。（西川拓）