健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

リビング・ウイル

2020年
1月発行
No.176

【新春座談会】

小堀鷗一郎さんを囲んで

最期の日々をいかに生きるか

○第8回リビングウイル研究会開く

○連載・電話・メール医療相談から

○連載「四季の歌」雪

一般財団法人
日本尊厳死協会

年頭所感

新時代に向け「リビング・ウイルのあり方」の議論を開始

理事長　岩尾 總一郎

写真／白谷達也

令和になって初めての年明けです。協会会員の皆さま、新年あけましておめでとうございます。年頭にあたり、ひと言ご挨拶を申し上げます。

日本尊厳死協会は１９７６年に設立された任意団体を母体とし、２０１５年に一般財団法人に組織変更して現在に至っています。

私たちは「終末期における自己決定権の行使」をして、一人一人が最期の医療のあり方を選択できるような社会の実現を目指し、活動を続けてまいりました。

1審も控訴審も勝訴し国は上告せず判決確定

これらの活動をさらに進めるため、私たちは、２０１３年と15年にわたり、内閣総理大臣に対し「公益法人認定申請」を行いましたが、「当協会を公益法人として認定すると、終末期医療に携わる医師を誤った判断に誘引する等の悪影響を与える」という理由で不認定とされました。

私たちは、この処分を不服として、２０１７年６月に東京地方裁判所に対し、不認定処分の取り消しなどを求めて提訴しました。第一審は私たちの主張を認め、「当協会のリビング・ウイルの存在が医師に何らかの法的不利益を与える可能性がある」という処分理由を事実誤認と判断し、「当協会の事業は公益目的事業である」と認めました。国側が控訴しての東京高等裁判所においても、昨年10月30日に第一審判決の判断を維持し、当協会の公益法人認定申請を認めなかった国の処分を違法としました。これに対し国は最高裁への上告はせず、11月14日、判決が確定しました。東京高裁の控訴審判決は、私たちの主張をほぼ全面的に認めたものであり、かつ、私たちの活動、特に協会発行の「リビング・ウイル」の有用性などについて踏み込んだ判断をしています。

裁判所の指摘にも耐えうるものを

一方で「リビング・ウイル」について、「自署したとされるものが会員本人であることの確認や、その内容が治療方法決定時点における会員の意思を十分に推認させるものといえるのか」などの指摘も受けました。

昨年９月、協会では新理事となった役員と外部有識者からなる理事長への諮問機関「リビング・ウイルに関する検討会」を設け、協会の今後のあり方や「リビング・ウイルとＡＣＰ（人生会議）との整合性」などについて議論を始めました。裁判所からの指摘にも耐えうる「新時代のリビング・ウイル」のあり方を提言いただく予定です。

高齢化が進み、延命措置を続ける医療技術が進歩して、自然な生死のサイクルが歪められている感じがしないでもありません。「自宅で逝く、看取る」という在宅医療・介護への流れは進んではきましたが、「最後の人生をどう過ごすか」、そうした本人の希望を周囲が正しく受け入れられる余地がないと、終末期医療や終末期ケアによって逝く人の満足感や見送る人の達成感は望めません。

ＡＣＰ（人生会議）と相まって、リビング・ウイルの普及に、今後とも努めてまいります。

【新春座談会】

最期の日々をどう生きいかに終えるか

『死を生きた人びと』を出版し、ドキュメンタリー映画「人生をしまう時間」でも今話題の小堀鷗一郎さんを囲んで、東大医学部の後輩で尊厳死協会理事でもある北村さんと小川さん、そして岩尾理事長が語り合いました。話は、小堀さんの祖父・森鷗外の「死への思い」に始まり、「医学教育」「患者さんとの接し方」さらに「最期をいかに終えるか」におよび……。

構成／会報編集部・郡司 武　写真／白谷達也

岩尾　今回は、新春座談会ということでお集まりいただきました。小堀鷗一郎さんは、東大や国立国際医療研究センターなどの大病院で外科医として長く活躍され、退職後は埼玉県新座市の病院に勤務され、終末期を自宅で迎える患者さんと、まさに向き合っておられます。

小堀さんは一昨年の2018年、『死を生きた人びと』（みすず書房刊）を上梓され、直後の6月には、NHKのBS1で「在宅死〝死に際の医療〟200日の記録」が放映されました。さらに昨年の9月には、その活動に密着したドキュメンタリー映画「人生をしまう時間」が全国公開され、話題になっています。

今日は、「最期の日々をどう生き、いかに終えるか」などをテーマに、東大医学部の後輩で尊厳死協会の理事でもあるお二方との鼎談を企画しました。それでは、理事の北村さんから、自己紹介を兼ねて……。

北村　私は大学卒業後は、基礎医学の分野、特に細菌学やウイルス学、感染症などの勉強をしてまいりました。2011年からは国際医療福祉大学で、基礎医学と医療倫理について学生に講義をしてきました。その中で終末期の医療などについて学生と考える機会があり、そんな縁もあって、この6月から尊厳死協会の理事をさせていただいています。

小川　私は東京大学大学院で加齢医学を専攻し、老年病学を専門にしておりますが、大学病院に勤務する傍ら、高齢者医療に関する臨床、教育、研究に携わっています。高齢者医療については、これまでどちらかというと高齢者疾患の診断・治療や予防により力が注がれてきた印象ですが、近年では社会的にも大きな課題になっている「人生の最終段階における意思決定や向き合い方」なども主要なテーマとして捉えられてきています。学術的にも実際的にも今後一層発展していく分野であり、今回お話を伺えることを大変楽しみにしております。

岩尾　今日は、主に教育、医療、そして老いという3つのテーマについて話を進めていきたいと思いますが、まずその前に、小堀さんの祖父は文豪・森鷗外ですので、代表的な作品『高瀬舟』の重いテーマである、安楽死といいますか嘱託殺人といいますか、それについて小堀さんご自身はどのように評価なさっておられるか、をお伺いしたいと思います。

「鴎外が死に対してどう考えていたのか」

小堀　今年の1月に、1月というのは鴎外の生まれ月で、鴎外記念館で毎年記念講演が行われているんですが、今年はたまたま私が本を出したこともあり、死に関するような講演をすることになりました。「鴎外の場合も含めて」とかいう副題でしたかね。だから今、「鴎外は死をどう考えていたのか」などを調べています。近年、鴎外が軍医に成りたての頃にドイツの医学雑誌に載っていたのを翻訳した「甘瞑の説」というのがあるのが明らかになりました。「甘瞑」つまり「安らかな死」「安楽死」ですね。

そこで私が考えたのは、原文と翻訳を照合し、もし、原文以外に鴎外が自身で考えて書き加えた個所があるならば、それは鴎外その人が死に対して考えていたことになるのではないか、と思ったんです。それで原文を、やっとアメリカの国立文書館から取り寄せてもらい、今、読もうとしているところです。

それで『高瀬舟』のことですが、あれは確かに安楽死を扱っていますが、僕の記憶では、自死しようと喉に刺した剃刀を「抜いてくれ、抜いてくれれば楽になるから」という内容でしたかね、確か。助けようとして抜いた可能性もなくもありません。これからまた読み返してみますが。そういうことなら、いわゆる安楽死とは少し違う印象を僕は持っています。

岩尾　なるほど。それでは本題に入り、まず教育に関してです。小堀さんは本の中で、「現在の医療の中には『人間の死』についての思想が欠如している」と書かれて

東大構内の運動場をバックに。小堀さんは学生時代、サッカー部に所属し、ここで練習したという。（右から）北村さん、小堀さん、岩尾さん、小川さん

います。大学の医学教育の現場では、「生に隣接してある死」つまり「死生学」について、どのような教育がなされていますか。

北村　私の場合、看護学生に教える中で死についても話をしました。安楽死と尊厳死の違い、過去にどんな裁判があったかなどを30分程度講義をし、あとの30分くらいで、がん末期の患者さんを受け持ったりした場合、どう対応したらいいか、などを話し合う、そんな授業でした。ただ18、19歳の若い学生さんがほとんどですから、近しい人の死をまだ経験していない人が多く、実りのある授業にはなかなかなりにくい印象でした。でも皆さん、真面目に考えてくれていましたので、やがて現場に出て役に立つ時がくればいいかな、そんな思いでいます。小堀先生、若い学生さんに何を教えたらいいと思われますか。

小堀　そうですね、講義を聞いてもらうのもいいですが、我田引水で恐縮ですけれど、ＮＨＫのＢＳ１スペシャル「在宅死〝死に際の医療〟２００日の記録」などを見せて、理屈で教えるんじゃなく、身近なところに死があるんだということがよくわかるような実地教育のほうが有効じゃないかと思いますね。「番組」の貸し出しができるようですから、是非、教育の現場で活用してほしい。

北村義浩さん

きたむら・よしひろ／１９６０年生まれ。東京大学大学院医学系研究科博士課程修了。国立感染症研究所免疫部免疫細胞室室長、国際医療福祉大学基礎医学センター教授を経て、さいたま市光クリニックで在宅医療医。ＫＹＫ医学研究所代表。尊厳死協会理事。

「『終末期の医療は何もしないこと』みたいに勘違いしている方がけっこういらっしゃる」

北村　なるほど。よくわかりますが、まだ臨床の現場に出たことがない学生さんたちですから、「はい、これ、おじいちゃんが死んでいく場面です。息が止まりました。」のような刺激的なことは見せないほうがよいのかな、とも思います。

小堀　世の中の意識は、まさにそうだと思いますね。「死を見せない」これが日本の現状でしょうけれど、でも「死を健康に考える」ということも必要ですよね。このコピーはね、最近、糸井重里さんと対談した時に彼が言い、私はとてもいいフレーズだと思ったので、これから使っていこうかなと思っています。

「世の中の風潮が『救命一辺倒』から…」

岩尾　小川さん、東大の老年医学講座は、これから医療現場に出ていこうという学生さんに、死についてどういう教育をなさっていますか。

小川　当教室でも学生教育や実習で人生の最終段階について扱うようになりましたが、更なる教育カリキュラムの充実に向けた検討を進めているという状況です。文科省からは医学教育モデル・コア・カリキュラム（平成28年改訂版）が公表されていますが、同カリキュラムの内容や項目が医学教育上の指針となると思います。そこには「人の死」という項目があり、死に至る心の過程やその個別性への共感配慮、人生の最終段階における患者さんとのコミュニケーション・ケアや本人の意思決定・表示、グリーフケアといった、様々な学修目標が盛り込まれています。今後、この医学教育モデル・コア・カリキュラムを基軸として、医学教育の整備が一層進んでいくと思われます。

岩尾　小堀さんの本の中に「医療は『死』を敗北としてしかとらえていない」と書かれています。果たして「死」は敗北なのでしょうか。この頃だいぶ、何が何でも生かすんだ、という考えからは少し変わってきている印象は受けますが、医療現場ではどうなんでしょうか。

小堀　人はそれぞれ違って生まれてきて、それぞれ育ち方も違い、違った死に方をする。死に方についての考え方もそれぞれ持っています。私どもは基本的にその考えに沿った形で手助けすることに尽きるわけですが、その中で最も難しいのは、老衰なんですね。例えば98歳の人がトイレでうずくまっていたとします。普段診ている医師ならわかりますが、そうじゃない若い医師とかですと、「98歳だし、老衰です」といった判断をする場合がある。肺炎かもしれないですよね。肺炎なら抗生物質を投与すればまた元のように元気になります。一時的に体調が悪かったのに「老衰」で片づけられちゃうことはあってはならない。「生かす医療」をしなければならないのに。

これは、世の中の風潮がなんとなく「救命一辺倒」じゃなくて「無理に生かせる必要はない」みたいになってきた一つの弊害の現れかなと思いますね。

岩尾　北村さんも在宅で終末期の患者さんを診ていると思いますが……。

北村　まさに小堀先生のおっしゃる通りですよね。私が在宅診療で診ている患者さんの多くは老人ホームのような施設に入っている方です。例えば、老人ホーム入居者で認知症が少し入っている方を例に出しますと、職員の方と相談して病院に搬送し適切な医療をしましょうとなっても、ご家族にご確認すると「いや、もう90過ぎてますから、何もしないでください、先生」とあっけらかんと言われたりする場合があります。「もう90だから」とか「老人ホームは終の棲家なんだから、もう医療は要らないよね」みたいな感じです。極端なことを言うと、「終末期の医療というのは何もしないこと」みたいに勘違いしている方がけっこういらっしゃる。ご本人がしっかりしていて「私はもう十分生きたから」と意思を表明できる場合はともかく、認知症で意思を表せない方のご家族の判断が、概ねですが、えらく消極的なことが多い印象です。

小堀　ターニングポイントはどこかですよ。判断のターニングポイントが過ぎて「死なせる医療」をしなければならない時に、「どうしても助けてください。何が何でも1日でも長く生かせてください」という家族もまた、たくさんいます。そこが難しい。

まあ、ご家族の言うことだけを聞いていたら、医師は何のためにいるんだ、となりますよ。さっきの「トイレでうずくまっていた」例ですが、かかりつけ医なら適切に対応できるかもしれません。これからますます増えていく老年医療では、かかりつけ医がより重要になってきますよね。

「信頼関係を熟成するには、その方が誇りに思っていることを知り、それを聞いてあげることですかね」

小堀鷗一郎さん

こぼり・おういちろう／１９３８年生まれ。東京大学医学部医学科卒業。東京大学医学部付属病院第一外科・国立国際医療研究センターに外科医として約40年勤務。退職後、埼玉県新座市の堀ノ内病院で在宅診療に携わり、現在、訪問診療医。母は小堀杏奴、祖父は森鷗外。

「学生には『助ける医療』を教えるだけでいい」

岩尾　小川さん、大学病院とかかりつけ医とは接点がないような気がしますが、どうですか。

小川　大学病院については、超急性期や急性期の医療を担う役割も大きく、どちらかというと「生かす医療」を実践し教育・研修する場である側面が大きいように思います。その上で、かかりつけ医の先生方との連携や病診連携につい

ても、当科を含めて積極的に進めてきており、多職種協働による入退院支援や地域医療・ケアの推進とともに、できるだけ患者さんやご家族の意向を汲み取れるように努めてきています。

東大構内にある創立百周年記念事業の一環として建てられた山上会館の会議室で。

岩尾　少し視点を変えます。このところ「孤独死」が言われます。独居老人の増加などから「誰にも見守られないで亡くなる」ケースですね。小堀さん、これは、どこに問題があるのでしょうか。

小堀　一つの例ですが、以前、高島平団地で孤独死が何人かあった時に、自治会が「独居かどうか」などの名簿を作って重点的に対応しようとしたところ、「ほっといてくれ」という人が47％あったそうです。樹木希林が亡くなる前に出したある出版社の大きな企業広告で「死ぬ時ぐらい勝手にさせてよ」というコピーもありました。そういう「ほっといてくれ」という思いも考慮しないとなりませんよね。とはいえ、「人間一人で生まれてきたんだから一人で死んでいく」というわけにもいかない。

そこで「そもそも医療とは？」ですよ。僕も医者になったのは「人を助けるため、生かすため」という思いからです。そこがすべての原点です。学生さんに「死なせる医療」は教える必要は基本的にはないと思いますよ。とにかく「救命、根治、延命」です。ただこういう高齢多死社会になってきているので、「死なせる医療」のようなものもあるんだな、ということを常に念頭に置いておくことはあってもいい。そうすれば、医療の幅もおのずと出てくるのではないでしょうか。学生については「助ける医療」だけを教えることでいいと僕は思いますね。

孤独死については、いろいろな考えがあるので、そう簡単には答えは出ませんね。

岩尾　なるほど。高齢多死社会という言葉も出ましたが、「老い」について話を移します。果たして「老いるということ」は戦うべき相手なんでしょうか。誰もが老いていくということをきちんと理解して、その延長線上に「死ぬ」ということがある、というのを受け入れるのが大切だと思いますが、どうでしょうか。

小堀　その通りですね。

「死ぬまでのプロセスを教科書にすべきでは？」

岩尾　自分なら「最後の日々」をどう生きていきたいか、いかに老いるべきかを、是非、お聞かせください。

「大事なのは、患者さんのヒストリーにどれだけ迫り、寄り添えるかだと改めて感じました」

小川純人さん

おがわ・すみと／1968年生まれ。東京大学大学院医学系研究科博士課程修了。カリフォルニア大学サンディエゴ校細胞分子医学教室研究員、東京大学大学院医学系研究科老化制御学講師・老年病科外来医長を経て加齢医学講座准教授。尊厳死協会理事。

小堀　僕はだんだん仕事を減らしてきています。往診回数も以前は月に100件を超えていましたが、今は20～30件、週休4日にしています。このところ1年1年、老いていくことを自覚しますね。最後は、1日に1件でも患者さんの家に行って、お茶でも飲みながら話を聞いてあげたいですね。

北村　現在、私は体が少しずつ弱ってきているのは感じます。若い時にできていたことができなくなってきていることを自覚します。私の願いは、そう自覚しつつ、体力や「脳力」に応じた範囲内で仕事や日常生活が送れればいいと思います。そして、家族の見守る中で畳の上で死ねればいいかなと。

小川　ここでは私が一番若いのかもしれませんが、やはり徐々に老いは感じてきています。最後は、好きなことや仕事をしながら、慣れ親しんだ環境の中で家族に見守られながら死ねたらいいかな、と思います。あと、残された生の時間を生ききりたいとも思います。小堀先生のご著書最終ページのお言葉「死を怖れず、死にあこがれず」の一節は心に響きます。

北村　岩尾さんはどうなんですか。

岩尾　私は以前から書いたりしていますが、最愛の者に看取られて死ぬというのが理想ですね。最後のその日はいつか、自分ではまだ来ないとは思っていますが、それはわかりません。

ところで小堀さん、「死なせる医療」は学生や若い医者には教えたり、させたりする必要はないということですが、年を重ねた医療者に対してはどうなんでしょうか。

小堀　先ほどから出ている「生かす医療から死なせる医療」という言い方は、乱暴ですよね。だから「命を長らえる医療から命を終えるための医療に」といえば、少しは優しい印象になるかな。僕もそういうことをしてきましたし、医療者もそういう思いで接することが必要かと思いますね。ただ、生と死のターニングポイントはどこなのか、それを見極めるのは難しい。

岩尾　そうですよね。ターニングポイントはどこかとか、人間が死ぬまでのプロセスなどはなかなか教科書にはできないとは思います。しかし、せっかく老年科を標榜しているなら、そこを教科書にすべきではないかと私は思いますが、小川さん、いかがですか。

小堀　そこを学問的に体系づけてほしいですね。

小川　おっしゃる通りだと思います。今日のお話などは今後とも生かしていけたらと思います。今回のお話をお聞きしていて、大事なのは、患者さんの病気や病状を把握するだけでなく、患者さんのヒストリーにどれだけ迫り寄り添えるか、そうした気持ちを大事にして医療やケアを行うことだと改めて感じました。医療側からすると、患者さんとの信頼をどうやって築き熟成させていくか、という視点がとても大切ですね。

小堀　一般論としていえば、信頼関係を熟成するには、その方が誇りに思っていることを知り、それを聞いてあげることですかね。誇らしいことは誰にでも必ずあるんですよ。

岩尾　今回の座談会は、医学教育から自らの老い、患者さんとの最後の接し方にまで及びました。貴重なお話をありがとうございました。

「誰もが老いていくことをきちんと理解し、その延長線上に『死』がある、というのを受け入れるのが大切だと思いますが…」

岩尾總一郎さん

いわお・そういちろう／1947年生まれ。慶応義塾大学大学院医学博士号取得後、テキサス大学留学。厚生省疾病対策課長などを経て厚労省医政局長。退官後、WHO健康開発センター長、国際医療福祉大学副学長を歴任。尊厳死協会理事長。

キリトリ

私の希望表明書

私は、協会発行の「リビング・ウイル（終末期医療における事前指示書）」で、延命措置を受けたくないという意思をすでに表明しています。それに加えて、人生の最終段階を迎えた時に備え、私の思いや具体的な医療に対する要望をこの文書にしました。自分らしい最期を生きるための「私の希望」です。

記入日　　年　　月　　日　　本人署名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

希望する項目にチェックを入れました。

1．最期を過ごしたい場所（一つだけ印をつけてください）

□自宅　□病院　□介護施設　□分からない
□その他（　　）

2．私が大切にしたいこと（複数に印をつけても構いません）

□できる限り自立した生活をすること　□大切な人との時間を十分に持つこと
□弱った姿を他人に見せたくない　□食事や排泄が自力でできること
□静かな環境で過ごすこと　□回復の可能性があるならばあらゆる措置を受けたい
□その他（　　）

※以下「3」と「4」は、「ただ単に死期を引き延ばすためだけの延命措置はお断りします」という表現では伝えきれない希望や、「止めてほしい延命措置」の具体的な中身を明確にするためのものです。

3．自分で食べることができなくなり、医師より回復不能と判断された時の栄養手段で希望すること（複数に印をつけても、迷うときはつけなくてもよいです。）

□経鼻チューブ栄養　□中心静脈栄養　□胃ろう　□点滴による水分補給
□口から入るものを食べる分だけ食べさせてもらう

4．医師が回復不能と判断した時、私がして欲しくないこと
（複数に印をつけても、迷うときはつけなくてもよいです。）

□心肺蘇生　□人工呼吸器　□気管切開　□人工透析　□酸素吸入
□輸血　□昇圧剤や強心剤　□抗生物質　□抗がん剤　□点滴

5．その他の希望

【用語の説明】

●心肺蘇生：心臓マッサージ、気管挿管（口や鼻から気管に管を入れる）、電気的除細動、人工呼吸器の装着、昇圧剤の投与などの医療行為。

●人工呼吸器：自力で十分な呼吸ができない状態の時に、肺に機械ポンプで空気や酸素を送り込む機器。マスク装着のみで行う場合もあるが、重症の際はチューブを口や鼻から入れる気管挿管を行う。1～2週間以上続ける場合は、のどに穴を開ける気管切開（喉仏の下から直接気管に管を入れる）をしてチューブを入れる。

●胃ろうによる栄養補給：内視鏡を使い、局所麻酔で胃に管を通す手術を行う。その管を通して栄養を胃に直接注入すること。

（発行　一般財団法人 日本尊厳死協会）

第8回 日本リビングウイル研究会

物語（ストーリー）としての人生会議――リビング・ウイルを入口に

第8回日本リビングウイル研究会が、11月30日、東京大学伊藤国際学術研究センター伊藤謝恩ホールで約450人が参加して開かれました。急きょ補助席を用意するほどの大勢の来場者が、しんみりとした話や笑いを交えた絶妙なトークに熱心に聞き入りました。

冒頭、岩尾總一郎・日本尊厳死協会理事長が、「今日は期せずして、いい（11）看取り（30）にかけた『人生会議の日』、当尊厳死協会のリビング・ウイルと『人生会議』とは何がどう違い、両者をどのように活用していけばいいのか、などに迫っていきたい」と今回のテーマの企画意図を説明。

佐賀市で内科クリニックを開く満岡聰医師（協会理事）が例年のようにコーディネーターを務めて、講演とパネルディスカッションが始まりました。

第1部の基調講演は、日本を代表するノンフィクション作家の柳田邦男さんが「物語としての人生」と題して「人生は物語らないとわからない」と話し始め、「これまでは結果として『物語』になっていたが、これからはみなさん、『人生の最終章』として自分で物語を作っていくんだ、最終章は自分で書くんだ、そういうような生き方をしていっていただきたい」と静かに語りかけるように話されました。メモをとりながら涙する姿も見られました。

「人生の最終章を自分で作っていって下さい」と語りかける柳田邦男さん

会場から大きな笑いも

続いて三浦久幸医師（国立長寿医療研究センター在宅連携医療部長）が「人生会議（ACP）とは」をわかりやすく解説。「ACPは終末期に限定せずに地域全体で行っていくことが大事」と力説しました。

「倫理的な視点からの人生会議」と題して講演されたのは板井孝壱郎・宮崎大学医学部生命・医療倫理学分野教授。生命倫理という学問や「救命」と「延命」の違いなどを、宮崎弁を交えてコントのように展開し、会場から大きな笑いを誘いました。最後は協会副理事長の長尾和宏医師が、「リビング・ウイルを入口とした人生会議（ACP）」と題して、パワーポイントを駆使し軽妙に話されました。

第2部は4氏が再登場しての「パネルディスカッション」。この研究会の全容は、ホームページに抄録と動画を掲載し、柳田邦男さんの基調講演は次号の会報の巻頭でも紹介する予定です。

涙をためて聞き入る人も多くいた

LWのひろば

思いは同じ　仲間は全国に

悩ましいかな遺言状

坂本　勲　82歳　兵庫県

「終活」といえば、いろいろと脳裏に浮かびますが、まず挙がるのは人生の締めくくりを綴る「遺言状」ではないでしょうか。

私の場合、書斎の三壁に積もった本は図書館へ、衣服は震災あるごとに被災地へ送り、他の品はHPに載せて、欲しい人に譲り、住んでいるマンションは、私が逝くまで住まうことを条件に親友の外国人に譲ったりして、鋭意終活を進めています。しかし、遺言状をどうするかについては難儀しています。なぜなら、遺言状を残さないと、見送る身内も友もなく死にゆく者が残す金品のすべては、自動的に国（あるいは市）のものになってしまい、これまでの人生で世話になったさまざまな物が存外な結末になってしまいます――そんなバカな！と思うから、なんとか遺言状を残そうとは思うのだけれど……。

そこで問題なのは遺す相手ですが、何の下心も打算もなく、譲るモノすべてを純粋に心底から感謝の思いで受けてくれる、そのような人物にしたいものだという思いが、私には強くあります。しかし今の世に、そのような無垢な人物を見つけるのは甚だ難しい。黄泉（よみ）の国に旅立ってしまえば、あとの顛末なんかはどうでもいいのだけれど、それでもやっぱり、遺言状という一片の書き物について考えると、これは、なかなかに重く悩ましい、と思うこのごろです。

釈迦も尊厳死だった

匿名希望　71歳　男性

このところ、尊厳死を確実にするためにも死生観を整理しようと、釈迦の教えを読みふけっています。その中で釈迦自身が尊厳死を実践したことを知りました。釈迦は書物で書き残すことをしなかったので、自身の行動として手本を示したのだと、私は理解しました。

そもそも釈迦は、ある部族の王子として生まれ、何不自由ない生活を送ってきましたが、いつしかそのことに疑問を持ち、宮殿を出ていき、苦悩を繰り返しながら修行行脚の旅を続け、ついに悟りを得て教祖になりました。以来45年の長きにわたり布教を続けましたが、老化とともに身体の衰えを自覚し、死期が近いと感じて生まれ故郷に戻る旅に出ます。その途中で信者のもてなした食事がもとで食中毒を起こし、臨終を悟ったときに、弟子に「私は疲れた。横になりたい」と言って、80年の生涯を終えたそうです。

延命を図ることなく、天命に従って静かに旅立たれたのは、まさに尊厳死といっていいでしょう。私も願わくば、こうありたいものです。

仏壇の引き出しに入れ……

前川栄子　78歳　大阪府

私たち夫婦には若い頃から、「延命治療は必要ない」という気持ちがありました。

振り返れば、昭和58年、父が70歳の時に肺がんが見つかりました。当時、本人には告知されず、私たち夫婦にだけ知らされました。その頃はまだ、今ほど医療も進んでおらず、「がんの末期は苦しむ、治療も苦しいもの」と思っていました。本人はがんであることを知りませんから、元気な様子で定期的に町医者にかかっていました。それで私たち夫婦は、「しばらくこのままでゆこう」と決断しつつも、一方で、どこか相談できる機関がないものかと思っている間に、昭和62年、父は他界してしまいました。

ちょうどその頃、尊厳死協会のことがテレビで放映されたのを、ちらっと見た記憶があり、まもなく新聞にも載っていて、私たち夫婦は迷わずに入会させていただきました。だから入会して、もう30年以上になります。入会していることは二人の息子夫婦にも話し、カードは息子に預けています。そんな平成17年、夫は肝臓がんで他界しました。夫は主治医にはすべて話してあったようで、亡くなる1か月ほど前、息子と呼び出され、処置の件で相談されました。

主治医も本人の気持ちをよく理解してくれておりましたので、本人の意思通り、延命治療はしないで、静かに眠るように天国に旅立ちました。何の後悔もなく、私は「良かったな」と思っています。

私も同じように逝きたいと思い、「私の希望表明書」を書いて、エンディングノートと一緒に仏壇の引き出しに入れ、そのことを息子や孫にきちんと伝えています。

会員数減少の分析を

西尾利夫　73歳　大阪府

60歳になったと同時に尊厳死協会に入会し、早や13年、73歳になりました。

今後、「団塊の世代」と言われる塊の最後尾が75歳を迎える2025年には、日本は超高齢多死社会となることが確実です。世界に類例のない未知の超高齢社会の到来です。こうした状況のなか、尊厳死協会の会員数は、私が入会した時点とほとんど変わらず、いや少しずつ減る傾向にあり、今や11万人を切っています。これはどういうことでしょうか。広報不足が原因なのか、それとも協会の認知度が低いのか、世間の関心が高まらないのか等、いろいろ考えられますが、ここで是非、何が問題なのかを分析し対応する必要があるのではないでしょうか。

会員数が増えれば、国も政府も医師会も少しは変わり、尊厳死への関心が一層深まるのではないかと私は思っています。

水面（みなも）、映える

ゆったり泳ぐ新宿御苑のおしどり

撮影／上坂 誠

編集部より

● **投稿の募集**　テーマは「私の入会動機」「一人暮らしの日々」など何でもけっこうです。600字以内で。掲載（写真含む）の方には図書カードを差し上げます。手紙またはファクス（**03-3818-6562**）、メール（**info@songenshi-kyokai.com**）で。

● **写真の募集**　4月号に相応しい写真を。数年前の撮影も可。データをメール送信（アドレスは同上）、またはプリントを郵送してください。いずれも、協会本部会報編集部宛に、「ひろば投稿」と明記のこと。締め切りは2月15日です。

※ホームページにも掲載させていただきますので、ご了承ください。

季節を感じさせる1枚の写真と
懐かしい唱歌でつづるページです

四季の歌

――その風景と背景

第十一回

雪

文部省唱歌

雪やこんこ
霰やこんこ。
降っては降っては
ずんずん積る。
山も野原も
綿帽子かぶり、
枯木残らず
花が咲く。

雪やこんこ
霰やこんこ。
降っても降っても
まだ降りやまぬ。

犬は喜び
庭駈けまわり、
猫は火燵で
丸くなる。

（『尋常小学唱歌（二）』明44・6）より

平成19（2007）年に「日本の歌百選」に選ばれた「日本の冬の歌」の代表曲の一つ。作詞・作曲者は不詳。歌い出しは「雪やこんこん」ではなく「雪やこんこ」。この曲が作られる10年前の幼稚園唱歌にすでに「雪やこんこん」というまったく別の曲があり（東くめ作詞、瀧廉太郎作曲）、混同されるのを避けて「こんこ」にしたかと思われる。「こんこ」の正確な意味や語源は不明だが、「来む来」（来い来い。降れ降れ）の意味か。

2番にある「犬は庭、猫は火燵」の冬の定番のイメージは、この歌のフレーズによってかなり定着されたのではないだろうか。実際、猫は暖かくて狭く暗いところを好む習性があるが、犬も特に小型犬やシニア犬は寒さに弱く、ストーブの前や火燵を好む。いずれにしても、雪に対しての純真な心情がここちよい、リズミカルな唱歌となっている。

北海道支部

☎ 011-736-0290 ✉ hokkaido@songenshi-kyokai.com

冬季講演会

日程◎２月２２日（土）午後１時半～３時半
会場◎札幌エルプラザ3階ホール
札幌市北区北8条西3丁目
テーマ「**在宅緩和ケアについて**
～当院の現状と課題～」
講師◎**藤原葉子**　（医療法人徳洲会ホームケアクリニック院長）
定員◎300人（無料、予約不要）
※演題、講師は変更となる場合がございますので、ご了承ください。

尊厳死協会の「人生会議」

日程◎第9回　「介護施設の種類と選び方」
1月21日（金）
第10回　「病院、施設と在宅死」
2月14日（金）
第11回　「人生会議の問題点」
3月17日（火）
いずれも午前10時～12時
会場◎札幌エルプラザ 4階大研修室B
（札幌市北区北８条西３丁目。
JR札幌駅北口近く）
定員◎先着30人（無料・予約不要）。
お問い合わせは北海道支部へ

東北支部

☎ 022-217-0081 ✉ tohoku@songenshi-kyokai.com

第35回「仙台駅横 リビング・ウイル 交流サロン」

日程◎１月３１日（金）午後２時～３時半
会場◎「せんだいアエル」６階特別会議室
（JR仙台駅西口 徒歩３分）
テーマ「“在宅医療”とは？
―そのための心づもり」
閉会後に、「ご相談タイム」を15分ほど新しく設けます。支部顧問（医師）、支部役員への個人的なご相談も、お気軽に、どうぞ。お誘い合って、どなたでもご参加ください。費用は無料。

東北支部 活動報告

大盛況！ 弘前で初の「東北支部大会」。

用意した椅子が、すぐ足りなくなってしまいました。第23回「東北支部弘前大会」市民公開講演会は、予想を超える大勢の参加者でいっぱいです。最終的には182人が多忙な連休の中日の11月3日（日）、弘前市の「コミュニケーションプラザ」に集まってくださいました。

テーマは「納得の在宅緩和ケア」。基調講演は、地元の坂本祥一医師による「大往生するための在宅医療　～大往生の秘訣教えます～」。ユーモアを交えながら地域の大変な現状を紹介。青森県の平均寿命は全国で最下位の47位。がん死亡率は12年連続の日本一。「罹病率」を下げないことには「大往生」は難しい。とにかく、病気の予防が大前提と力説します。そのためにも「毎年の健康診断」や各種の「予防注射」を必ず受けましょう、平均寿命と健康寿命を延ばしてこそ「在宅緩和ケア」が意味をもち、実現の可能性が高くなります、「尊厳死」の目指すものは、つまりは「大往生」ではないでしょうか――と、まさに納得の講演でした。

パネルディスカッションは、「納得の在宅緩和ケア」。青森県の緩和医療の推進者である馬場祥子支部理事が、入院はもちろん外来や訪問診療も行っていると紹介。「訪問看護ステーション共」の須郷敏子氏は、処遇困難例の在宅での実際の看取りを紹介しました。石澤誠支部理事は、弘前市医師会の理事として、「住み慣れた所にいつまでも」をモットーに、「在宅緩和ケア」のための「医師会」としての実際の工夫の数々を紹介。「在宅」での大往生が現実のものになりつつある、と地元医療界の対応を具体的に説明しました。

これまでの青森県での「支部大会」は、「青森市」での開催でした。今回の「弘前市」での初めての実施を歓迎する多くの声が寄せられました。閉会後は、支部理事などによる「個別のご相談受付タイム」を新設。気軽に話し合う姿や販売書籍を選ぶ様子が、「弘前市」での開催の成功を、なによりも雄弁に語ってくれました。

（東北支部長　阿見孝雄）

関東甲信越支部

☎ 03-5689-2100 ✉ kantou@songenshi-kyokai.com

公開講演会in文京

日程◎3月7日（土）午後2時～ 4時半
会場◎響の森文京公会堂（シビック小ホール）
東京メトロ丸の内線・南北線後楽園駅から徒歩3分、都営三田線・大江戸線春日駅から徒歩3分、JR総武線水道橋駅から徒歩8分
テーマ「いのちをみつめて、輝く人生を」
講師◎**内藤いづみ**　（ふじ内科クリニック院長、在宅ホスピス医）
定員◎200人（無料・申込不要）

サロンin文京

日程◎1月11日（土）、
19日（日）いずれも午後2時～ 4時
会場◎シビックホール区民会議室５階Ｂ
定員◎24人（無料・申込不要）

サロンin小山

日程◎1月19日（日）午後2時～ 4時
会場◎小山市生涯学習センター　第一セミナー室
小山市中央町3-7-1　ロブレ6階
JR小山駅から徒歩1分
☎0285-22-9111
定員◎30人（無料・申込不要）

サロンin本郷

日程◎1月10日（金）、25日（土）
2月14日（金）、22日（土）
3月13日（金）、28日（土）
いずれも午後1時半～ 3時
会場◎支部事務所　文京区本郷2-27-8　太陽館ビル５階　日本尊厳死協会内（東京メトロ丸ノ内線か大江戸線本郷三丁目駅からすぐ）。電話予約が必要です。参加は無料です。支部までお電話ください

サロンin相模大野

日程◎3月1日（土）午後2時～ 4時
会場◎ユニコムプラザさがみはら　セミナールーム1
相模原市南区相模大野3-3-2
Bono相模大野サウスモール3階
小田急線相模大野駅北口から徒歩3分
☎042-701-4370
定員◎40人（無料・申込不要）

出前講座

日程◎2月2日（日）午後1時半～ 3時半
会場◎春日部市民会館　小会議室２
東武野田線春日部駅東口から徒歩11分
春日部市粕壁東2－8－61
☎048-761-5811
定員◎50人（無料・申込不要）

尊厳死の授業傍聴記

難しい言葉に首かしげつつ…

11月9日の土曜日、東京・世田谷区の女子校・田園調布学園で行われた土曜プログラム「終末期医療とリビングウィル」の授業を傍聴しました。土曜プログラムは、この学園の大きな特徴の一つで、外部講師が様々なテーマで授業をするというもの。

「終末期…」の講師は、関東甲信越支部理事で元エンジニアの小原芳郎さん（75）。この日は選択授業で、受講生は中１～高３までの43人。2010年にこの授業を始めてちょうど10年とか。初回の参加者はたったの3人だったそうだ。「教室ではなくて図書室の隅でしたね。それが今年は必修と選択を合わせて9回の授業があり、延べ360人ほどが受講しています」とのこと。

「現代医学の進歩は人類がかつて経験したことのない長寿・高齢化社会をもたらし、一方で多くの寝たきり・植物状態の人を創り出しました」と現状と問題を提起し、授業が始まりました。そして「回復の見込みがない末期状態になったら、多少、生きる日数は短くなってもよいから、苦しまずに逝きたい」と、そう願う人が増えてきているようですが、皆さんは、どう思いますか？と聞きます。教室の後ろから見ていると、「えーっ、そんなこと聞かれたって」と言わんばかりに、首を左右にかしげ、隣の生徒と目を合わせ、ひそひそ話す生徒もちらほら。

話は「延命至上主義から尊厳死へ」に及び、さらに「安楽死と尊厳死の違い」「不治かつ末期」「延命措置の不開始または中止」「遷延性意識障害」などの難しく、ややこしい言葉もポンポン飛び出します。1時間5分の授業が終わって、中2の生徒何人かに聞いてみました。友だちと相談してこの授業を一緒に選択したという生徒は「実感が湧かないし、話も言葉も難しかったです」。そんな声のなかに「うーん、まあ、やがて役に立つかも」との反応も、これあり。「目線を低く、もう少しわかりやすい言葉への変換努力が必要かも」―これは傍聴者の感想でした。

（本部・会報編集　郡司　武）

関西支部

☎ 06-4866-6365 ✉ kansai@songenshi-kyokai.com

第3回ならサロン交流会

日程◎１月１２日（日）午後２時～４時
会場◎生駒市コミュニティセンター 401会議室
（生駒セイセイビル内）
テーマ「在宅で看取ってもらう
医師の選び方」
～在宅医療の実践と私の想い～
講師◎**宮城信行**　（日本尊厳死協会なら会長
医療法人宮城会理事長・院長）
定員◎45人（無料、申込は関西支部へ）
※詳しくは関西支部HP参照

第４回ならサロン交流会

日程◎２月２３日（日）午後１２時半～２時半
会場◎生駒市コミュニティセンター 401会議室
（生駒セイセイビル内）
テーマ「訪問看護の実際」
～みんなに知って欲しい!!
在宅医療の現場～
講師◎**森本広子**　（ゆい訪問看護ステーション所
長、訪問看護認定看護師）
定員◎45人（無料、申込は関西支部へ）
※詳しくは関西支部HP参照

サロン交流会

日程◎１月１８日（土）午後１時半～３時半
会場◎関西支部（担当は竹内奉正理事）
テーマ「自分らしい理想の逝き方とは?」
語り合うカフェ
定員◎14人（無料、申込は関西支部へ）

サロン交流会

日程◎２月８日（土）午後１時半～３時半
会場◎関西支部（担当は竹内奉正理事）
テーマ「在宅ひとり死は可能か？」
語り合うカフェ
定員◎14人（無料、申込は関西支部へ）

リビング・ウイルサロン

リビング・ウイルのこと、協会についての素朴な疑問、入会のご相談など、何でも気軽に新大阪の関西支部でおしゃべりしませんか？
日程◎毎月第2、4火曜日。午後1時～ 4時
1月14日、28日。
2月25日（11日は祝日のためお休み）。
3月10日、24日。

医療相談（通話無料）

0120-979-672

月・水・金曜日
午後１時～５時
（変更あり）

お電話お待ちしております。ご遠慮なく、どうぞ！

病気や気になる症状、特に終末期にかかわる不安や悩みについて、相談員（看護師）が丁寧にお聴きし、皆さま自身が主体的に考えて解決できるように支援しています。

医療相談は、協会が最も重視している会員向けの無料サービスですが、一般の方でもご利用いただけます。会員・未会員は確認させていただきます。お電話をお待ちしています。

協会宛メール（ ✉ info@songenshi-kyokai.com ）でも受けつけております。

地域のみなさんへ

リビング・ウイル「出前講座」はいかがですか

●ご依頼により講師を派遣します ●会場のご用意をお願いします ●お問い合わせは支部までどうぞ

東海北陸支部

☎ 052-481-6501 ✉ tokai@songenshi-kyokai.com

第12回岐阜地区 リビングウイル懇話会

日程◎２月１５日（土）午後２時～４時半
会場◎岐阜市民会館 会議室80（岐阜市美江寺町2-6、岐阜バス「市民会館・裁判所前」など下車）
テーマ「いまさら聞けない在宅医療の常識、
今日から始まるACP」
講師◎**小倉行雄**　（医療法人社団 明照会理事長）
定員◎80人（無料、申込不要）

リビングウイル懇話会in福井

日程◎３月２０日（金・祝）午後１時半～３時半
会場◎福井市地域交流プラザ研修室607
福井市手寄1-4-1 AOSSA5階＝JR福井駅東口から徒歩1分
テーマ「ACPのすすめ―リビングウイルから
人生会議へ　医療現場からの試み」
講師◎**喜多正樹**（独立行政法人地域医療機能推進機構＝JCHO＝金沢病院麻酔科部長）
定員◎70人（無料、申込不要）

地域サロンへのお誘い

日程◎２月２５日（火）午後１時半～３時
会場◎名古屋市中村区の青木記念ホール
地下鉄東山線中村公園駅から徒歩5分
人生の最終段階での医療、在宅介護などを語り合いませんか。会員以外の方も参加いただけます。ぜひお誘い合ってお越しください。希望者は支部までご連絡を。無料。

東海北陸支部　活動報告

立錐の余地なし医師会館大講堂

愛知県医師会館で開いたリビングウイル研究会は、椅子掛けだけなら300人が座れる大講堂に343人という来場者がありました。急きょ、予備のパイプ椅子を倉庫から借り出して会場両脇の通路などにびっしり並べ、事なきを得ました。

基調講演の講師は今、自らがんと闘いながら海南病院（愛知県弥富市）で緩和ケア内科医を務める大橋洋平さん（56）。「患者の気持ちに寄り添うケアとは」をテーマに話されました。受け付け1時間近く前からお集まりいただき、開始時には文字通り立錐の余地もないほどで、「『緩和ケア医が、がんになって』の出版（双葉社）も注目を集めている」「研究会を後援した中日新聞に3日前『末期がんの医師、母校の三重大で講演』が写真付きで掲載され、文末に研究会の案内紹介があったのも大きい」とは、初めて研究会運営の責任者を務めた野嶋庸平新支部長の見立てでした。

（支部顧問・小林　司）

「良き死の概念」――オランダの事情見聞記

10月初旬のおよそ1週間、仕事でオランダに滞在しておりました。目的は、ティール組織という新しい組織マネジメントを実践し、顧客からも高い評価を得ている非営利在宅ケア組織「ビュートゾルフ社」の見学と、安楽死制度を取り巻く環境のリサーチでした。（オランダは安楽死が法令化されるなど、死に対する議論が活発とされている国）

今回は、オランダの安楽死事情に詳しいシャボットあかねさん宅を訪問させていただき、安楽死の実情と背景、オランダ人の死生観・医療の構造等のインタビューをさせていただきました。その際、印象深かったのは、オランダは「生き方（逝き方）を自分で意思決定する」ことに対し、周囲がそれを尊重する文化が根付いているということです。これは、当事者と地域の家庭医（日本における「かかりつけ医」）との信頼関係が密であるが故ともいえます。

また、オランダには「良き死の概念」があるとのことでした。その要素として、痛みがない死、衝撃的でない死、他者にダメージを与えない死、愛する人と語り尽くしたうえでの死、自律した状態で迎える死などがあるとのことでした。皆様を取り巻く環境は、いかがでしょうか。法が先か、文化が先か。良き死を迎えるために、私たち一人ひとりが出来ることから始めることが肝要と思いました。

（支部理事・羽田真博）

中国地方支部

☎082-244-2039 ✉chugoku@songenshi-kyokai.com

HPですべての受容医のご確認を！

会報では、新規登録や登録内容に変更等があったＬＷ受容協力医についてのみの掲載となっていますが、ホームページ（ＨＰ）からは、ＬＷ受容医としてご登録いただいているすべての医師を県単位でご覧いただけます。ぜひ一度ＨＰからお近くの受容医をご確認ください。

中国地方に隣接する県についても、九州、四国、関西支部それぞれの支部のページから同じパスワード「jsdd」（半角小文字）で閲覧可能です。お近くに受容医として登録がない、かかりつけ医が受容医として登録いただいていないなどがありましたら、支部より受容医として登録のお願い文を発信しますので、ご依頼ください。

ＨＰから受容医の確認は、パソコンやタブレット、スマートフォンなどの操作が必要ですが、インターネット環境がない場合は、中国地方支部へFAXや電話でご依頼ください。お近くのＬＷ受容協力医についての情報をご回答いたします。

中国地方支部 活動報告

心に迫った2つの講演

10月6日に松江で行われた山陰地区公開講演会の報告です。前半の講師は松本祐二医師で、テーマは「自然な死は苦しくない」。

要約しますと、私は人生における死というものを家族の死から教わりました。同居していた友人の突然の死、祖父の死、祖母の死、そして父の死です。そのことで漠然と“死と言う事”を意識するようになりました。日本人の死に方は、昭和初期は胃腸炎、終戦後は結核、バブルの頃は脳疾患、平成にがん系統が首位になっています。寿命も５８歳から８１歳と延びました。これからは人生１００年時代になり、死生観がますます大事になっていきます。

昔は、日本では普通に家で亡くなっていました。現在は９０％の人が病院で亡くなっています。この状況は世界的にみれば異常な状況。医者がいなくても死ねるし、枯れるように亡くなるのは苦しくない、やたら治療するから苦しがる、終末期はコード治療でなく自然に見送るのも、本人は幸せではないだろうか――。そのためにも元気なうちに皆と自分の逝き方を話しておくことが大切だと思います。死ぬときは苦しくありません。

自分の人生の最後の希望は、家族に伝えておきましょう。

後半の講師は飯塚大幸・一畑薬師総本山一畑寺管長で、テーマは「生かされて生きる命」。以下、要約です。

今日は、私は尊厳死協会の会員でもありませんので、一人の宗教家としてお話させていただきます。私は、がんで亡くなった老師先輩の死に様から死というものを学びました。枯れるように執着もなく、お寺で息を引き取られました。また、ご主人を亡くされた葬儀での奥様のご挨拶が素晴らしいものでした。生前、何もしてあげられなかったので、今日はしてあげられることをいたします。いま、してあげられる喜びで一杯です。ありがとうございました。人生にはしてあげる喜びと、してもらう喜びがあるものだと気づきました。素晴らしい挨拶でした。

私は枕経をあげたいので、亡くなる前に教えてほしいと以前に檀家さんに言ったことがあります。宗教は生きている人のためのものです。聖徳太子は四天王寺に施薬院などを作って、みんなのためにお役立ちされました。人生は旅の途中の出会いのようなものです。日々季節の移り変わりを感じながら、愉しみながら生かされている命を全うしたいものです。

（副支部長・坂井　進）

●住所を変更された場合はお知らせください

施設などに移って住所を変更される方が多くいらっしゃいます。会報や年会費の請求書などが戻ってきてしまいますので、住所を変更された場合は、すぐに協会に電話かFAX、メールでご連絡ください。３年間、年会費の支払いが滞りますと「自動退会」となってしまいますので、お気をつけくださいますようお願いいたします。

四国支部

☎089-993-6356 ✉shikoku@songenshi-kyokai.com

20周年記念 コムズフエスティバル 市民企画分科会

日程◎２月１４日（金）午後１時～３時
会場◎松山市男女共同参画推進センター・コムズ 視聴覚室（松山市三番町6-4-20）
講師◎**小西光子**　（愛媛県行政書士）
テーマ「後見人制度」や相続・遺産など終活について、野元正弘・支部長が「人生会議」の必要性と実行、逝くときに後悔しない生き方についてお話します。ひとり身になった時の課題や心構え、日頃の対応などについて学べる内容ですので、お気軽にお越しください。

公開講演会①

日程◎２月29日（土）
会場◎テクスポート今治　１階ホール（今治市）
テーマ「緩和医療と尊厳死（仮題）」
済生会今治病院と共催で行います。
詳細は四国支部事務局まで。

公開講演会②

日程◎２月16日（日）
会場◎近森病院　管理棟３階会議室（高知市）
テーマ「終末期と尊厳死（仮題）」
詳細は四国支部・高知事務所（高知県吾川郡いの町枝川847-9）
☎088-892-4791までお問い合わせください。

支部サロン

喫茶去だんだん
お茶を飲みながら、日頃の思いや生き方など、おしゃべりしましょう。
日程◎１月１０日、２月７日、３月６日

趣味あれこれ会
絵手紙を楽しみましょう。無料、どなたでも歓迎。
日程◎１月１７日、２月２１日、３月２７日
いずれも支部事務所で、
金曜日午後１時半～３時半。

四国支部 活動報告

香川、松山、徳島で活発に

（香川から）9月22日「第6回日本リビングウイル研究会四国地方会in香川」を高松市で開催しました。「あなたらしい最期を支えるために」を基調テーマにした講演やパネルディスカッションで、四国支部長、会員の両親を看とった遺族、高松市社会福祉協議会のソーシャルワーカー、エンディングノート作りなどの終活事業を行っている社会福祉士、終活支援団体を主催する僧侶の方が、それぞれの分野から活発に語りました。

ご遺族は、お父様の在宅介護や医療の実態と体験を話し、終末期の諸対応や延命措置はしないとの意思を尊重した看取りを通じて、自分にとっても最期がどうあるべきかを考えて、日頃の生き方に生かしていきたいと強調しました。

（松山から）11月2日「一般公開講演会」を松山市で開催しました。永井康徳（医療法人ゆうの森　たんぽぽクリニック理事長）が「自分らしい生き方　逝き方」～在宅医療での自然な看取り～と題して、在宅医療の在り方や、患者の意思を尊重した看取りについて現場の事例を交えて説明。「人生会議」についても言及し、自分の望む治療方針について、事前に家族や医療関係者と話し合うことは、もしもの時の医療対応に助かると評価しました。補助椅子を出すほどの盛況となりました。

（徳島から）11月24日「徳島懇談会・茶話会」を徳島市で行いました。位頭協力員から、「人生会議」では自身の思いをどう伝えるかについて、①一人で決めない②一度に決めない③環境の充実を本人視点で進めるべき、との提案がありました。そして、参加者に、自分の思いを誰に打ち明けたいですか、もう誰かに打ち明けていますか、打ち明けたい（打ち明けた）のは誰（パートナー、子ども、兄弟、友人、主治医やケアマネ？）と問いかけ、このテーマで参加者でグループワークをしました。自分の思いを打ち明けている参加者が多数でしたが、相手はパートナーから子どもや主治医など様々で、複数人に打ち明けている人もいました。

電話やメールでの相談・回答についての具体的なケースを誌面で紹介していくページです
基本的には相談員（看護師）がお答えしますが、顧問医のお力をお借りすることもあります。

電話・メール医療相談から ❷

望まないのに救急車が来てしまった場合は？

Q 80代の男性です。比較的元気なのでほとんど病院へ行くこともありませんが、急変して救急車を呼んだ場合、その時点で「生存を希望している」とみなされ、延命措置をされ、リビングウィル（ＬＷ）を持っている意味がなくなると聞いたことがあります。1歳上の従兄弟が、くも膜下出血で倒れ、望まないのに救急車で運ばれて脳の手術を受けましたが、５日後に亡くなりました。私はこのような、自分の意思に沿わない過剰な医療を受けることがないようにLWを作成しているのですが……。

A 急病で、治る可能性がある状態か否かわからないときは、とりあえず「治る可能性がある」と判断して、救急車を呼んで最大の救命処置をしながら搬送してもらうことでいいと思います。脳梗塞の早期などでは数日から数週間の入院で、元の状態に戻れる可能性もあります。早めに適切な医療を受けないと半身まひの状態になってしまう可能性もあります。

Q 私は、どんな場合も救命処置を受けないと思い定め、「絶対に救急車を呼ばない」と家族と決めています。

A そうはいっても、家族が動転して救急車を呼んでしまったような場合、ＬＷを救急隊に示して、搬送先の病院にも伝えてもらうように依頼することはできます。尊厳死協会のＬＷは、日本で最も知られている歴史ある「表明書」ですので、救急病院の医師が回復の可能性がないと判断した場合には、延命措置の中止を検討していただく根拠になります。

Q 家族が救急車を呼んでしまってからＬＷのことを思い出してしまうこともあるかと思いますが、呼んでから搬送を断ることもできますか。

A 地域によっては、救急隊がかかりつけ医に連絡して「蘇生処置不要」と確認できれば、救急搬送しないという対応をしてくれるところもあります。全国統一の対応は現在、総務省で検討中です。

Q 明らかに死が近いことが判明している場合などは、かかりつけ医と相談して、救急車を呼ばずに自宅で看取ってもらえますか。

A がん末期や老衰などで明らかに救命不能と思われ、家族があなたの選択を認めてくれているのであれば、かかりつけ医と相談して、あらかじめその場合の対応の指示を仰いでおくとよいでしょう。

Q 看取りをしてもらえるかかりつけ医は、どのようにしたら見つかりますか。

A 尊厳死協会のＨＰに掲載している「受容協力医師」や週刊朝日ＭＯＯＫ「最後まで自宅で診てくれるいいお医者さん」などで知ることができます。まずは、かかりつけ医にご相談ください。地元自治体の相談窓口や地域包括支援センターでも相談に応じてくれるでしょう。

医療相談（通話無料） **0120-979-672** 月・水・金曜日 午後１時～５時（変更あり）

協会宛メール（ info@songenshi-kyokai.com ）でも受けつけております。

九州支部

☎ 092-724-6008 ✉ kyushu@songenshi-kyokai.com

ふくおか公開講演会

日程◎２月１５日（土）午後２時～４時（開場１時半）
会場◎天神ビル11階11号室　福岡市中央区天神2-12-1（☎0120-323-920）
テーマ「**いのち・くらし・尊厳を守る看護を目指して ～自分らしい最期とは～**」
講師◎**渡邉理恵**　（尊厳死協会九州支部理事、久留米大学医学部看護学科講師）
テーマ「**終末期患者の治療方針と治療の選択について ～安らかな、自分らしい最期を迎えるために～**」
講師◎**原　信之**　（尊厳死協会九州支部理事、国立病院福岡東医療センター名誉院長）
定員◎120人（無料、予約不要）
お問い合わせは九州支部へ。講演後に質疑応答があります。

九州支部 活動報告

大分の活動状況について ～地方開催講演会の意味するところ～

九州支部においては各県がそれぞれに下部組織として活動を展開しています。大分県では市民公開講演会を年1回開催するほか、年数回の出前講座の要請に応じています。本年度の市民公開講演会は昨年11月10日に、大分県臼杵市で開催しました。

例年、県下では人口の多い大分市と別府市で開催してきた結果、これらの地域では尊厳死やリビングウイルに対する認識がかなり向上してきたように感じています。そのため、それ以外の地域での啓蒙のため、一昨年は中津市、昨年は臼杵市での開催となった次第です。

毎回の講演会では、まず協会スタッフによる尊厳死や協会に関して概括的な説明の講演を行い、その後招聘した講師による講演を行っています。昨年は、川野克則おおいた副会長の講演「穏やかな最期を迎えるために」に続き、招聘した栄光病院院長の井上裕氏による「私達が目指す『ホスピス緩和ケア』」と題した講演が行われました。参加者は54人でしたが、熱心な聴講と質疑が行われました。地方で開催すると、当然、参加者は大都市ほど多くはありません。しかしアンケート結果などから、初めての参加者が多く、また尊厳死やリビングウイルへの認識を新たにしたという感想をもった人が多い印象です。このことは関心の波及効果につながると思われ、意義あることと思われます。

（尊厳死協会おおいた会長　麻生　宰）

※令和元年12月1日に白髭 豊医師（尊厳死協会ながさき会長）が九州支部長に就任しました

モルヒネは鎮痛薬の王者
編著 日本尊厳死協会　発行 中日新聞社

あなたの痛みはとれる

医療用麻薬のモルヒネ 適正使用で「痛み」はとれる

医療用麻薬を適切に使用した緩和医療は会員の願いです。

● 激痛から解放された
「痛みが取れ、夜よく眠れて、食欲も出てきた。夢のようです」――モルヒネの投与で激痛から解放された患者の喜びの声です。

● 誤解されているモルヒネ
モルヒネの「中毒になり、死期を早める」「がん末期にしか使えない」といった誤解は、世界の医学界が否定しています。適正に使用すれば「鎮痛薬の王者」なのです。

● がん以外の痛みにも効果
帯状疱疹後神経痛、ロコモティブシンドローム、骨粗鬆症による脊椎の圧迫骨折、バージャー病、閉そく性動脈硬化症など、がん以 外の痛みにも効果があります。

1100円（税・送料込）。書籍名、お名前、住所、会員の方は会員番号を明記。代金を現金書留または定額小為替か切手相当額を同封して協会事務局（〒113-0033 東京都文京区本郷2-27-8 太陽館ビル501）宛に。

LWの受容協力医師 第98報

2019年9月～ 2019年11月の間に
新しく登録なさった医師の方々です。

内:内科 **循**:循環器科 **呼**:呼吸器科 **消**:消化器科 **呼内**:呼吸器内科 **消内**:消化器内科 **外**:外科 **整**:整形外科 **小**:小児科 **放**:放射線科
リハ:リハビリテーション科 **皮**:皮膚科 **肛**:肛門科 **泌**:泌尿器科 **心内**:心療内科 **脳外**:脳神経外科 **緩**:緩和ケア科

[会員医師は会とする]

医療施設名	診療科	医師名(敬称略)	施設所在地	電話
北海道社会事業協会帯広病院	総合診療	堀　哲也	北海道帯広市東5条南9丁目2	0155-22-6600
ちとせクリニック	訪問・内	池田　夏希	東京都世田谷区南烏山4-9-14 南烏山ビル1F	03-5315-3363
ゆみのハートクリニック	循内	西原　崇創	東京都豊島区高田3-14-29 KDX高田馬場ビル2F	03-5956-8010
徳丹会 さぬき診療所	内・泌・在宅	讃岐　邦太郎	東京都町田市小川2-25-14	042-706-8766
直源会 相模原南病院	内・精・緩・リハ	塚本　真	神奈川県相模原市南区大野台7-10-7	042-759-3911
彩の国東大宮メディカルセンター	消内	多田　正弘	埼玉県さいたま市北区土呂町1522	048-665-6111
慈生会 梅園ヘルスケアクリニック	内・外・麻	太田　正保	静岡県熱海市梅園町15-12	0557-84-0471
宏徳会 安藤病院	神内	古閑　寛	愛知県津島市唐臼町半池72-1	0567-31-4070
寺田病院	外・胃腸	板野　聡	三重県名張市夏見3260-1	0595-63-9001
秀徳会 まわたり内科	内	馬渡　秀徳	大阪府豊能郡豊能町新光風台2-16-12	072-733-3366
ちょう外科医院	外	数野　博	広島県福山市野上町3丁目4-3	084-923-2643
福山記念病院	脳外・脳ドック	松本　眞人	広島県福山市港町1丁目15-30	084-922-0998
福山記念病院	外・総合・高齢者医療	藤井　功	広島県福山市港町1丁目15-30	084-922-0998
慈生会 前原病院	内	前原　敬悟	広島県福山市手越町1-3-41	084-925-1086
宇田内科リウマチ科	内・リウ	作田　建夫	広島県福山市東深津町2-8-30	084-922-4747
黒木眼科医院	眼	黒木　悟	広島県福山市東深津町2-11-26	084-926-5511
福原内科医院	内	福原　純一	広島県尾道市新浜2丁目2-3	0848-22-5500
藤田内科医院	内	藤田　道雄	広島県尾道市長江1丁目23-8	0848-20-7133
みやもり医院	内・小	宮森　眞治	広島県三原市宗郷3丁目3-3	0848-67-9655
大貫内科医院	総合診療(家庭医)	大貫　達也	広島県竹原市西野町1925-7	0846-29-1592
グリーンクリニック	内(訪問診療)	福山　耕治	広島県三次市十日市中2丁目3-23 ガーデンハウス101	0824-55-6924
石井内科	内	石井　直文	広島県福山市本郷町1605-2	084-936-1111
阪田医院	内	阪田　英世	広島県三原市幸崎能地4丁目10番5号	0848-69-0003
池田医院	内・胃腸・放	池田　純	広島県福山市新市町戸手2121-1	0847-51-2098
妹尾内科	内	亀井　文恵	広島県広島市中区十日市町1-4-25	082-231-3873
いけだ放射線科内科	放・胃・内	池田　みどり	広島県広島市中区羽衣町11-2	082-241-3058
前野医院	感染・呼・内	前野　努	広島県安芸郡府中町石井城2丁目10-20	082-281-2334
よつばクリニック	内	平賀　亮	広島県呉市和庄登町13-3	0823-25-8001
平田内科小児科医院	内・小	平田　優子	広島県廿日市市阿品台4丁目1-26	0829-39-1155
千秋会 井野口病院	病理診断科	井藤　久雄	広島県東広島市西条土与丸6-1-91	082-422-3711
中村医院	消・循・外	中村　眞己	広島県安芸高田市向原町戸島2846-5	0826-46-5588
清藤クリニック	内・呼内・緩和ケア内	清藤　千景	熊本県熊本市北区武蔵ヶ丘4-10-14	096-223-5373

【受容協力医師についてのご案内】

全国に1900人ほど登録しているLW受容協力医師のお名前は、協会各支部のホームページ(HP)で閲覧することができます。各支部HPへのアクセスは本部のHPからのリンクをご利用ください。**会員専用認証パスワードは「jsdd(半角小文字)」です。**紙に印刷した受容協力医師リストをご希望の方は、各支部にご連絡ください。ファクスか郵送でお送りいたします。

● LW受容協力医師をご推薦ください

会員のみなさまの不安として、周辺に受容協力医師がいないことがあるかと思います。そうした不安を少しでも和らげるため、本部では、みなさまのかかりつけ医師をご紹介いただければ、その医師に「ＬＷ受容協力医師の登録」をお願いします。会員の方の①お名前、②会員番号、③お電話番号、④かかりつけ医師のお名前(病院名)・住所・お電話番号を、本部「受容協力医師担当」まで、電話、ハガキ、手紙、ＦＡＸまたはメールでお知らせください。

ご寄付ありがとうございました(敬称略)

ご寄付をいただきまして誠にありがとうございました。対象期間は、2019年9月1日から11月30日までにご寄付いただいた方々です。
協会職員一同深く感謝します。普及啓発事業等に有効に活用させていただきます。

石倉京子	74,160	槌矢弘道	19,555	内山秀子	10,000	原　時枝	180,000
菅原　清	3,000	小倉耀子	2,600	池田里子	10,000	豊田りつ子	1,000
川村とし子	1,200	稲葉典子	10,000	佐藤昌子	10,000	栗山恵美子	1,500
左京武敷	10,000	中田政枝	5,040	冨永美智子	30,000	今村順子	2,440
上田久代	15,150	佐藤瑠璃子	10,000	宮本富雄	3,000	浦上睦子	1,700
宇山冨士子	3,000	木下美恵子	1,500	山崎とし子	10,800	山内弘子	600
秋山　孝	1,000	山内良記	10,000	中山　孝	5,000	大西正子	3,000
小林美智代	10,000	竹内郷子	7,800	小椋敏子	20,000	匿名・東京都	4,214
梶原壽恵子	10,000	関口長寿・スギノ	10,000	市田朗子	1,290	匿名・東京都	3,000,000
宮崎昭子	2,710	齋藤ヨシ子	4,854	小谷由紀子	2,000	匿名・東京都	10,000
川鍋由利子	1,158	廣重共栄	1,538	井出敦子	50,000	匿名・東京都	10,000
橋本美智代	900	坂本進・貞子	4,000	髙島幸子	30,000	匿名・東京都	10,000
日高正枝	10,000	小野英子	4,200	御崎　元	4,000	匿名・佐賀県	3,000
比留間　緑	100,000	山地悦子	13,074	川畑壽美子	1,000		

ご寄付は、現金書留、あるいは郵便振替口座「東京00130-6-16468」をご利用下さい。切手でのご寄付もお受けいたします。いずれの場合も、「お名前」「会員番号」と送金の目的が「寄付」であることをお書き添え下さい。

出版案内 日本尊厳死協会がお勧めする必読の書。(書店では扱っておりません)

人生の最期で迷わないために
尊厳死の「不治かつ末期」

専門医が病態ごとに「不治かつ末期」を分かりやすく説明しています。あなたの「?」に答えがあります。

- **がんの末期** 人工的な栄養・水分の補給は、かえって苦しみを増す?
- **持続的植物状態** 延命措置の事前意思表示がない場合、医師や家族はどうしたら?
- **腎不全** 「余命」宣告後に、医師から透析療法を勧められたら?
- **救急医療** 日本救急医学会が示す「終末期」の判断とは?
- **認知症** 「不治かつ末期」をどう考える、延命措置は?
- **老衰** 天寿を全うする「老衰死」。平穏な死を妨げるものは何か?

自分の終末期にどのような医療を望むのか、望まないのか。医師たちは「具体的な意思表示が大切」と訴えています。

新・私が決める尊厳死 「不治かつ末期」の具体的提案
編著・発行 日本尊厳死協会　発売 中日新聞社

1100円(税・送料込)。書籍名、お名前、住所、会員の方は会員番号を明記。
代金を現金書留または定額小為替か切手相当額を同封して協会事務局(〒113-0033 東京都文京区本郷2-27-8 太陽館ビル501)宛に。

●本部
〒113-0033
東京都文京区本郷２-27-８
太陽館ビル501
TEL 03-3818-6563
FAX 03-3818-6562
メール
info@songenshi-kyokai.com
ホームページ
https://www.songenshi-kyokai.com/
郵便振替口座
東京00130-6-16468

●北海道支部
〒060-0807
札幌市北区北７条西２丁目６
37山京ビル801
TEL 011-736-0290
FAX 011-299-3186

●東北支部
〒980-0811
仙台市青葉区一番町１-12-39
旭開発第２ビル703号室
TEL 022-217-0081
FAX 022-217-0082

●関東甲信越支部
〒113-0033
東京都文京区本郷２-27-８
太陽館ビル501
TEL 03-5689-2100
FAX 03-5689-2141

●東海北陸支部
〒453-0832
名古屋市中村区乾出町２-７
正和ビル２階
なかむら公園前法律事務所内
TEL 052-481-6501
FAX 052-486-7389

●関西支部
〒532-0003
大阪市淀川区宮原４-１-46
新大阪北ビル702号
TEL 06-4866-6365
FAX 06-4866-6375

●中国地方支部
〒730-0024
広島市中区西平塚町２-10
TEL 082-244-2039
FAX 082-244-2048

●四国支部
〒790-0067
松山市大手町1-8-16
二宮ビル３F　B
TEL 089-993-6356
FAX 089-993-6357

●九州支部
〒810-0001
福岡市中央区天神１-16-１
毎日福岡会館５階
TEL&FAX 092-724-6008

各支部HPへのアクセスは
本部HPからのリンクをご利用ください。

リビング・ウイル
Living Will

（ 終末期医療における事前指示書 ）
（ 2017年７月改訂 ）

この指示書は、私の精神が健全な状態にある時に私自身の考えで書いたものであります。

したがって、私の精神が健全な状態にある時に私自身が破棄するか、または撤回する旨の文書を作成しない限り有効であります。

□ 私の傷病が、現代の医学では不治の状態であり、既に死が迫っていると診断された場合には、ただ単に死期を引き延ばすためだけの延命措置はお断りいたします。

□ ただしこの場合、私の苦痛を和らげるためには、麻薬などの適切な使用により十分な緩和医療を行ってください。

□ 私が回復不能な遷延性意識障害（持続的植物状態）に陥った時は生命維持措置を取りやめてください。

以上、私の要望を忠実に果たしてくださった方々に深く感謝申し上げるとともに、その方々が私の要望に従ってくださった行為一切の責任は私自身にあることを付記いたします。

リビング・ウイルの勧め

日本尊厳死協会は、命の終わりが近づいたら延命措置を望まないで、自然の摂理にゆだねて寿命を迎えるご自分の意思を表した「リビング・ウイル」を発行、その普及に努めています。

現在11万人の方々が「リビング・ウイル」を持ち、安心した日々を送っています。自然のまま寿命を迎えることは、最期の日々をよりよく生きることであり、今を健やかに生きることにつながります。

お友だちやお知り合いに協会や「リビング・ウイル」のことをお伝えいただければと願っています。

事務局から

会費の自動払込のご案内 希望者はご連絡ください

年会費払い込みには、自動払込制度（金融機関口座から自動引き落とし）があります。利用には諸手続きが必要ですので、ご希望の方は本部事務局までご連絡をお願いします。次の要領で実施しております。なお郵便局窓口では申し込めません。

対　象 ▶	ご希望の会員
払込日 ▶	会費払込該当月の28日（28日が土日祝日の場合は翌営業日に引き落とし）
払込額 ▶	会費相当額
手数料 ▶	１回の払込に165円（150円＋税）のご負担があります
取扱金融機関 ▶	国内ほとんどの金融機関（信金、信組、ゆうちょ銀行、農協含む）
領収書 ▶	預金通帳の金額摘要欄に協会名を印字。領収書は発行しない

●なお、これまで同様、コンビニや郵便局での振り込みも可能です。会報が緑色のビニール封筒で届きましたら年会費の納入時期です。封筒の表に「年会費払込票在中」と印刷してあります。銀行振り込みの場合は会員番号（００を省く）も記入して下さい。なお振込手数料は郵便局窓口が 203 円、郵便局 ATM が 152 円、コンビニが 66 円です。

今号の１枚
『梅、よろこぶ』

Living Will 目次
— 会報2020年1月 No.176 —

02 年頭所感
04 新春座談会
小堀鷗一郎さんを囲んで
10 私の希望表明書
11 第８回
リビングウイル研究会開く
12 ● LWのひろば
14 ● 連載「四季の歌」雪
16 ● 支部活動・報告
2020 冬～春
23 連載・電話・メール医療相談から
24 LW受容協力医師のリスト
25 寄付
26 事務局から／編集後記／目次
27 終末期医療における事前指示書／本部・支部一覧
裏表紙 出版案内

協会会員：10万7681人
（2019年12月3日現在）

次号は、2020年4月1日発行

※本誌記事の著作権は日本尊厳死協会にあります。
引用、転載に関しましては当協会にご相談ください。

編集後記

●「鷗外が死を、安らかな最期についてどう考えていたのか、それがわかると思うんです」と、巻頭の「新春座談会」で森鷗外の孫の小堀鷗一郎さんが話しています。東大など大病院の外科医を退き、現在は地域病院で在宅医として〝死に際の医療〟を支える小堀さん。「鷗」の一字を受け継ぎつつ、祖父の死生観に迫ろうと81歳の今、鷗外30代の頃に翻訳した「甘瞑（かんめい）の説」（安らかに死を迎えること）に向き合っています。「原文にないのに翻訳文にあれば、それは鷗外の考えていた死生観なのでは？」というわけです。さながら推理小説を解くかのよう。

その「甘瞑の説」には、医術は「死を遅らせるだけではなく安らかな死を迎えさせることでもある」とか「病人をして生活の望みを維持せしむること」とか、感動的で、終末期医療に示唆的な文言が連なっています。老齢の孫が若き祖父の思いに迫る――これもまた感動的。（郡司）

Living Will No.176 2020年1月発行
発行 一般財団法人日本尊厳死協会 編集 協会会報編集部
デザイン FROG KING STUDIO 印刷 JPビズメール株式会社

出版案内 日本尊厳死協会がお勧めする必読の書

在宅医療のすべてがわかる完全ガイド

さいごまで自宅で診てくれるいいお医者さん

2020年版

週刊朝日ムック

好評発売中 定価1000円(税込) B5判・164ページ

- 著名人インタビュー 杉田かおる 母を介護した4年半
- トップインタビュー 日本医師会・横倉義武会長
- 長尾和宏医師が解説「いい在宅医の探し方」

- 病院医療と在宅医療の違いは?
- 在宅医療を始める前の基礎知識／かかるお金

日本尊厳死協会副理事長 長尾和宏医師

お求めはお近くの書店、ASA(朝日新聞販売所)へお申し込みください。

朝日新聞出版ホームページ、またはお電話でも受け付けております。
TEL03-5540-7793
(直販担当、平日10~18時)

朝日新聞出版より直送の場合、下記送料がかかります。
●代金引換払い
(お電話での注文の場合)
・ご注文金額が2,500円(税込)以上の場合、送料300円(税込)／1回
・ご注文金額が2,500円(税込)未満の場合、送料800円(税込)／1回

※日本尊厳死協会では扱っておりません

在宅看取り件数がわかる 全国リスト 2685診療所&病院

ここでしか読めない!

このリストから「いい在宅医」が見つかる!

日本尊厳死協会の出版案内 最期の望みをかなえる

リビングウイルノート

私の望む「痛くない死に方」がここにあります。

好評発売中!

この「リビングウイルノート」には、
あなたの「リビング・ウイル」を入れるスペースがあります。
是非お手もとにセットで!!
もしもの時にそなえ、こころの「生前整理」を

発行:ブックマン社 A4判104ページ

協会事務局でお求めできます。1100円(税・送料込)。書籍名、お名前、住所、会員の方は会員番号を明記。
代金を現金書留または定額小為替か切手相当額を同封して協会事務局(〒113-0033 東京都文京区本郷2-27-8 太陽館ビル501)宛に。