

健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

2019年
7月発行

No. 174

リビング・ウイル

元東レ役員
佐々木常夫さん
自然に近い形
での最期が一番

- 2019年度事業計画・予算
- 山中修・受容協力医の地域活動
- 連載「四季の歌」海



「インタビュー」
佐々木常夫マネージメント・リサーチ代表取締役、元東レ役員

佐々木常夫さん



インタビュー／鈴木裕也（日本尊厳死協会副理事長・医師）
構成／郡司武（会報編集部） 写真／白谷達也

自然に近い形で 最期が一番

鈴木 尊厳死協会の会員になられたのが13年前ですね。だいぶ前ですが、きっかけは何でしたか。

佐々木 54歳の時に母を亡くしました。母は75歳でした。最後は認知症と糖尿病を患っており、胃ろうによって生きながらえている状態でしたね。そんな息苦しそうなお母様を見ていると、可哀想でしようがなかった。その光景がいまでも胸にずっと残っています。それで「回復の見込みがないのに無理に生かすことが果たしてどうなんだろう」という思いがだんだん強くなりましたね。母のような延命だけは避けたいと……。

鈴木 なるほど。でも、お母さんの死から入会までには何年か経っていますよね。

佐々木 62歳で入会しましたから8年くらい間がありますか。でもその間、尊厳死協会のことは頭の隅にあつて、60歳を過ぎたころ、「人生の末期を迎えたら延命治療を控え、緩和に重点を置く医療に最善を尽くしてもらいたい」と強く思うようになりました。「自然

に近い形で死ぬのが一番ではないか」と判断して入会したわけですか。

「健康でない最後の状態が12年も続く」

鈴木 そうでしたか。お父さんは、どんな最期でしたか。

佐々木 父は私が6歳の時に結核で亡くなりました。銀行員でした。その時母は27歳。若くして未亡人になってしまったわけです。母は19歳で、秋田の象潟という鳥海山の麓の町から秋田の都会である秋田市に嫁に来て、5年間に男の子ばかり4人をもうけました。私は2番目で、下は双子です。夫を亡くした母は、それから朝から晩まで父の代わりに働き、4人とも国立大学を卒業させました。兄は北大、弟たちは東北大です。「大学に行きたかったら国立大学でなければだめだよ」とよく言っていました。いま考えても、母は大変な苦勞をして4人の子どもを育てたと思います。

鈴木 当時は、小さな子どもを何人も抱えて苦勞している母親がず

いぶんいましたよね。それにしても大変な人生でしたね。

佐々木 そんな母の最期を思うにつけ、いろいろ考えさせられました。最初は埼玉県にいる弟が家を改造して母を秋田から呼んで介護したんです。そうこうするうち、

ちよつと認知症がはじめてきましたね。それで病院に入ったり、千葉の松戸に住む兄のところに移って面倒見てもらったりしていたんですが、そこでもまた入院するようになり、しばらくは良かったんですがだんだんひどくなって、胃ろうが始まったんです。私はその胃ろうには反対でした。ところが兄弟3人とも「どうしても1日でも長く生きてほしい」と言うんです。私は「だつておふくろはあまり意識ないじゃない。認識できないんだよ」と言ったんですが、けつきよく3人に押し切られる形で胃ろうが始まったんです。「なぜ、こういう無駄なようなことをするんだろう」と私は思いましたね。その後、私なりにいろいろ調べました。健康寿命というのがあり

ささき・つねお

1944年、秋田市生まれ。株式会社佐々木常夫マネージメント・リサーチ代表取締役。東京大学経済学部卒業後、東レ株式会社に入社。2001年取締役。03年東レ経営研究所社長。自閉症の長男、肝臓病とうつを患った妻を抱え、多難な家庭生活と多忙な会社の仕事との両立をはかる。いかにワークライフバランスを保つかを考え、定時に帰る独自の仕事を身につける。内閣府の男女共同参画会議議員や大阪大学客員教授などの公職も歴任。著書に「そうか、君は課長になったのか。」「40歳を過ぎたら、働き方を変えない」「運命を引き受ける」など多数。



すずき・ゆたか／日本尊厳死協会副理事長、医師。1943年、埼玉県生まれ。慶應義塾大学医学部、同大学院卒業。元埼玉社会保険病院院長。元慶應義塾大学医学部客員教授。

ますね。日本は世界最高の長寿国であるにもかかわらず、健康寿命と寿命との差が約12年もあり、これは世界で最も長い。健康でない最後の状態が12年も続くわけですよ。55歳以上の人へのある世論調査では「過剰な延命治療はしてほしくない」と思う人は9割を超えている。にもかかわらず、医療の

現場では「過剰な延命治療」が続けられている。なぜなのか、それは制度がきちんとできていないからだと思います。

鈴木 そういう現実がありますね。佐々木さんのほかのご兄弟はその後、お母さんの最期への対応は変わりましたか。

佐々木 うーん、「1日でも長く」という最初の判断をだんだん後悔していたのですが、今から「延命治療を止めて」とは言えませんよね。

鈴木 日本では法律がないですからね。制度がない。

佐々木 子どもが親に愛情を持つのはいいことですが、うちの兄弟

の場合、あまりにも母親への愛情が強すぎてね。「オレが面倒みたい」「いやオレがみる」と言い出すんですよ。

鈴木 苦労されてきた母親の姿を見てきたでしょうからね。

佐々木 それはいいんですが、もっと冷静に考えてあげる必要もあると思いますね。

「1日でも長く生きてほしい」と子どもは思いかもしれないですが、本人ははたしてどうなんでしょうか。おふくろはたぶん「止めてくれ」と言ったと思うんです。

鈴木 話は変わりますが、日本人は、死ということを家族内であり話題にしませんよね。でも話し

合うことは必要なことだし、これからもっと重要になってくると思いますね。

「家族と会社のどっちかを捨てるか」

鈴木 佐々木さんと私はほぼ同世代ですが、ご自身の死についてなご考えますか。

佐々木 刻々と死が近づいているなあ、とは思いますが。

鈴木 ハハハ、まあ、そんな気はしませんね。

佐々木 私の場合、ある程度やることはやってきた、という思いもありまして、今は楽しく日々を暮らしていますよ。「いつ死んでも平気だ」というか。この延長線上を生きていくと、たぶん、死ぬということがだんだん身近なものとして感じるようになっていくんじゃないかなという気はしています。ただ健康には気をつけていますよ。なるべく運動をしたり、バランス

されたんです。
鈴木 それを機に、別な人生が始まったわけですね。

佐々木 まあ、そうですね。時間的な余裕もでき、家内の面倒もきちんと見れるようになり、病状は回復に向かいました。今思うと、もう少し早くやっていたらよかったかなという気もしないでもありませんが。

そんな時にたまたま本を書いたら、それが売れましたね。次の本も売れました。またその次の本も……という具合に。こういう人生もあるんだな、と思いました。それで会社を辞め、自分で会社を起こして、執筆と講演と研修の講師などの仕事になったわけです。家内も体調が戻り、家にいる自閉症の息子も、そばで面倒を見れるようになりました。

鈴木 左遷という逆境の先に、また新たな人生が待ち構えていたということですかね。
佐々木 いやあ、ほんと、そうですね。左遷された時、「これで自分のビジネスマン人生は終わっ

良い食事や規則正しい生活にも気がつけています。

鈴木 奥さんや息子さんのことでもご苦労されたと、著書などにもいろいろ書かれていますね。

佐々木 3人の子どものうち一番上の長男が自閉症でして、社会性もありませんから、誰かが面倒をみなければならぬ状況のなかで、家内がそのケアをしていて肝臓病になり、そうしたストレスからうつ病になったんですね。10年近く入院を繰り返しました。1年のうち半分は入院という暮らしでした。今はよくなりましたが。

鈴木 奥さんもご苦労されましたが、佐々木さんもまた大変でしたね。

佐々木 家族の面倒をみないとならない、会社でも成果を出さないといけない。どっちかを捨てるか、そんな時期もありました。それで出した結論は「どっちもやろう」ということ。仕事のほうはある程度成功して、東レの取締役まではいけましたけど、その後トップと少し軋轢あつれきがあつて、子会社に左遷

た」と正直思いましたよ。しかし、まったく違う人生が開けてきた。本が売れますと、様々な人との出会いがあるものです。対談とかテレビ出演とか、そこにはまさに、驚きの世界が待っていました。

「身内であつてもある程度の距離は大事」

鈴木 人生にはそう何度も大きな転機はないかもしれませんが、佐々木さんは、その転機をつかんで浮上したということですね。

ところで、これまでの会社人生なども含めて、本などで「部下の育て方」みたいなことを書いてますね。育て方の要諦は何ですか。

佐々木 子どもが障害をもっているということもあるかもしれないが、私はどうしても「できの悪い」といいますか、ちょっと遅れ気味の変った人が気になりますね。目配り気配りが、その人たちに向かう傾向がある。それでいろいろ話をし、適切なアドバイスをしますと伸びていきます。
鈴木 人には能力に違いがありま



死ぬということが、だんだん身近なものとして感じるようになって……

すから、うまく育てていくことが大事ですよ。

佐々木 人は認められたときに、モチベーションが高くなり、伸びていきますよ。一人ひとりに、これこそ尊厳をもって対応していくことが大事でしょうね。

—— 対応で大事なのは言葉ですよ。ね。どういう言葉かけか、事前に吟味したりするんですか。

佐々木 いや、それほど吟味はしません。その人のことをきちんと考えて対すれば、おのずと出てくる言葉というものがありますよ。会社にいた時は、私は特に面談を重視しました。会社の決まりは「年に1回」でしたが、私は2回しました。それも1回2時間くらい。—— じっくり聞いてやるわけですね。

佐々木 ほとんど聞いています。プライベートなことも含め、人は聞

左遷され、まったく違う人生が開けた

LW研究会で「人生会議」の理解を深めよう

私たちは、生まれてからその幕を下ろすまで、日々、ストーリーを紡いでいきます。人生の節目節目、岐路にさしかかったときなど、家族や周りの人たちの助言を受けたりしながら、進むべき道を決めてきました。人は一人では生きて行けません。支え合いが必要です。特にそのストーリーを完結する人生の最終段階においては、周囲の支えと理解がより大事になってきます。

国は今、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）という制度を推進しています。ACPとは、万が一の時に備えて、本人が大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自身自身で考えたり、信頼する人たちと話し合ったりするプロセスのことです。そのACPをより親しみやすい愛称に、との意図から「人生会議」という呼び名になり、11月30日を、「いい（11）看取り（30）」にかけ、人生会議の日としました。今回はその日に「ACP」をテーマに開催することになります。では、ACPとリビング・ウイルは、どのような関係になるのでしょうか。そうしたこともテーマに、「人生会議」の意義について、理解を深めていきたいと思います。

いてほしいんですよ。聞いてもらったというだけで、人はずいぶん変わるものです。そういう場を設けてやること。下からは声をかけにくいですが、上の立場の人が声をかけて場を作ってやる。

いのがわかってきますよ。私は論語が好きで、孔子は「徳」についていろいろ書いていますが、その中で最も大事なのは「恕（じょ）」であると云っています。相手の立場に立って考えてあげなさい、ということ。そういう気持ちは相手に伝わるんです。ちょっと不適切な言葉かなと思っても、気持ちは伝わりますね。

と思いますね。働くことによっては喜びを感じることも重要ではないでしょうか。そのためには健康であること。高齢になれば病気にもなりますが、病氣と上手に付き合いつながり、適度な仕事をすることですね。人との付き合い方も大事で、ある程度距離を置いて付き合い。身内であっても、ある程度の距離は大事です。子どもにも過剰に期待するのはやめたほうがいいと思いますね。



インタビューを終えて

幼少時にお父さまを亡くされ、子どもを抱えて苦労されていた母親の最期に接して、佐々木さんは「終末期」や「延命治療」「人間の寿命」などについて、より深くお考えになられたのだと強く感じました。日々、元気に仕事に励まれていらっしゃるようですが、同世代の者として、ますますのご活躍をお祈りします。日本尊厳死協会副理事長・鈴木裕也

第8回日本リビングウイル研究会

テーマ ストーリーとしての人生会議(ACP) ——リビング・ウイルを入口に——

日時 2019年11月30日(土)
午後1時～4時半

会場 東京大学伊藤国際学術研究センター（地下2階）
伊藤謝恩ホール（東大構内、赤門横。東京都文京区本郷7-3-1）

定員 400人（事前申し込みは不要）、無料

スケジュール

第1部 基調講演「ストーリーとしての人生会議(ACP)」(仮題) 柳田邦男さん
専門分野からの講演 三浦久幸さん、板井孝彦さん、長尾和宏さん

第2部 パネルディスカッション 登壇者全員

人生会議について、様々な立場、これまでの経験から、幅広く具体的に語り合ってください。

登壇者 柳田邦男さん(ノンフィクション作家)
三浦久幸さん(国立長寿医療研究センター、ACP研究会代表)
板井孝彦さん(宮崎大学臨床倫理学教授)
長尾和宏さん(長尾クリニック院長、日本尊厳死協会副理事長)

○コーディネーター 満岡 聡(医師、日本尊厳死協会理事、満岡内科クリニック)



座れない人も出るほどだった
昨年の会場の様子

開催に関する最新情報は <https://www.songenshi-kyokai.com/>
協会ホームページでご確認ください。

LWの必要性の情報発信を強める 受容協力医師を増やし、安心した最期を支援

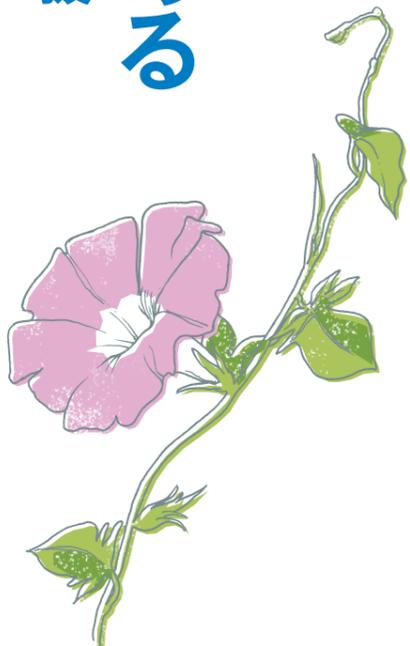
一般財団法人日本尊厳死協会の2019年度の事業計画および収支予算などが、3月31日に開かれた理事会で決まりました。2018年度の決算案は、6月29日に開かれる評議員会で審議されます。

岩尾総一郎理事長は、今年度について、「国がACP（人生会議）の普及に本格的に乗り出してきており、協会のリビング・ウィル（LW）との関係・位置づけを早急に詰める必要がある。『超高齢多死社会』の今、協会活動の真価が問われている。より多くの方々に協会の活動内容を知っていただけるような、お声かけやお誘いなど、地域での日常的な草の根活動がより重要になってくる」としています。

日本尊厳死協会の決算・予算書（要約）

単位：円 △はマイナス

科目	2018年度予算	2018年度(案)決算	2019予算
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
受取会費	145,014,000	148,606,000	148,291,000
受取寄付金	5,280,000	2,882,862	4,414,000
雑収益	1,915,000	3,984,353	2,149,000
その他収益	35,000	47,320	48,000
経常収益計	152,244,000	155,520,535	154,902,000
(2) 経常費用			
事業費	152,023,528	138,740,021	141,108,000
管理費	28,295,000	26,850,167	28,863,000
経常費用計	180,318,528	165,590,188	169,971,000
当期経常増減額	△ 28,074,528	△ 10,069,653	△ 15,069,000
2. 経常外増減の部			
当期一般正味財産増減額	△ 28,074,528	△ 10,069,653	△ 15,069,000
一般正味財産期首残高	624,050,573	624,050,573	613,980,920
一般正味財産期末残高	595,976,045	613,980,920	598,911,920
II 指定正味財産増減の部			
①特定資産運用益	1,000	34	1,000
②一般正味財産への振替額		△ 723,600	△ 724,000
当期指定正味財産増減額	1,000	△ 723,566	△ 723,000
指定正味財産期首残高	4,293,256	4,293,256	3,569,690
指定正味財産期末残高	4,294,256	3,569,690	2,846,690
III 正味財産期末残高	600,270,301	617,550,610	601,758,610



会員数の現況

2018年度末の会員数は10万9155人で、1年間に約10000人の減少。前年が約22000人、その前年が約4000人の減少でしたから、会員減少傾向は緩やかになってきているといえます。新入会者は約6250人で前年とほぼ同じ。退会者（死亡、会費3年未納除籍など）が約7250人でした。新入会者で最も多かったのは70歳代で約38%、ここ10年以上、変わっていません。ちなみに5年ごとの新入会者の平均年齢は1976年、1980年が約57歳だったのに徐々に上昇し、直近の2016年、2019年には約72歳になっています。

19年度の事業計画

①LWの普及啓発事業、②研究・提言事業、③公益認定への取り組み、が3つの大きな基本方針です。①では、引き続き講演会や出前講座および各種セミナー等を開催し、LWの必要性和LWを補完

する「私の希望表明書」の必要性を説明していきます。全国8支部合わせた活動計画は、講演会が39、セミナーが136、出前講座が119の計294が予定されており、前年の224に比べて大幅に増えています。

大学や医療専門学校および私立中高一貫校からの授業要請に基づき、LWの必要性の情報発信も行っていきます。「県・市主催の企画イベント」にも参加し、市民が家族と話し合うきっかけ作りの場を提供します。こうした企画は、関東甲信越など4支部で合わせて14が予定されています。

LW受容協力医師については、引き続き全国で増員する計画を推進します。18年度末で1926人でしたが、19年度末には355人増やして2281人を予測しています。受容協力医師を主体とした支部理事等との意見交換会（勉強会）なども開いて関係のさらなる強化も図っていきます。HPでもLW受容協力医師リストを公開することにより、会員の近隣に受容医がいることで安心して生活でき

る環境づくりを応援します。

出版事業として、19年1月に刊行した「日本尊厳死協会のリビング・ウィルノート」の販売を継続し、併せてLWを学び、ノートの記載の仕方をレクチャーする講座を開催します。18年2月から稼働した「WEB入会システム」の登録者数は1年間で282人でした。まだ少数にとどまっていますが、会報をメールで配信する「WEBマガジン」と併せて、さらなる増加を目指します。

「公益認定」は協会が勝訴

②の研究・提言事業としては「第8回リビング・ウィル研究会」「同地方会」を開催し、医療・福祉関係者、患者、市民および協会関係者等のそれぞれの立場から研究・実態の情報や意見の交換を行います。

③公益認定の取り組みについては、協会の公益認定申請に係る不認定処分取消等訴訟の判決が、東京地裁により19年1月18日に出生され、協会は勝訴しましたが、その後、1月31日付で国が控訴しました。こうした状況下でも協会は、

公益法人に向け、本部・支部組織が一体性を保ちながら運営できるよう、整合性や規程等の改定を進めています。

19年度予算

会費収入は1億4829万円と前年度予算の300万円増としました。会員数の微減のなかでも夫婦会員制度廃止にともなう個人会員の増加、さらに終身会員の堅調な増加による増収を見込みました。経常収入1億5490万円に対し、経常費1億6997万円を計上、1507万円の赤字予算編成ですが、前年度の約2800万円の赤字予算編成からは半減に近い改善予算となります。

18年度決算(案)

約2800万円の赤字予算でスタートしましたが、赤字を約1000万円に圧縮できました。主な支出減は事業費で約1300万円強の減です。事業費削減の主たる項目は人件費と、支部の講演会等の共催が増えたことや運営の効率化によるものです。

LW受容協力医師制度の展望

ルポ——横浜のドヤ街の孤独死をなんとか防ごうと

身寄りのない人に寄り添う山中修医師の活動としたい

1枚の孤独死の写真が、山中医師の背を強く押した。

「この国で、こういう最期があつていいのかわからない。ここで生きると決め、寿モデルを作り上げる。」



寿地区に隣接する不老町にある「ポーラのクリニック」

横浜・寿町といえ、東京の山谷、大阪の西成あいらん地区（釜ヶ崎）と並ぶ「日本三大ドヤ街」の一つとされる。「ドヤ」とは「ヤド（宿）」の逆さ読みで簡易宿泊所のこと。2段ベッドなどを数人で利用したりする場合もなくはないが、今は3畳ほどの狭い個室を単身で利用するドヤがほとんど。1泊2200円ほどだ。

こうしたドヤが、ここ寿町には、わずか300メートル四方に120軒も建ち並んでいる。約6000人が暮らしているが、そのうちなんと9割近くが生活保護受給者だ。高齢者の割合も高く、

65歳以上が半数を占める。戦後から昭和末期のバブル期にかけて物資の集積地となった横浜港周辺に、全国から港湾の荷役・土木労働者が単身でこの地域に住みつくようになって形成された「町」だ。歩いてみると、コンビニのレジ袋を持ったジャージーにサンダル履きの高齢者や、足を引くような歩きに歩くハンデを負った住人を何人か見かけた。

そんな、この町の近くに山中修医師（65）が医院「ポーラのクリニック」を開業したのは2004年、50歳の時。きっかけは1枚の写真だったという。

「3畳1間の孤独死の写真を見せられましてね、腐乱する前の。『ここでは、こうやって死んでいく人が多いのよ』と言われて」

「医衣職食住」の改善を支援するNPOを設立

写真を見た山中医師は「なんだ、これ」と思ったという。狭い部屋の枕元には葉の山があつた。様々な薬のラベルが見えた。この国で、こういう最期があるのか。看取られず、薬だけ与えられて放置されたような状態での、そんな最期が、と思ったという。「ある意味、許せない感覚があつたんですよ。こ

れが医療なのか、とね。少し青臭いけど……」と、当時を振り返る。これまでの自分の日常とはまったく違う世界がそこにあり、それまでの診療観が一瞬で変わるのを感じたという。

三重県で生まれ、順天堂大学医学部に進んだ。両親とも医師で、「父親に懇願される形」での進路だった。卒業後はアメリカの病院や横浜の国際親善総合病院（親善病院）に勤め、そこで循環器内科部長をしていた折に寿地区とのかかわりを持つ。「路上生活者に毛布を届ける」という慈善活動を通してだった。2000年に同じ志

を持つ仲間たちと、この路上生活者や独居高齢者の「衣食住」に「医療」と「就労」を加えた「医衣職食住」の改善を支援するNPO法人「さなぎ達」を設立。その4年後に、「患者に徹底的に伴走していきたい」との思いを実現すべく、「ポーラのクリニック」を開業したのだ。

親善病院を辞職し、開業までの8カ月間、無給で皮膚科、整形外科、泌尿器科の研修を受けたというから、「ここで住民とともに生きる」という山中医師の強い決意のほどがうかがえる。親善病院にいた間、地域での医療のあり方を考えてはいたが、いざ寿でやろうとなると、悩んだこともあった、と漏らした。

「孤独死を防止できる青写真がありました」

では、何が決断への背を強く押したんですか？と聞くと「うーん」と少し考え、「こっちのほうが全国的な問題を抱えていたからかな」と言った。さらに「こういう



「孤独死」とは「社会との関わりを失った延長線上の死」です。たとえ一人で亡くなっても、直前まで私たちチームとの関わりを持っていた死は、孤独死じゃない」と語る山中修医師



以前は木造の古い簡宿が多かったが、今はビルが増えてきた

ことをすれば絶対に孤独死を防止できる、という青写真がありましたから」「一生かけてでも、寿モデルを作りた」と付け加えた。10年先、20年先、少子高齢化がま

すまず進む日本。老老介護の末に1人残された独居高齢者……。「その先取りのような形が、ここ寿にあるんです」。医療者、看護者、介護者、行政、地域住民、民生委員、帳場（寿町で呼ばれる簡易宿泊所の管理人のこと）が連携して当たる「見守り・看取りチーム」。つまりその「寿モデル」を全国に広げ、その地域独特の独居者への対応方法を探っていけば、孤独死は激減できる、というのだ。

これまでの医院の診療統計（2005年1月～18年2月）によると、14年間の外来受診患者総数は約6700人。追跡できた死亡患者数402人（4人の自死を除く）のうち、予期しない簡易宿泊所内死亡（いわゆる孤独死）が59人（平均66歳）、簡易宿泊所内看取りが133人（平均76歳）、

加療中の急変による入院搬送先死亡が210人（平均75歳）だった。いわゆる在宅看取り率は33%。全国平均が12%とされるから、山中医師のチームによる在宅看取り率がいかに高いかがわかる。

こうした地域への貢献、身寄りのない人に寄り添った生活全般の支援に対し、2016年、「第4回赤ひげ大賞」（日本医師会主催）が贈られた。授賞の理由はこうだ。「家族がいない人のための町医者」になることを診療の理念として、身寄りのない高齢者や疾病を抱えた地域住民の人生の質の向上を目指している……」。

山中医師にとって、何よりの励みであったか。

会報編集部・郡司武

LW受容協力医師とは
当協会のLWの趣旨に賛同し、氏名を公表して会員の力になりたいと表明された医師。現在2000人近くが登録。
登録医師には協会が「認定証」を発行。最新リストは支部HPから閲覧することができます。

LWのひろば

「尊厳医療協会」に変えては？

田川圭子 59歳 長野県

医療は、病を回復させる「治療」と、回復の見込みのない患者の苦痛を和らげ現世との安らかな別れを助ける「看取り」の2本の柱で支えられています。そして、その看取りの概念には「生命維持措置の取りやめ」が含まれると考えられますから、それは医療措置の一つとして「尊厳医療」という言葉がふさわしいと思います。

地方に住んでおられますと、未だに「死」という言葉を「縁起でもない」と忌み嫌う人が多いように思い



夏ゆったり
北海道の美瑛に
広がる天と地
撮影/鶴養侑季子(横浜市)

ますし、公に語り合うことも難しいのが現状です。「尊厳死」がなかなか理解されないのは、やはり「死」という文字に原因があると思われる。

名称変更には種々の手続きが必要で、かつ煩雑かとは思いますが、「尊厳医療協会」に変更することはいかがでしょうか。より多くの人の理解と共感が得られるのではないかと考えています。

母の意向には沿ったが……

佐野澄広 55歳 静岡県

この3月、母を83歳で看取りまし

た。最後の6日間はホスピスで過ごし、一応、安寧な人生の総括にはなりました。ただし、このホスピスでの緩和ケアに至るまでの日々が大変でした。

母はC型肝炎ウイルス保持、急性白血権患者等、人生の危機を何度も経験し、6年前には交通事故に遭い、その後、要介護3の状態で在宅療養を続けながら父と二人暮らしで日常生活を維持していました。ここ4年間は肝細胞がんへの塞栓療法を少し離れた他市の総合病院で6回受けました。

「もう1回この療法を」との提案を受けていましたが、体力的にきつくなり、治療を見送っているうちに、今年1月末に悪化。自宅近くの総合病院に一時避難的に入院させてもらいましたが、「急性期の対応しかできない」との病院の決まりで1カ月ほど入院したあと、家族がいろいろ当たった末に最終的にホスピスに移りました。

母は尊厳死協会に入会し、家族はその生前意思を汲みとり実行したつもりでしたが、最初の1カ月半の大变さを振り返って今、もっと早くホスピスへの転院を果たすべきだった

た事実、身内にとって救いというか支えになりました。伯母との最後の1日1日を大切に、静かに人生の幕を下ろさせてあげたいと思っています。

入会し「心の落ち着き」が

匿名希望 85歳 女性

14年前に主人はスキルス性がんで旅立ちました。病にもすべてを納得し、私や2人の娘にも弱音を吐かず、半年ほどの抗がん剤治療でした。その間、自分で医学書や雑誌で調べていたようでしたが、さぞ辛かったことと思います。私もはただ静かに寄り添うばかりありませんでした。

亡くなる最後の頃は、2人の娘も4人の孫も毎晩のように通ってきてくれるようになり、にぎやかに昔話もし、「早く帰りたい」などと笑顔で言ったりもしておりました。その夜、娘と駆けつけた時は、目を開きませんでしたが、先生のお話によると、呼びかけに返事をしてそのままだったそう、先生も「早かったですね」とびっくりされていました。

急いで逝ってしまったことに、私も家族はただ呆然とし、言葉もあ

かなど、いろいろな考えさせられます。おそらくこう考えた思案が、残った者自らの死生観を深めさせることになるのでしよう。

伯母の希望に沿いたい

匿名希望 49歳 女性

昨年末、母の長姉である伯母が入院しました。90歳で一人暮らし。よく食べよくしゃべりよく笑うにぎやかな性格で、風邪一つひかない元気な身体でしたが、冬の朝、自宅で倒れているところを訪問した私が発見。運ばれた総合病院で小さな脳溢血の痕跡が見つかったものの命に別状はなく、意識もありました。

ところが病院内でのインフルエンザの流行により、2カ月以上も面会禁止。その間、肺炎を発症した伯母は次第に食欲と気力を失い、退院後に移った老健施設でも点滴でかろうじて栄養を入れるだけで、日々の大半を眠って過ごすようになりました。その施設で「終末ケア」の手続きをする際、伯母が尊厳死協会の会員であることを思い出し、担当の方に伝えました。「わかりました。ご本人さまの希望に沿って、過剰な延命

りませんでした。私としては、いよいよこの世で一人旅となり、深い悲しみでした。

その後、友人から「尊厳死協会」のことを教えられ入会しました。そして最近ようやく「心の落ち着き」が感じられるようになりました。好きな読書と静かな音楽、心を許せる友との語り……。

現在はケアハウスに入居し、子どもや孫たちに迷惑をかけないように、何事も一人であることを強く受け止めて、悔いのない道を進んでいくつもりです。

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 10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8月15日です。

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 —

第九回

海 ● 文部省唱歌



まつばらとお
松原遠く消ゆるところ、

しらほ
白帆の影は浮かぶ。

ほしあみはま
干網浜に高くして、

かもめ ひく
鷗は低く波に飛ぶ。

み ひる
見よ昼の海。

み ひる
見よ昼の海。

しまやまやみ
島山闇に著きあたり、
いさりび ひかりあわ
漁火光淡し。

よ なみさし
寄る波岸に緩くして、

うらかぜかる
浦風軽く沙吹く。

み よる
見よ夜の海。

み よる
見よ夜の海。

(『尋常小学唱歌(五)』大2・5)より

文部省唱歌で作詞・作曲者不詳。5年生用の音楽教科書に掲載された。2番の「闇に著き」とは、夜の暗い闇の中でも形が分かる様子で、「著き」は著しぎの古語。「沙」は真砂と同じで砂子とも表記される。

日本の海の昼と夜の情景を歌っているが、5年生には少し言葉が難しいのではないかとの見方が当初からあったという。東京高等師範学校教官として言文一致唱歌の普及に努め、「青葉の笛」などの作曲でも知られる田村虎蔵(1873〜1943年)は、「この学年程度の児童には(略)いささか高尚に過ぎて、作者が予期しているほどの感興を与えない」のではないかとしつつも、「どこまでも上品なよい歌である」と評価し、5年生用21曲中で最高の「佳」の1つに挙げている。かすかに見える海の遠景と手が届くほどの近景とが、光と闇の中に交互に浮かび上がり、波の音も聞こえてくるかのようだ。

東北支部

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

第6回
日本リビング・ウイル
研究会 東北地方会

日程◎7月27日(土) 午後1時半～4時
会場◎仙台市福祉プラザ「ふれあいホール」
(地下鉄南北線五橋駅から徒歩3分)

テーマ「人生会議」で、どうなるの?

挨拶◎「人生会議」の活用法
阿見孝雄 東北支部長

第1部 基調講演
「幸せに年を重ねるために
～地域で取り組む人生のこころづもり」

講師◎星野 彰
岩手県立中部病院副院長・
地域医療連携室長



第2部 討論
「人生会議で、どうなるの?」

コーディネーター◎伊藤道哉 東北支部理事・
東北医科薬科大学准教授

パネリスト◎住吉香奈子 北上市長寿介護課
主任保健師／大石春美 古川・穂波の郷医療
ソーシャルワーカー／鈴木昭五 元会社員／
星野 彰

定員◎先着300人(無料)

後援◎宮城県医師会、仙台市医師会、宮城県看
護協会、宮城県薬剤師会、宮城県ケアマ
ネージャー協会、河北新報社

お問い合わせは東北支部へ

第33回「仙台駅横
リビング・ウイル 交流サロン」

日程◎7月19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「初心に戻り、リビング・ウイル」

お誘い合っ、どなたでもどうぞ。参加費無料

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

東北支部 活動報告

講演会講師に支部理事が定着

東北支部では毎年、春と秋の2回、講演会を開
催しています。さらに、年1回、研究会を開いてい
ます。講演会の講師をだれにお願いをするか。決
定まで、スムーズにやれるようで、これがなかなか
難しいのです。

講師の先生を選ぶ前に、その時期にタイムリー
な話題は何か、「尊厳死」の会の講話にふさわしい
話題の持ち主はどなたか、テーマをどうするか、こ
れらが決まり、そのテーマ、話題にふさわしい講師
の先生に依頼をすることになるのですが、月～金
曜の平日を避けて会場を土日に限定して予約した
場合などは、先生との日程調整が難しい。さらに、
講演会全体の費用や講演料のこともあり、あまり
遠方からの先生にお願いするのは控えたりするこ
とになります。

毎年秋の講演会は、東北6県持ち回りで行われ
る支部大会と同時開催としているため、各県支部
理事のお世話になっていますが、では、春をどう
するか。

東北支部は支部理事の立派な先生方が20人を
超えます。大学医学部長、学長を終えた先生から
現役の弁護士、大学教授、病院理事長・院長、元テ
レビ局の人気キャスターまで、多士済々のみなさん
です。

これらの先生方に講師になって話してもらおう。
8年前から始めた自前の講師先生たちによる「春
の講演会」は定着して評判がいいようです。今年
は、青森県弘前市で在宅医療に尽くしている石澤
誠先生に「穏やかな看取り～在宅医療のコツ 伝
えます」と題してお願いしました。結果は、青森県
をはじめ東北各県から110人の参加者があり、盛
況でした。協会発行の本が20冊、協会バッジ、ペ
ンダントなどが売れたほか、即日入会者が2人あ
りました。(支部顧問・橋村 襄)

北海道支部

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

第10回北海道在宅
医療推進フォーラム

日程◎9月15日(日) 午後1時半～4時
会場◎札幌市教育文化会館 大ホール
札幌市中央区北1条西13丁目

テーマ「市民が知りたい在宅医療の
ギモンにその道のエキスパート
がお答えします」

座長◎坂本 仁 静明館診療所 医師
吉崎秀夫 札幌在宅クリニックそよ風 医師

シンポジスト◎相澤友子 市立札幌病院退院調
整看護師／村山文彦 ケアマネ連協会長／堀元
進 旭町医院在宅医／藤原葉子 ホームケアク
リニック札幌在宅緩和ケア医／奥田龍人 施設
管理者／方波見謙一 北大病院救急医

定員◎1100人(無料、予約不要)

お問い合わせは北海道支部へ

函館地区懇話会

日程◎9月20日(金) 午後1時～3時
会場◎函館市総合福祉センター 4階大会議室
(函館市若松町33-6)

テーマ「人生会議で幸せに生き、
穏やかな死を」

講師◎柴田笑子 尊厳死協会北海道支部理事
定員◎100人(無料・予約不要)
お問い合わせは北海道支部へ

尊厳死協会の「人生会議」

日程◎第4回(救急医療と尊厳死②) 7月23日(火)
第5回(救急医療と尊厳死③) 8月20日(火)
第6回(認知症と尊厳死) 9月17日(火)
いずれも午前10時～12時

会場◎札幌エルプラザ(札幌市北区北8条西3丁
目。JR札幌駅北口近く)

定員◎先着22～24人。

お問い合わせは北海道支部へ

関西支部

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

公開講演会 in 江坂

日程◎11月9日(土) 午後(予定)
会場◎JEC日本研修センター江坂 大会議室
テーマの詳細は次号の会報等でお知らせします。
講師◎白山宏人 関西支部理事

第1回ならサロン交流会

日程◎9月15日(日) 午後1時～4時半
会場◎奈良県社会福祉総合センター5階研修室
テーマ「看取りを行う家族の心構え」
講師◎小出久美子 がん遺族の会・飛鳥の会副会長
定員◎50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、そのほか何でも。お気軽に
お茶を飲みながらおしゃべりしにお越しください。
日程◎毎月第2、4火曜日 午後1時～4時
7月9日、23日、8月20日(8月は1回です)。
9月10日、24日。

会場◎関西支部
お問い合わせは関西支部へ

関西支部 活動報告

現役高校生も論文を発表
「第3回リビング・ウイル研究会」で

3月16日(土)の13時30分から、関西支部「第3
回リビング・ウイル研究会 医学生、看護学生with
長尾和宏の白熱教室」を開催しました。関西支部
では、このような学生向けの研究会は初めてでし
た。学生の参加は数人でしたが、医師・看護師な
どの医療職の方々が80人参加されました。当日は、
現役高校生が「安楽死は日本で認められるの
か?」というテーマで論文発表をしてくれました。
10代の学生が死について真剣に考えていること
にも驚きで、みなさん熱心に聞き入っていました。
その後、長尾・関西支部長と参加者のディスカッ
ションは盛り上がり、活気ある研究会になりました。
参加された方からは、「継続して開催してほしい」
との要望が多くありました。関西支部の役割
として、今後もこのような若い医療者や学生にリ
ビング・ウイルの理解を深め、考える機会をつく
るための研究会を開催していきたいと思っていま
す。(支部理事・小宮悦子)

リビングウィル懇話会 in 伊勢

日程◎9月21日(土)午後1時半～
会場◎いせ市民活動センター北館
(いせシティプラザ)2階多目的ホール
(☎0596-20-4385、JR・近鉄伊勢市駅
から徒歩約6分)

挨拶◎野嶋庸平 東海北陸支部長

講演◎「最期まで笑顔で
生きられる街を創るために
～在宅医が考えたこと～」

講師◎良雪 雅 (支部理事
松阪市・いおうじ
応急クリニック院長)

定員◎300人(無料)

※講演のあとに意見交換が
あります。



第31回愛知サマーセミナー

日程◎7月15日(月・祝)午後2時50分から
会場◎南山高校(名古屋市昭和区五軒家町)

講演◎「尊厳死について考える」

講師◎益田雄一郎 (支部理事・みのかも西クリ
ニック院長)
南平好美 (支部理事)

主催◎名古屋市内の私立高校教職員組合と父母の
会などで組織する実行委員会。13～15日
の3日間で約2000講座、毎年約5万人が
参加。参加費は無料。

※講演のあとに意見交換があります。

地域サロンへどうぞ

日程◎8月27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
(地下鉄中村公園駅から徒歩5分)

終末期医療、在宅介護などを語り合いませんか。
希望者は支部までご連絡を。無料

東海北陸支部 活動報告

小冊子「これからの老年医療」を発行
——過去5年の抄録も合わせてHPに

東海北陸支部は、今年も愛知県医師会館大講
堂で開いた「シンクタンクの会(終末期医療の研
究会)」の講演、意見交換などの抄録を小冊子に
まとめ、発行しました。今回(9回目)のテーマは
「これからの老年医療」。

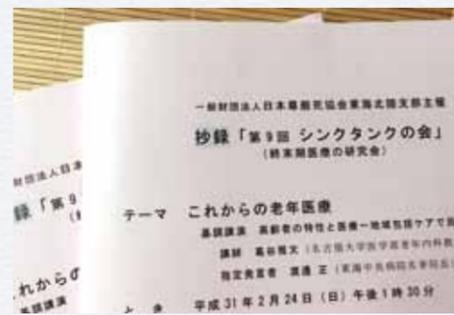
名古屋大学医学部老年内科の葛谷雅文教授が
「高齢者の特性と医療—地域包括ケアで目指すもの」
を演題に基調講演。渡邊正・東海中央病院名
誉院長が指定発言者となって、現在の高齢社会
が抱える諸問題を議論しました。

葛谷教授は、加齢と老化とは違う(歩行速度は
寿命をきれいに予測など)、平均寿命か健康寿命
か(「漫画サザエさん」では54歳なのに70代の顔
など)、フレイル状態の周知・認識(多病管理と高
齢者管理は違うなど)、地域包括ケアは産官学で
—に分けて話しました。

指定発言者との質疑では「適切が難しい高齢
者医療」「フレイルの判断基準はまだない」「納
まったら早く施設に戻せないか」「担当医同士の
意思疎通が欲しい」などのやり取りがありました。

会場参加者との意見交換では「治療か撤退か
主治医の悩みも大きい」「点滴をやらない文化が
広がれば…」「地域の支えも高齢者医療には必要」
などが交わされました。

小冊子はA4判22ページ。協会ホームページの
「支部の欄」に掲載します。これまでの「終末期の
自己決定—認知症の側面から」(平成26年)「回復
不能な遷延性意識障害(持続的植物状態)を考
える」(27年)「終末期と救急医療—医師の判断・患
者の意思」(28年)「がんの終末期医療と緩和ケ
ア」(29年)「終末期医療とリビングウィル」(30
年)と合わせて。(支部顧問・小林 司)



公開講演会 in 長野

日程◎7月12日(金)午後1時半～4時半
会場◎長野市ホト文化ホール・小ホール
JR長野駅下車 徒歩12分
☎026-226-0008

テーマ「リビングウィルと人生会議」

講師◎長尾和宏
日本尊厳死協会副理事長、医学博士

テーマ「住み慣れた地域で人生を
安らかに全うするには」

講師◎井 益雄 い内科クリニック院長
定員◎300人(無料・申込不要・先着順)

《地域サロン》のお知らせ

サロン in 溝の口

日程◎8月4日(日)午後2時～4時
会場◎高津市民館 11階第4会議室
(☎044-814-7603)

田園都市線溝の口駅、JR南武線武蔵溝ノ口
駅から徒歩2分

定員◎40人(無料・申込不要・先着順)

サロン in 軽井沢

日程◎8月17日(土)午後1時～3時
会場◎軽井沢町中央公民館第3会議室
(軽井沢町大字長倉2353-1、☎0267-45-
8446)

しなの鉄道中軽井沢駅から徒歩10分

定員◎30人(無料・申込不要・先着順)

サロン in 本郷

日程◎7月10日(水)、27日(土)
9月13日(金)、28日(土)
いずれも午後1時半～3時
※8月の「サロン in 本郷」はありません。

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(地下鉄丸ノ内線
が大江戸線本郷三丁目駅から徒歩約5分)。電話予約
が必要です。支部までお願いします。

関東甲信越支部 活動報告

「地域サロン」の場を広げたく

2019年度の支部活動を企画、検討する際に浮
上したのが、関東甲信越支部の地域ごとの活動を
どのようにして盛り上げていくか、ということであ
りました。

「関東甲信越支部」とは謳っているものの、実情
は「首都圏支部」のようなものです。東京、神奈川、
千葉、埼玉での活動は公開講演会やサロンをはじ
め、そこそこ盛んではあるけれど、それ以外のエリ
アでの活動はお寒い限りだったからです。

そこで今年度は、「地域サロン」を、最低2カ月
に一度は普段開催されない各県で開こうと企画し
ています。4月に新潟、6月に水戸、8月には軽井
沢で開催する予定です。今秋以降は、残る群馬、
栃木、山梨の各県で開催したいと思っています。
地元にお住まいの会員あるいはご理解のある受
容医の方々のご協力、お声がけを、是非ともお待
ちしているところです。30～40人が集まれる施
設は、地元住民でないと借りにくいなどの制約が
多いのが実情です。もちろん、会場の使用料は支
部にて負担し、集客手配も支部で行います。なに
とぞご協力をお願いします。

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。

公開講演会

日程◎10月6日(日)午後1時半～3時半
会場◎松江テルサ 大会議室
(島根県松江市朝日町478-18)

前半講演◎「自然な死は苦しくない」
講師◎松本祐二 松本医院院長・中国地方支部理事
後半講演◎「生かされて生きる命」
講師◎飯塚大幸 一畑薬師総本山一畑寺管長
定員◎120人(先着順)
※講演のあとにアンケートがあります。
お問い合わせは中国地方支部へ電話かFAXで。

リビングウイルノート・セミナー開催

協会刊行の「リビングウイルノート」を支部理事と一緒に見つめながら、最終段階の医療を考えてみませんか？

日程◎7月12日(金)午前10時40分～12時10分
8月9日(金)午前10時40分～12時10分
会場◎県民文化センター 5階503号室
(広島市中区大手町1-5-3)
定員◎10人(事前参加申し込みが必要。支部事務局へ直接電話かメールで)
参加費◎1000円(『リビングウイルノート』の書籍代金、すでにお持ちの方は無料)

九州支部

ふくおか公開講演会

日程◎7月27日(土)午後2時～4時(開場1時半)
会場◎天神ビル11階10号会議室 福岡市中央区天神2丁目12-1(☎0120-323-920)

テーマ「人生会議の主役はリビングウイルです」
講師◎長尾和宏 尊厳死協会副理事長・長尾クリニック院長
定員◎350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。

第4回ゼミナール

日程◎9月7日(土)午後1時半～3時
会場◎毎日福岡会館5階 尊厳死協会事務局(アクロスの前) 福岡市中央区天神1-16-1

中国地方支部 活動報告

LWノート・セミナーで分かったこと

このセミナー企画は、会員相互の連帯を深めるため、おしゃべりの時を持つことが必要ではないかとの思いで立ち上げたものです。会報173号が4月1日に発刊になって2、3日で、4月19日開催の「リビングウイルノート・セミナー」の定員10名がいっぱいとなりました。5月17日も同様でした。参加者は、みなさん、よく発言をされました。

今回の催しで、会員が連帯を求め、会員相互に話し合いを持ちたいと思っている人が大勢いらっしゃるのことがわかりました。お互いの思いに共感したいと考えている人も多しと感じられました。

セミナーでは、まず事務局長が、他のエンディングノートと違った部分、延命措置を取らない部分などについての説明を行いました。出席者の中には理想的なリビングウイルノートの所持者であり、会員の共感を間違いなく得られる人がおりました。会員証を常に身につけ、自分の終末期についての意見をしっかり持ち、それを書面にし、周りの人に知らせるという方法をとっておられたので、次回も出席をお願いし、来ていただくことにしました。(支部理事・古田隆規)

テーマ「厚労省がすすめる終末期医療におけるACPとは」
講師◎原 信之 尊厳死協会九州支部長、国立病院福岡東医療センター名誉院長
定員◎20人(無料、要申込)
お問い合わせ・申し込みは支部事務局へ。

かごしま公開講演会

日程◎7月21日(日)午後2時～4時
会場◎かごしま市民福祉プラザ5階大会議室
鹿児島市山下町15-1(☎099-221-6070)

テーマ「人生の最期のさいごに何が起こるか」
講師◎黒野明日嗣 尊厳死協会かごしま副会長、いづろ今村病院院長
定員◎200人(無料)
後援◎鹿児島県医師会、鹿児島県看護協会、鹿児島市医師会
お問い合わせは、尊厳死協会かごしま事務局(五反田内科クリニック内、井上 ☎099-259-2038)

一般公開

「第6回日本リビングウイル研究会・四国地方会 in 香川」

日程◎9月22日(日)午後1時～4時
会場◎レクザムホール(小ホール棟5階多目的大会議室「玉藻」B、高松市玉藻町9-10)

テーマ「あなたらしい最期を支えるために～尊厳死のあり方を考える～」

講師◎尊厳死協会会員遺族
大川裕子さん 高松市社会福祉協議会権利擁護センター長／上田利枝さん 一般社団法人キラメキ社会福祉士事務所代表理事／瑞田信弘さん 称讃寺住職 一般社団法人わライフネット代表理事

定員◎200人(無料、申込不要)
あなたらしい人生の終わり方、よりよい終末期のあり方と今後の尊厳死協会の活動を考える場として、一緒に考え学びましょう。どなたでもお気軽にお越しください。

支部サロン

リビングウイルノート作成学習会

最後まで自分らしく生きるために必要なのが「リビングウイル(LW)」です。LWと一緒に学び、自分のLWノートをつくりましょう。

日程◎
7月5日 在宅介護・看取りの現状と「介護施設たんぼぼ」のシステムおよび先進性について、市井ミヤ子さん=たんぼぼおもてなし課によるお話。
8月2日 社会福祉法人「ともの家」訪問、高齢者介護施設の現場見学
9月13日 野元正弘支部長より「自分らしい逝き方を可能にするには」について学ぶ。
※講習参加ご希望の方は支部事務局までご連絡をお願いします。

趣味あれこれ会

絵手紙教室を楽しみましょう。無料。どなたでも歓迎。
日程◎7月19日、9月20日(8月はお休み)
いずれも金曜日の午後1時半～3時半
会場◎支部事務所(松山市大手町)

四国支部 活動報告

ノート作成学習会と絵手紙

4月～10月までの日程で7回「リビングウイルノート作成学習会」を計画。初回の4月は協会発行の「リビングウイルノート」の該当箇所を参照しながら、二神重則支部理事が本人の病歴や入院時の医療処置、機器などについて語り、病歴記載の必要性を学びました。

2回目の5月は参加者8人でしたが、座談会のような何でも質問できる和んだ雰囲気の中で、社会福祉法人「ともの家」二宮美和子さんが、食べられなくなった時の胃ろうや点滴のこと、在宅と施設での看取りについて、現場で働いて来られた看護師の立場から話され、リビングウイルの必要性を学びました。

毎月第3金曜日の午後1時半から「趣味あれこれ会」で絵手紙教室を行っています。講師の玉井久子さん(会員)の指導のもと絵手紙を書いて、そ

れらの作品は案内状や催事の際に使って好評を得ています。



●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。

私の希望表明書

私は、協会発行の「リビング・ウィル（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 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）、電氣的除細動、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。

2018年度

「電話医療相談」の結果まとまる

「会員カードを、どのタイミングで出せばいいの?」などの相談も



となっています。

意思疎通の相談がトップ

（看護師2人）が交代で対応し、相談者に必要な情報を提供し支援する活動を行なっています。
このほど、その2018年度の相談結果がまとまりました。相談総件数は461件で、ここ数年横ばい。内容項目別件数（相談1件につき複数の内容項目にわたる）は1006件で、4年連続して1000件前後となっています。

相談内容を項目別でみると、「（尊厳死についての）医療内容に関すること」が半数以上を占め523件（52%）、次いで「一般医療（症状、治療、薬など）に関すること」が151件（15%）、日常の悩みや不安など「メンタルに関すること」が120件（12%）、「協会に関すること」が103件（10%）、「医療機関や施設などの情報に関すること」が95件（10%）

最も多かった「医療内容に関すること」を、さらに項目別でみると「医療機関・施設・家族との関係」が156件でトップでした。医師や家族と意思疎通をどうすればいいのかが、会員カード提出のタイミングはいつがいいのか、などの相談です。次に多かったのは「延命措置」について。人工呼吸器や人工栄養、補液、薬剤などについての悩みや質問、相談です。



かび上がってきます。尊厳死協会では今後も、リビング・ウィルの必要性を伝えつつ、相談者が抱える問題や混乱を整理し、必要な情報を提供していく活動を続けてまいります。「電話医療相談」のご利用をお待ちいたします。なお、次号（175号）からは、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会報の誌面で紹介していく予定です。相談者の個人情報特定されない範囲での掲載とさせていただきます。（郡司記）

ご寄付ありがとうございました (敬称略)

平成31年2月25日から令和元年5月31日迄にご寄付いただいた方々です。

坂本聡子 760	増田成子 1,116	市川勝子 11,500	匿名・埼玉県 3,230
岸本末松 2,800	笠原 博 50,000	稲葉修三郎 5,000	匿名・埼玉県 1,368
浅見清美 1,060	吉田安江 5,000	田代義人・美子 3,000	匿名・東京都 4,380
佐藤喜一 2,000	中村玉江 820	松浦郁代 2,800	匿名・東京都 20,000
川村とし子 2,620	本田 崇 3,000	横倉昭子 3,000	匿名・東京都 1,000
我孫子孝夫 10,000	水沼絵美 1,000	浅井君子 10,000	匿名・東京都 800
佐野弘一・静江 2,000	堤橋真津子 900	森 久美子 1,240	匿名・東京都 2,100
伊藤絹子 5,000	大江すみ枝 5,000	北村ヒロ子 4,338	匿名・東京都 900
加藤宏典 8,000	大石豊次 1,900	箱田達雄 5,000	匿名・東京都 1,106
田中美代子 23,400	草薙照子 900	杉浦好昭 8,900	匿名・神奈川県 10,000
大石佐和子 10,900	桜井富子 2,500	片岡由規子 2,000	匿名・神奈川県 5,000
遠山日出夫 10,000	山口 隆 5,000	藤田ミヤ子 20,220	匿名・神奈川県 2,000
菅原笑子 9,974	中島 明・淳子 2,000	中村英治 3,368	匿名・神奈川県 3,568
加藤順子 10,000	西川 明 3,000	徳田和夫・正子 1,000	匿名・神奈川県 1,113
宮本啓子 3,900	鈴木充子 10,000	斉藤順子 1,000	【北海道支部扱い】
富内雄二 20,000	井上美子 50,000	稲生小菊 50,000	匿名 5,000
内田市五郎 2,000	瀬谷淑子 10,000	坂本一二子 10,000	【関西支部扱い】
青木富二郎・佳子 10,000	白崎桃子 1,851	谷 啓子 29,342	山内悦子 2,000
岩村 巖・麗子 3,000	大泉アイ 5,000	川崎泰子 10,000	匿名 1,000
茂呂一男・富子 1,000	高柳美登里 3,900	羽生和美 10,000	【中国地方支部扱い】
木下定子 30,000	神 昌子 3,000	太田利枝 8,000	匿名 10,000
林 喜久江 10,000	小池哲雄 1,735	澤田雅哉 100,000	【四国支部扱い】
杉田茂子 10,000	倉田美保子 3,000	町田宗俊 880	徳永和子 100,000
築島廣子 5,000	草別好子 2,000	匿名・宮城県 540	

ご寄付は、現金書留、あるいは郵便振替口座「東京00130-6-16468」をご利用ください。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)

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。

●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。

●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。

編著 日本尊厳死協会 発行 中日新聞社

モルヒネは鎮痛薬の王者 あなたの痛みはとれる



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が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96報

2019年3月～2019年5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 精:精神科 麻:麻酔科 リハ:リハビリテーション科 リウ:リウマチ科 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 アレ:アレルギー科

医療施設名	診療科	医師名(敬称略)	施設所在地	電話
さかい総合内科クリニック	内・消内・漢方内	酒井 俊	北海道帯広市西9条南13丁目4-1	0155-23-1515
うしおだ健康クリニック	内・小	潮田英明	北海道帯広市大通南13丁目13-5 ぜんりん会館ビル1階	0155-65-5511
公立学校共済組合関東中央病院	光学医療診療科	渡邊一宏	東京都世田谷区上用賀6-25-1	03-3429-1171
立川ケアクリニック	緩和ケア内・麻	荘司輝昭	東京都立川市幸町5-71-15 コンフォートフラッツⅢ1階	042-534-6964
つながるクリニック	内	八森 淳	横浜市港南区野庭町665	045-848-2700
白羽会 つばさ在宅クリニック	内	永島徳人	千葉県船橋市駿河台1-33-8 コンフィデンス駿河台201	047-411-1666
柳井医院	内・小	柳井 仁	埼玉県所沢市元町21-7	04-2922-2005
下関市立角島診療所	内	藤永健太郎	山口県下関市豊北町大字角島1418-4	083-786-0735
内藤クリニック	外・内・循内・消内	内藤賢一	広島県福山市駅家町万能倉925-3	084-977-1070
たくま医院	内・小	詫摩和彦	長崎市深堀町3-285-3	095-871-3478
長崎大学病院	麻	石井浩二	長崎市坂本1-7-1	095-819-7370
せんだメディカルクリニック	整・内・リハ	千田治道	熊本市中央区島崎1-32-1	096-356-8223

【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。

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が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@sogenshi-kyokai.com
ホームページ
http://www.sogenshi-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

※北陸支部は東海支部に統合されました

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下さった方々
に深く感謝申し上げますとともに、その方々が私の要
望に従って下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「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

協会年会費払い込みには、自動払込制度(金融機関口座から
自動引き落とし制度)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。

- 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162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200円、
郵便局ATMが150円、コンビニが64円です。



『夏、おどる』
今号の1枚

Living Will 目次

— 会報2019年7月 No.174 —

- 02 インタビュー
元東レ役員
佐々木常夫さん
 - 07 第8回日本LW研究会の案内
 - 08 19年度事業計画・
予算決まる
 - 10 LW受容協力医師制度の展望
ルポ・横浜寿町の山中修医師の活動
 - 12 ●LWのひろば
 - 14 ●連載「四季の歌」海
 - 16 ●支部活動・報告
2019夏～秋
 - 22 18年度「電話医療相談」の結果
 - 23 「私の希望表明書」の書面
 - 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：10万9235人
(2019年6月4日現在)

次号は、
2019年10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

●当たり前のことですが、人は
一つのストーリーを紡いで生き
ています。そしてその幕を下ろ
す時、人生という「物語」が完結
します。女手一つで立派に育て
た4人の息子たちが母親の最期
に寄り添う。「母親の最期のあり
方」への意見はまちまちですが、
「巻頭インタビュー」の佐々木さ
んのお話から浮かぶその光景は、
まさに「人生会議」と言ってい
いでしよう。「最期をどうする
か」よりもむしろ、集まって最期
に寄り添い枕辺で親身に話し合
うことに「人生会議」の大きな
意味があるのかも。

横浜のドヤ街で、孤独死を
防ごうと奮闘する山中医師は、
「孤独死とは社会との関わりを
失った延長線上の死」と言いま
す。だから最期まで自分たちが
関わり合いを持つんだ、と。これ
も一つの「人生会議」でしょうか。
第8回となる「日本リビングウ
イル研究会」の今回のテーマは
「ストーリーとしての人生会議
(ACP)」。11月30日、「人生会議
の日」に開催されます。(郡司)

日本尊厳死協会の出版案内

好評
発売中!

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。



主な内容

- 尊厳死協会の会報「Living Will」のインタビューに登場された、小泉純一郎・元首相や脚本家の倉本聡さん、俳優の近藤正臣さん、秋野暢子さん、仁科亜季子さん、作家の北方謙三さんの名言を再録。
- 延命措置やACP(人生会議)など医療情報の解説や尊厳死協会の役割などのほか、「私の病気の記録」や「もしもの時の確認メモ」(健康保険証や基礎年金の番号など)、「終末期の最期の過ごし方の希望」「食べることができなくなった時の希望」……など、書き込むページや欄もたくさん詰まった**エンディングノートの決定版**。
- 「旅立ったあとで～大切な人へのメッセージ」や「旅立つ前に会っておきたい人」、「葬儀に呼んでほしい人」を書き込むリストの欄も充実

発行: ブックマン社
定価: 1100円(税別) A4判104ページ

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