

日本看護協会は、国民への質の高い医療の提供を目的に資格認定制度を創設し、26年目となります。特定の専門看護分野の知識・技術を深め、保健医療福祉の発展に貢献し併せて看護学の向上をはかることを目的として13分野・2,733名の専門看護師と、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上をはかることを目的に21分野・21,847名の認定看護師を社会に送りだしています（2021年1月現在）。宮崎県内では、専門看護師11名（3分野）と認定看護師157名（18分野）が活動しています。また、2019年2月には認定看護師規程が改正されました。制度改正の大きな柱は、特定行為研修を組み込んだ新たな認定看護師教育の開始と、認定看護分野の再編です。2020年度より新たな認定看護師制度で学んでいる看護職は新たな役割を担う事となります。

宮崎県看護協会は、県民の皆様にも県内で活動する専門看護師・認定看護師の活動を広く知っていただき、皆様のお役に立てるような情報を発信する活動を行っています。

自分の最期を考えてみませんか？～エンディングノートの活用

訪問看護認定看護師 大村 友美

（社会福祉法人三股町社会福祉協議会 訪問看護ステーションなごみ）

誰でも、いつでも、

命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%が、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが、できなくなると言われています。

”人生の最期まで自分らしく生きるために”

エンディングノート(わたしの心づもり)を書いてみませんか。



エンディングノートとは・・・

自身の終末期や死後など、自分の身に何かがあった時に備えて、家族が様々な判断や手続きを進める際に必要となる情報を残すためのノートです。

書く内容は、次の4つが主ですが、自分の想いを自由に書いてください。既製のノートには、予め質問形式になっているものなどもあります。ご自分でお気に入りのノートに書き留めていくのも良いでしょう。

あなたが大切にしていることは何ですか？

人生観や価値観などあなたが大切にしていることをあらためて考えることは、これからの人生を豊かにするのに役立つでしょう。



あなたの代理意思決定権は誰ですか？

自分の思いや考えを代弁してくれる人を選んでおきましょう。



どんな治療をどこまで受けていますか？

- ・心停止状態になったとき、心臓マッサージは？
- ・延命処置を望むか？

- ・食べられなくなったとき、経管栄養（胃ろう）は？



どこで治療やケアを受けたいですか？

- ・長年過ごした家で大切な人、思い出とともに
- ・入所した施設で
- ・治療した病院で



エンディングノートを書くにあたっては、周囲の信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有する「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」が重要です。

地域包括支援センター、各自治体などでも取り扱っていますので、必要な方はお尋ねください。