

健やかに生き、安らかな最期を

# Living Will

2020年  
4月発行

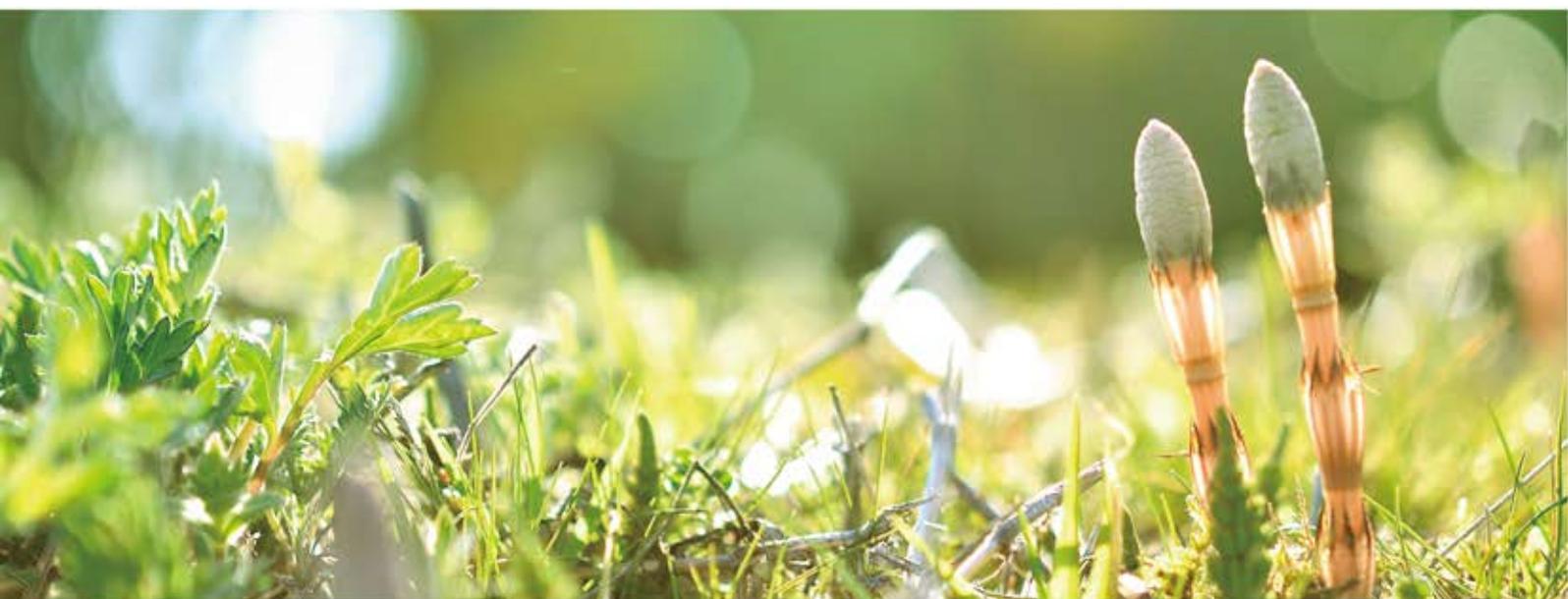
No. 177

リビング・ウイル

## 人生の最終章は 自分で書く

【基調講演】から  
ノンフィクション作家 柳田邦男さん

- 2019年「ご遺族アンケート」の結果
- 連載・電話・メール医療相談から
- 連載「四季の歌」春の小川



# 「人生の最終章」は自分で書く

第8回日本リビングウイル研究会が、昨年の11月30日に都内で開かれました。

テーマは「物語としての人生会議——リビング・ウイルを入口に」。期せずして「いい（11）看取り（30）」にかけた「人生会議の日」でした。その基調講演で柳田邦男さんは「人生の最終章は自分で書くんです」と、熱心な聴衆に切々と話されました。これはその抄録です。構成／会報編集・郡司武 写真／上坂誠

柳田邦男さん（ノンフィクション作家）

みなさん、こんにちは。今回、「物語」としての人生」という題での基調講演のお話をいただいた時、私、うれしい気持ちになりました。というのは、どんな人の人生も、たとえ40年であれ80年であれ、波乱に満ちている、人間が一生を生きるということは大変なことである、ということとは、作家として一貫して見つけてきた「人生の姿」なんですね。

生前親しくしていただいた臨床心理学者の河合隼雄先生も、「人は、あるいは人生は物語らないと分からない」と、よくおっしゃっていました。

## 「人生の文脈」のなかで死を位置づける

日本尊厳死協会が「リビング・ウイル」というモデルを作って、多くの人がそれを自分の意思表示として医療者に手渡すということ

が普及してきました。でも、そのリビング・ウイルの箇条書きを見ると、ややもすれば、ほとんどの人が「死ぬ瞬間」、つまり痛みや苦しみがなく穏やかな最期でありたい、という“瞬間風速”の次元で「死」をとらえている傾向が強い。だけれど、人間にとっての死は、果たしてそういうものだろうか。死ぬ瞬間の痛みや苦しみや不快感や不安や、そういうものだけで死をとらえるべきものであろうか——と、私は疑問を感じてきました。

リビング・ウイルで大事なこと

は、その人が何十年か生きてきた「人生の文脈」の中で、最終章となる月日をどう生きたら悔いなき最期を終えることができるか、そういう視野の中でリビング・ウイルをしっかりとらえ、その趣旨を箇条書きなどにも生かしていくべきではないか、と思っていたからです。そうした私の問題意識があります、それは少し置いて、話を進めていきます。

死の迎え方に関する日本人々の問題意識が大きく変わり始めたのは、1980年代だと私はみえています。1970年代から「が



柳田邦男さん

やなぎだ・くにお／1936年生まれ。東京大学経済学部卒業。NHK社会部記者を経て作家に。『死の医学』への日記『新・がん50人の勇気』など死と向き合った作品が多い。心、いのち、生き方の問題に深く取り組む、日本を代表するノンフィクション作家の一人。

ん死」を中心に医療者側と闘病する側との両者を、視野を広げて見ていく中で、「時代が変わりつつあるなあ」と私は感じ始めました。それを象徴的に示しているのが、闘病記が盛んに書かれるようになったことです。それ以前は、作家とか評論家とか学者とか著名な方が闘病記を書いていました。ところが80年代になると、職業や男女のいかに関わらず、しきりに書かれるようになる。そして90年代初めに、私が編集責任者になり、「同時代ノンフィクション選集」12巻を編集しました。

その第1巻は、従来のノンフィクションの通念を壊して、「生と死の現在」というテーマで闘病記を編集しました。さらに巻末に、戦後の作品年表を付けました。私は医学、医療、生と死、闘病記などに強い関心を持って70年代から仕事を始めたものですから、そういった関係の本や資料を収集しており、それをもとに年表を作成したわけです。その年表を見ますと、70年代は、闘病記にしろ、医療者の看取りの記録や医療のあり方にしろ、表はスカスカです。それが80年代にな



ると、びっしりと表が埋まってきて、90年代になると、さらに埋まってくる。これは人々の意識の変化ですね。死に関する本が書かれるということはそれを読む人がいるわけです。出版のビジネスとして成り立つ。つまり闘病記など「死に関する本が読まれる」という時代になってきたわけですね。こういう時代を、私は「死の社会化の時代」と名付けました。それまでは、家の中や病院で一人一人が家族に看取られてひっそりと死を迎えていました。「死」は、きわめてプライベートな出来事であったわけです。

それが、どう生きたか死んだかを社会に発信していく、社会で共有していく、そういう時代になってきました。それを示すものとして私は、「死の社会化」というキーワードを作ったんです。

## 書くことで生まれる「生きなおす力」

ではなぜ、人びとは闘病記を書くようになったのでしょうか。振

脈を作ることになるのですから、混沌としたカオス状態を整理することになります。心が整理される。もし文章にしなければ、依然としてカオス状態が続く、苦しみ続けることになります。

たとえば私家版であっても、本を出す誰かが読みますね。反応があるわけです。反応があると自分を客観視できます。そういうなかで、死を迎えるにあたって人生への納得というものは何によって得られるのか、それを見つけ出していくことになるんですね。

私は、どんな人でもその人生を俯瞰的にみると、大河ドラマか長編小説に匹敵すると思っています。高さや深さはともかく、山あり谷ありの人生です。大河ドラマあるいは長編小説であるからには、いくつもの「章」がありますね。多い人なら20章もあるかもしれませ

り返ってみると、戦後の20年間くらいは戦争体験や空襲体験が書かれました。それがだんだん少なくなり、それに代わって闘病記がし

きりに書かれるようになってきました。1人で悶々と病に苦しんでいるのを多くの人に知ってほしい、病気で気づいたことを誰かに伝えたい、自分自身が死を受け入れてどう生きるか生きたかの足跡を残したい、生きた証を確認したい、患者の辛さを医療者に知って欲しい……。こうした様々なニーズがあって、闘病記が書かれるようになってきました。あるいは、亡くなった方に寄り添ったことを身内の方が追悼記として書くということも出てきました。書くという行為は、人間が人生の最大のイベントである「死」を前にいかに生きなおすかという点で重要な意味を持つことになります。

最近では、レジリエンスという言葉が、災害関係、医療関係、福祉関係などで語られるようになってきました。生きなおす力、回復力、再生力という意味ですね。どう立

ち直って明日からの人生を生きていくか、ということでは、この闘病記とか追悼記が、なぜ生きなおす力になるのか。「余命1か月」とか「半年」と言われて、どのような生きなおす力になるのでしょうか。私の闘病記の研究では、人は、書くことによっ

て、ただ絶望や悲しみや鬱的状态の混沌の中で死を迎えるのではなく、残された日々を最大限有効に生かして納得のいく形で人生を締めくくりたい、と思うようになる例が多いのです。

人は、大事な人を失うとか自分が回復の見込みがない病気になるという事態に直面すると、そのショックで混乱状態に陥ります。「これからの老後を二人でゆったり過ごしたい」と思っていた矢先にご

が持てる「人生の最終章」になるのではないかと私は思っています。

## 「これからが自分の人生の本番」

私がこれまで取材したり書いたりした人たち、あるいは出版された闘病記などの中から、この「人生の最終章」についてみていきたいと思います。

1979年に出版された、肺がんで亡くなった40代の原崎百子さんの手記です。在宅で闘病しながら、肺がんが進行する中で日記をつけます。まだ「終末期医療」という言葉もない時代でした。がという言葉もない時代でした。がんが再発し、もう治療法がないという状態になった時、「主人が「再発転移し、予後は厳しい」と告げました。それに対し百子さんは、「ありがとう、ありがとう。良く話してくださいね。可哀そうに、さぞ辛かったことでしょう。そうだったのね、いろんなことがそれで分かってくる。私の人生はこれから本番なのだ。これまでの一切は、これからへのよき準備



主人が脳梗塞で倒れたとか、突然進行がんが発見されたとかですね。人が、そういう混乱状態の中で、言葉による表現、つまり闘病記を書くとか詩歌で表現するという行為は、大変大きな意味を持っています。文章を書くということは文

だったのだ」と書いたのです。「私の人生はこれからが本番なのだ」とは、「自分自身の人生を一つの物語としてとらえ、これから意識して最後の章を書いていくんだ」という意味ですね。

では「本番」とはどういう生き方なのでしょう。百子さんは、二児の母として、妻として、女性として、非常に自覚的な方でした。クリスマスでもありました。中学生の男の子が2人いました。そしてこう続けています。

「それでもやはり、私はリンゴの木を植える。そして、子どもの勉強の相手をしてやることを、やっぱりやります」。

「私はリンゴの木を植える」とは、マルティン・ルターの言葉とされています。「たとえ明日、地球が終わりでも私はリンゴの木を植える」というものです。明日、自分は亡くなるかもしれないけれど、たとえ今日1日のいのちであって、リンゴの木を植えるというのです。自分のいのちを最後の瞬間まで精

## 「どんな人でもその人生を俯瞰的に

## みると、大河ドラマか長編小説に…」

一杯全うするという確固とした意思表示ですね。

このように在宅でケアを受けながら、ベッドで子どもたちを絶えず視野に入れて日常を淡々とこなしていく。母としてやるべきことをやっていく。辛い病状であっても、最後の日々をしっかりと生きていく。なんとみごとに生き方でしょう。

自分で「人生の最終章を書く」という傾向は、1980年あたりからポツポツ出てきます。そして2000年代になると、こうした問題意識が社会的に広まって

いきます。これには日本尊厳死協会も大きな役割を果たしていると思います。私は「自分の死を創る時代」と名付けました。つまり「最終章を自分で書く」ということは

「自分の死を自分なりに創作する」ともいえるのです。

## 「最終章を書く人」をどう支えるか

一方で、「自分の死を創る人」をいかに支えていくかが、もう一つの課題になってきます。1990年代以降、支えるあり方が積極的になってきました。在

### (2)「人生の最終章」の生き方への気づき

- ・人生は山あり谷あり波瀾に満ちている
- ・それは多彩な章で構成されている

「たとえ明日、  
地球が終わりであっても、  
私はリンゴの樹を植える」

——M.ルター

柳田さんはパワーポイントで示しながら、会場いっぱい聴衆に、静かに語りかけるように話された。ハンカチで目頭をおさえる人もみられた。

## 「『死』を暗黙の了解事項として

## 最期の日々を支える、支え合う」

宅ホスピスケアが広まってきたのです。その芽生えの1つとして、89年に肝臓がんが見つかって半年ほどしか生きられなかった、40代の秋山光子さんについてお話しします。

その最後は、とても意味あるものでした。中学生と小学生のお子さんがおり、母として妻として、「家庭で闘病したい」と希望します。医師は在宅ホスピスケアの草分けで、往診してくれました。大手食品会社に勤めていたご主人は、「妻の最期をより良くする」ために介護休職を取ります。当時はそんな休職制度はありませんでしたが、「復職できなくても妻の最期に寄り添うほうが大事」という強い思いで休職を選びます。会社は、この後に介護休職制度を設けます。会社を動かしたんですね。また看護学校の教師だった妹は、京都から神奈川のお姉さん宅へ週

に1回通い、こうした介護を期に自分の人生を変えました。東京で新しい在宅ケアのあり方を開拓し、ナイチンゲール賞を受けます。秋田の高齢のお母さんも上京してきて、意識が薄れていく娘に「あんだ、意識があるうちに言い遣すべきことは言っておきなさい」と促します。子どもに対しても「意識がなくなっても耳は聞こえているんだから、あんなたち、お母さんに頻繁に声をかけなきゃダメよ」と教える。「死」を暗黙の了解事項として、最期の日々を支え、支え合う取り組みのはじまりでした。今、全国各地で、こうした「最終章を創る人たち」を支える新しい社会的システムが、多様な形で展開され始めています。まさに新しい時代に入ってきたと言えます。このあたりで、死への問題意識に関する基調講演を終わりにします。

# 「看取りの道しるべ」としてとても重要……

「家族の選択の道しるべが、尊厳死協会に入会していることでした。経験で気づいたことですが、言葉にはできない感覚的な多くのことが存在していました。」

——そんなリアルな声も届きました。「ご遺族アンケート」に寄せられた様々な声を紹介します。

妻（62歳）の8年にわたる闘病の、  
心の支えになりました。

神奈川県

「ご本人（83歳）の尊厳と  
美学への強い意思を  
尊重しました」

と医師に言っていたきました。

京都府

●夫（87歳）は散り際、引き際にこだわりを持っていた人です。協会のことは年始めに家族全員に伝えていました。生前整理もほとんど終え、シナリオ通り格好よく旅立ちました。（三重県）

●後に残された私を感じたこと、それは「女性は強い」「主婦はえらい」。妻（81歳）の体調が悪いとはダウン直前まで気づきませんでした。ある日、手洗いからなかなか出てこないの、気になって見に行ったら、廊下に倒れていて手足が冷たくなっていました。あわてて救急車を呼びましたが、「前からの約束でしょ、救急車は呼ばないで」と頭をかすかに上げて言いました。意識が朦朧とした中、こう言うとは……。その後回復し、養護院へ移るも感染症のため亡くなりました。（神奈川県）

●母（100歳）の場合、二人の

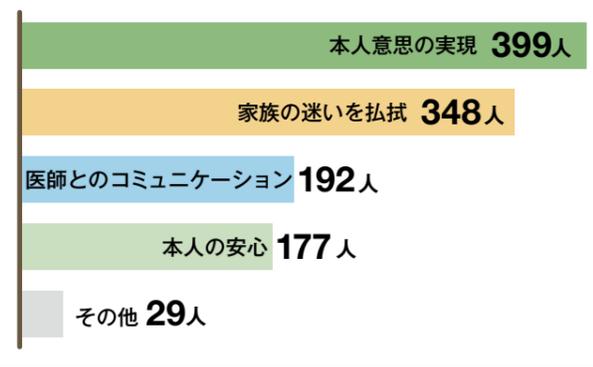
娘家族とも会員で、理解していたので良かったのですが、これからは、家族のいない方などの意思をどのように伝えたらよいかなど、高齢化社会に適応した制度作りを望みます。（京都府）

●父（95歳）に寄り添って見守ることが出来たのは、「延命措置はいらぬ」という父の強い意思があつてこそです。娘として、どうしたら父が心地よく過ごせるか悩んで心身が乱れ、不安な状態となりましたが、周囲の方々に支えられ、父を見送ることが出来ました。母の死後、ほんのわずかな生活用品だけ残して家の中を整理し、他人の手を借りず生活してきた父。見事でした。父は協会に入ったことに支えられていたのでしょうか。

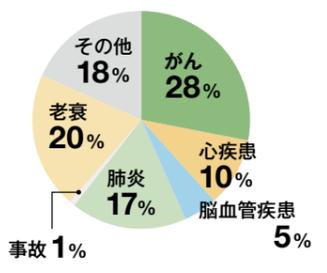
茨城県

●その場に立ってみないと人の心、行動など予測できるはずもな

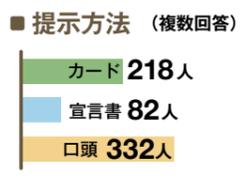
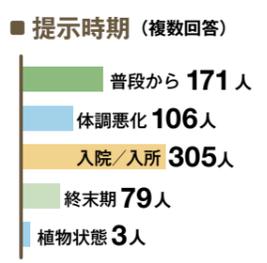
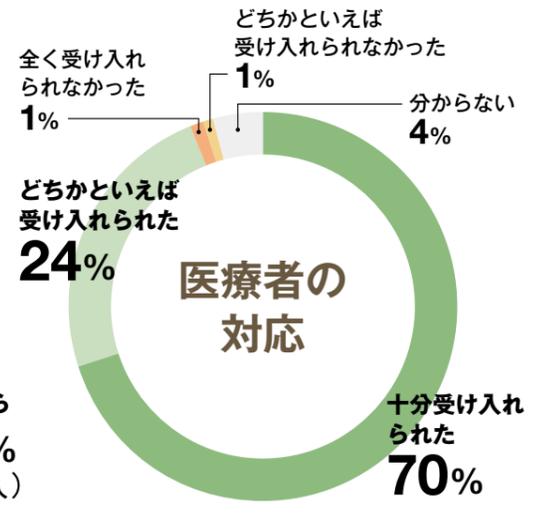
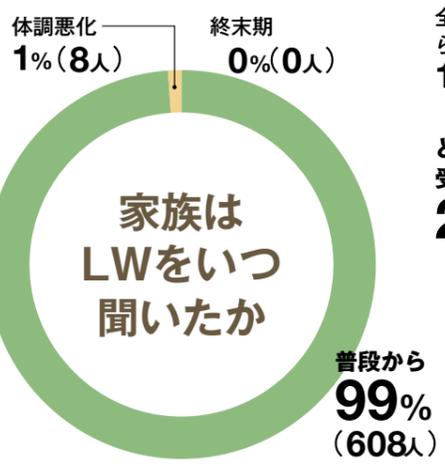
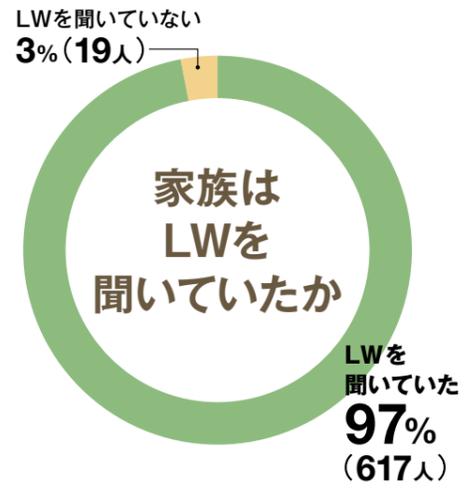
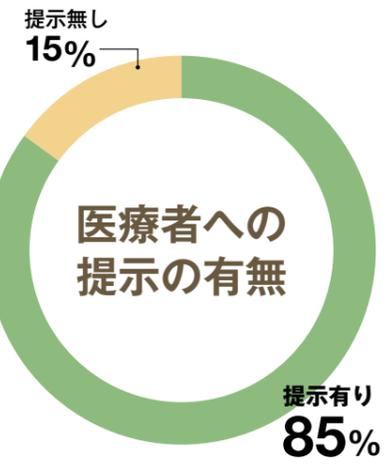
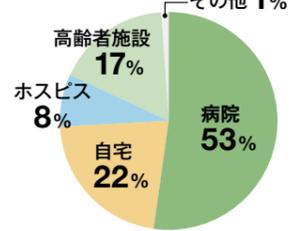
■ LWの意味 (複数回答)



■ 死亡原因



■ 亡くなられた場所



「本人の意思を実現できた」が最多

協会では、亡くなられた会員の遺族に協力していただき、リビング・ウィル（LW）が役立つかどうかについて、アンケート調査をしています。2019年は640人の方から回答をいただきました。

541人（85%）がLWを医療者に伝えていて、「LWは受け入れられましたか」の質問には「十分受け入れられた」と思う「が70%、どちらかといえば受け入れられたと思う」は24%で、合わせて94%のご遺族がLWの効果を認めています。

2年前からスタートした「LWはご家族にとってどういう意味を持ちましたか」を伺うアンケートも行なっています。

夫（86歳）の最後が、何本ものチューブにつながれるような姿ではなくて良かったと思う一方、本当にこれで良かったのかとの思いもあります。

自分のわがままかもしれませんが、「生きていてくれるだけで良かったのに」という思いは、いまも消えません。

東京都

い、ということをも母（73歳）を亡くして感じました。母が協会の会員でよかった。会員でなければ、親子、兄弟で揉め事が起きてても不思議ではない状況でした。（徳島県）

●肺がんで亡くなった夫（66歳）は、担当医師から余命を宣告されていたわけではないので、自分が終末期であるという自覚が持ちにくかったようです。もしかしたらまだ治療の可能性があるのではな

いかという思いと、これ以上は治療を受けずに過ごそうという思いの間で揺れ動いていたようです。最後はこうしたいと決めていても、その最後がいつなのか、まさに今なのか、を自覚するのは本当に難しいと痛感しました。（大阪府）

●看取りの2週間は選択の連続でした。延命措置の知識はあっても、実際の判断に迷うばかり。お世話になるホームの方、看護師、医師、

家族の全員の気持ちの共有がとても大切でした。看取りのその時、たとえ本人のはっきりとした意思確認が出来ないとしても、本人の意向こそが、関わる全員の納得の選択になりました。そしてその本人の意向の確認、家族の選択の道しるべが、尊厳死協会に入会していることでした。このことは事前には分からないことでした。経験で気づいたことです。言葉にはできない感覚的な多くのことが存在していました。尊厳死協会の存在こそが、看取りの道しるべとしてとても重要でした。（神奈川県）

●電話で救急隊員から母（89歳）の処置方法を確認された際に、「助からないならば延命措置をしないでください」と迷いなく答えることができました。本当によいか、の確認の電話が5回ほどありましたが、その都度、迷わず判断できました。しかしそれでも後日、それで良かったのかと心が揺れたので、母が協会に入会していたという事実が助けられました。（東京都）

●病院、高齢者施設ともに、父（80歳）のリビング・ウィルの受け入れは難しかったです。「見殺しにするようなことは避けたい、医療従事者としてできない」と言われました。それでも医師の中には、「できるだけ希望に沿える方法には、このような方法がありません」と提示してくれる方もいました。見殺しにするようなことは避けたいが、本人の気持ちもわかる、という感じでした。子供としても、いざその時になると、やはり何とか生き延びる方を選んでしまいたい気持ちになりました。（福岡県）

●ほとんど会話のない父娘でしたから、父（83歳）が協会に登録していることは知りませんでした。父の死後整理をしているときにリビング・ウィルと「私の希望表明書」が見つかった次第です。希望表明書の中の、「医師が回復不能と判断した時、私がして欲しくないこと」にすべてチェックがしてあったのを見て、父の気持ちがあったと同時に悲しい思いもしました。死後ではありましたが、父の気持ちを教えてください、ありがとうございます。（東京都）

## 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。

# 会報のメール配信登録のご案内

## 会報「リビング・ウィル」を メールマガジンとしてお送りしています

入会ご希望の方にお送りしております「入会のご案内」の中に、「リビング・ウィル—Living Will—」終末期医療における事前指示書—」があります。その記入欄に、「氏名」「住所」とともに、2017年7月改訂版からメールアドレスをお書きいただく欄を設けています。

お書きいただく方はまだ少なく、入会者の5割ほどにとどまっています。それでもメールアドレスの登録は7300件を超えました。その際にご告知しておりました「会報のメールマガジン配信」を、2018年の会報7月号（6月25日配信）から開始いたしました。現会員の方で希望される方は、日本尊厳死協会のHP（ホームページ）からアクセスして、メールアドレスの登録をお願いします。ご登録次第、配信を開始いたします。

### 発行の目的

会員が必要とする情報を逐次配信する連絡ツールとしても活用します

### 登録のメリット

協会から送られる情報を共有し、会報をいち早く読むことができます

### 発行日と頻度

会報は1月、4月、7月、10月の各1日発行の年4回ですが、メールマガジンは前月の25日に配信します

### 料金

無料

会報をいち早く  
読むことができます



四季の歌  
—の風景と詩歌—

春の小川



「人生の最終章は自分で書く」



柳田邦男さん  
「人生の最終章は自分で書く」

柳田邦男さん  
「人生の最終章は自分で書く」



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

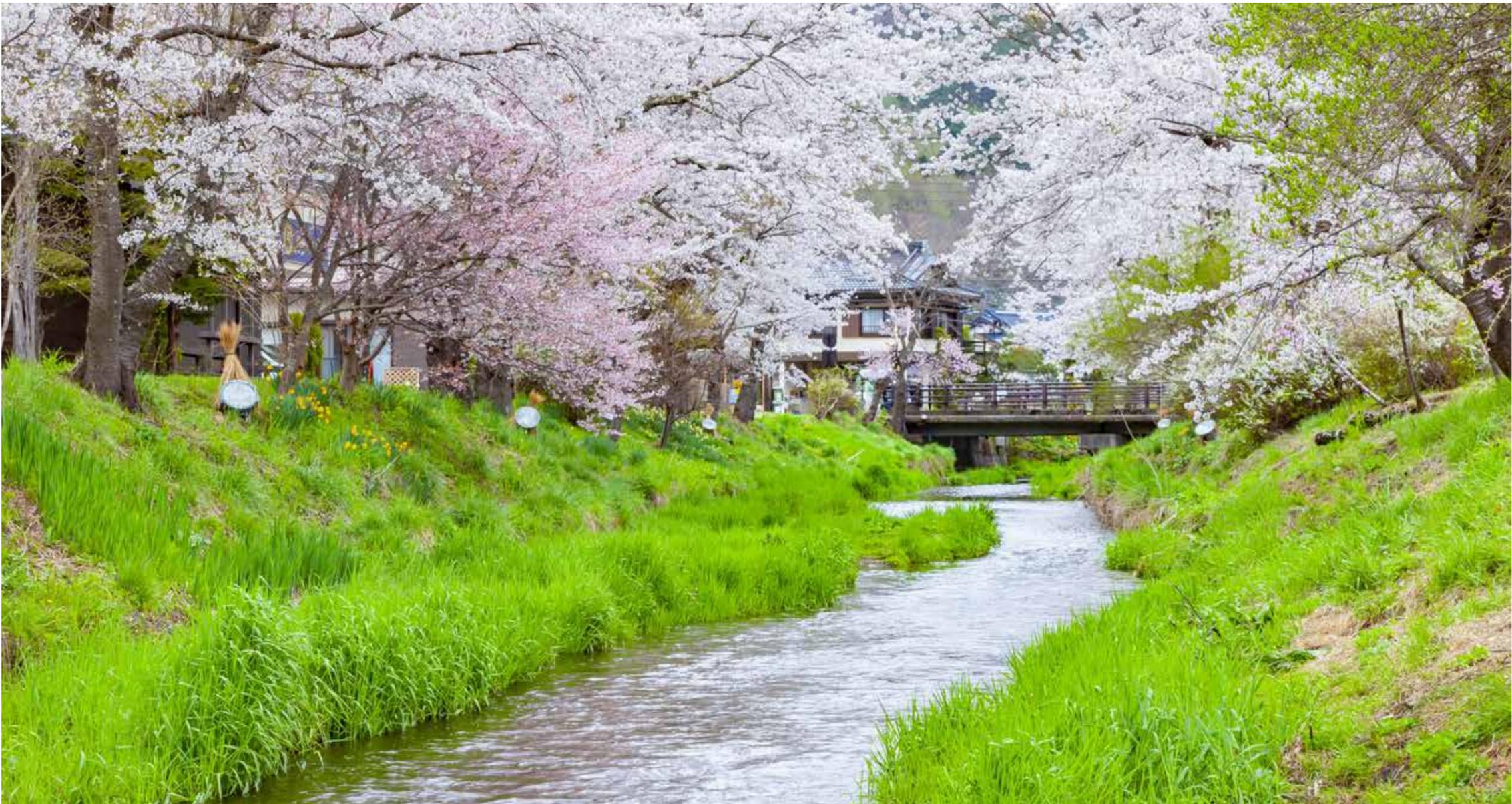
# 四季の歌

— その風景と背景 —

第十二回

## 春の小川

● 文部省唱歌



春の小川は さらさら流る。  
岸のすみれや れんげの花に、  
においめでたく 色うつくしく  
咲けよ咲けよと ささやく如く。

春の小川は さらさら流る。  
蝦やめだかや 小鮒の群に、  
今日も一日 ひなたに出でて  
遊べ遊べと ささやく如く。

春の小川は さらさら流る。  
歌の上手よ いとしき子ども、  
声をそろえて 小川の歌を  
うたえうたえと ささやく如く。

〔尋常小学唱歌(四)〕大元・12より

右の歌詞は、大正元(1912)年に4年生用の音楽教科書に載ったもの。その後、歌詞は2回、変更され、今の「...さらさら行くよ」「すがたやさしく 色うつくしく」...ささやきながら」などになっている。「へうさぎ追いし かの山...」の「故郷」の黄金コンビ、高野辰之の作詞・岡野貞一の作曲とされ、100年以上にわたって、日本の春を代表する唱歌として世代を超えて歌い継がれてきた。

さて、「スマイレやレンゲ、小鮒やメダカ」が情景豊かに歌われている、この小川はどこでしょうか？ テレビのクイズなどでもよく取り上げられるように、答えは「東京・渋谷区の河骨川」とされている。小田急線の線路沿いに「春の小川」の歌碑も立つ。当時、高野が渋谷区代々木に居を構えていたから、というのが理由だが、高野の出身地である北信州の長野県中野市あたりが舞台ではないかとの説もある。

東北支部

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

第9回 春の公開講演会  
「在宅医療」

日程◎ 5月24日(日) 午後1時半～3時45分

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)

挨拶 「仙台市の在宅医療とリビング・ウイル」  
(阿見孝雄・支部長)

講演1 「在宅医療」の実際

講師◎ 市原利晃

(秋田市・秋田往診  
クリニック院長  
尊厳死協会支部理事)



講演2 「あなたなら、どのような最期を  
どこで迎えたいですか」

講師◎ 今野まゆみ

(仙台市・  
ホームホスピス  
にじいろのいえ代表)



定員◎ 先着300人(無料)

お問い合わせは東北支部へ。

第36回「仙台駅横  
リビング・ウイル 交流サロン」

日程◎ 4月17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「“人生会議”を談義する—  
その期待と課題」

閉会後に、個別の「ご相談タイム」を15分ほど設けます。元支部顧問(医師)、支部役員への個人的なご相談も、お気軽に、どうぞ。お誘い合せて、どなたでもご参加ください。参加費無料。

リビング・ウイル交流サロンin盛岡

日程◎ 5月29日(金) 午後2時～3時半

会場◎ 「aiinaアイーナ」7階 702号室  
(JR盛岡駅西口 徒歩4分)

テーマ「“人生会議”と尊厳死—  
リビング・ウイルこそ基本」

定員◎40人(無料)

お誘い合せて、どなたでもご参加ください。閉会後に、「ご相談タイム」を15分ほど設けます。支部役員への個人的なご相談やご質問も、お気軽に、どうぞ。

東北支部 活動報告

地方こそ「在宅医療」

仙台地域の「在宅療養支援診療所」の割合は、全国14ある政令指定都市では14位。つまり、ピリです。では仙台市の「在宅で最期を迎える方」の比率はどうでしょうか。なんと、政令指定都市のトップクラスです。全国で約6割の方が在宅で最期を迎えたいと希望していますが、仙台地域では17.7%の方が自宅で最期を迎えています。全国の平均は13%。仙台では、およそ三人に一人が自分の願いが適った人生の締めくくりになっているというわけです。

この不思議な理由について仙台市の担当の方に尋ねたところ、「数は少ないが、一療養所あたりの看取り者数が多い」「受け入れ診療所が専門化し内容が充実」「在宅医療を支える介護を含めた組織の充実と連携」「病気の予防と健康診断(※筆者注 全国に先駆けた集団レントゲン検診など)に力を入れてきた歴史と伝統」「つまりは“仙台の文化”とでもいえるでしょうか…」。

このような答えが返ってきました。「在宅医療」を始めから無理と考えずに、かかりつけの医師や地域包括支援センターなどに、まずは自分の希望を話してみましょう。躊躇や遠慮は禁物です。

仙台市だけではなくありません。昨年の「日本リビング・ウイル研究会東北地方会」では、岩手県北上市の『わたしのきぼうノート』を核とする、全国的にも先進的な活動の実践例が紹介されました。みんなで、人生の心づもりを考えまじょうと、行政機関や医療・介護施設、そして町内会をはじめとする地域の住民の誰でもが、自発的に参加できる取り組みの実施例です。

地方の暮らしは、大都市部に比べ、お互いの顔が見えやすい身近な関係です。それだけに、声を出せば、希望を伝えれば、自分や家族の共通の思いや願いが、地域では実現する可能性が高いともいえます。一人で、あるいは家族だけで抱え込まないで、かかりつけ医や地域包括ケア支援センター、市町村の担当課などに希望を伝えてみて下さい。

今回の「春の公開講演会「在宅医療」」では、全国注目の実践例に懸命に取り組む当事者の専門家から詳しく話をうかがえるまたとない機会と、思っています。

(支部長 阿見孝雄)

北海道支部

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

市民公開講演会in札幌

日程◎ 5月29日(金) 午後1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「在宅緩和ケア医が皆さんに  
お伝えしたいこと」

講師◎ 藤原葉子(医療法人徳洲会  
ホームケアクリニック札幌院長)

定員◎ 300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◎ 5月19日(火)10:00～12:00

会場◎ 札幌エルプラザ4階 大研修室C(札幌市北区  
北8条西3丁目) JR札幌駅北口近く

テーマ「第12回 終末期の栄養、水分補給」

定員◎ 先着30人(無料・予約不要)

※テーマに変更がある場合がございます。お問い合わせは北海道支部へ。

関西支部

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

第5回  
関西リビング・ウイル研究会

日程◎ 7月11日(土) 午後1時半～4時

会場◎ JEC日本研修センター江坂  
5階大会議室  
地下鉄御堂筋線江坂駅から徒歩1分

テーマ「海外の終末期事情  
～各国のリビング・ウイル、  
安楽死法から日本を顧みる～」(仮)

講師◎ 支部理事

オブザーバー◎長尾和宏  
(尊厳死協会副理事長、医師)

定員◎ 200人(無料、申し込みは関西支部へ)

旭川上川地区懇話会

日程◎ 5月19日(火) 午後7時～8時半

会場◎ 旭川市民活動交流センター CoCoDe2階会議  
・研修室①②(旭川市宮前1条3丁目3番30号)

テーマ「遺言(いごん)・遺言(ゆいごん)について」

講師◎ 佐々木 啓(行政書士KEI法務事務所)

定員◎ 50人(無料、要予約)

お問い合わせは、旭川上川地区懇話会事務局  
小規模多機能型介護施設グレイス(担当・木林)  
0166-34-0488 Fax0166-34-0499  
info@grace-asahikawa.net  
※5月15日までに、電話、ファクス、メールで申し込んでください。

第30回尊厳死を考える定期講演会

日程◎ 5月9日(土) 午後1時半～(予定)

会場◎ とかちプラザ(帯広市西4条南13丁目1番  
地) JR帯広駅南口正面

テーマ「最新の外科医療」

講師◎ 市之川正臣(帯広厚生病院外科医長)

定員◎ 60人(無料、予約不要)

お問い合わせは北海道支部へ。

サロン交流会

日程◎ 6月2日(火) 午後1時半～3時半

会場◎ 関西支部

テーマ「人生会議を、一緒に体験しませんか?」  
～簡単な紹介、記入、話し合い～

講師◎ 小澤和夫(支部顧問)

定員◎ 14人(無料、申込は関西支部へ)

リビング・ウイルサロン

新大阪にある関西支部の事務所で、リビング・ウイルや尊厳死のことなどを語り合ひましょう。気軽におしゃべりに来てください。

日程◎毎月第2、4火曜日。午後1時～4時  
4月14日、28日。5月12日、26日、  
6月9日、23日。

リビングウイル懇話会in熱海

日程◎ 4月12日(日) 午後1時半～4時  
(受付は1時～)

会場◎ 起雲閣・音楽サロン(熱海市昭和町4-2)  
JR熱海駅から徒歩20分。熱海駅から  
バスで「起雲閣前」下車すぐ

テーマ「本当に知りたかったACP  
～人と社会が生きる人生会議～」

講師◎ 大河内章三  
(居宅介護支援事業所ケアマネジャー)

定員◎ 150人(無料、申込不要)

リビングウイル懇話会in金沢

日程◎ 6月7日(日) 午後2時～4時半  
(受付は1時半～)

会場◎ 金沢市文化ホール2階大会議室  
(金沢市高岡町15-1)  
JR金沢駅から徒歩15分「南町・尾山神社」  
下車すぐ

※会場駐車場は利用できませんので、公共交通機  
関をご利用ください。

テーマ「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、三重県松阪市・  
いおうじ応急クリニック院長)

定員◎ 80人(無料、申込不要)

地域サロンへのお誘い

日程◎ 4月28日(火)、6月23日(火)。  
いずれも午後1時半～3時

会場◎ 名古屋市東区中村の青木記念ホール  
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

「緩和ケア学び隊」が好評

支部理事の安藤明夫さん(中日新聞編集委員)  
が主宰する「緩和ケア学び隊」が、好評。大橋洋  
平さん(海南病院緩和ケア医、「緩和ケア医が、が  
んになって」筆者)を招いた今年1月28日も、会場  
の青木記念ホールには定員を上回る30人以上が  
集まりました。支部の協賛事業の一つです。

安藤さんがかかわりを持つようになったのは  
2016年。元支部長の故・青木仁子さんから運営  
の委託を受けました。その後毎月1回、医療関係  
者を招いて、青木さんや支部理事の伊世利子さ  
んらとともに「闘病の中で奥深く重要なテーマで  
ある緩和ケア」の勉強会として開催。青木さんの  
病状が進んだため2017年、安藤さんが代表を引  
き継ぎました。

開催日は毎月第1日曜日でしたが、2018年度  
から隔月の第4火曜日午後に変更。開催は30回  
以上を数えています。参加費は毎回500円。講師  
の顔ぶれは、医師(緩和ケア医、在宅診療医、泌  
尿器科医)、看護師、薬剤師ら専門職と、がん患者、  
ご家族を看取った方、看取りをテーマに映画を  
つくった監督など多彩で、支部の啓発活動を補  
完する貴重な機会となっています。「地域の方々  
が気軽に緩和ケアの勉強をできる場であってほ  
しい、という青木さんの思いを守っています。お  
もしろくて役に立つ講座を続けていければ」と安  
藤さんは意欲的に話しています。

(支部長・野嶋庸平)



緩和ケア学び隊で  
進行役を務める安  
藤支部理事(右)

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)

協会本部で、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in町田

日程◎ 6月6日(土) 午前9時半～11時半

会場◎ 町田市文化交流センター(6階ホール)  
JR横浜線・小田急線町田駅から徒歩5分  
☎042-710-6611

テーマ「どうすれば穏やかに旅立てるか」

講師◎ 長尾和宏(尊厳死協会副理事長、医師)

定員◎ 200人(無料・申込不要)

サロンin橋本

日程◎ 4月20日(月) 午後2時～4時

会場◎ ソレイユさがみ 第3セミナールーム  
(イオン橋本店6階)  
JR横浜線・京王相模原線橋本駅から徒歩1分  
☎042-775-1775

定員◎ 24人(無料・申込不要)

サロンin町田

日程◎ 5月15日(金) 午後1時半～3時半

会場◎ ぽっぽ町田 会議室3  
JR横浜線・小田急線町田駅から徒歩5分  
☎042-723-8770

定員◎ 20人(無料・申込不要)

サロンin南大沢

日程◎ 5月16日(土) 午後2時～4時

会場◎ 南大沢文化会館 第2会議室  
京王相模原線南大沢駅から徒歩3分  
☎042-679-2202

定員◎ 36人(無料・申込不要)

サロンin本郷

日程◎ 4月17日(金)、25日(土)

5月15日(金)、23日(土)

6月19日(金)、27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  
地下鉄丸ノ内線・大江戸線本郷三丁目駅から徒歩5分。参加は無料。電話予約が必要です

関東甲信越支部 活動報告

初の受容医懇談会を開催

2月15日(土)、支部としては初の試みとして  
「リビングウイル受容医懇談会」と銘打った研究  
会&勉強会を、都内の大森医師会館で開催しま  
した。

“新型コロナウイルス騒動”の真っ最中でしたが、  
22人の熱心な医師のご参加をいただきました。  
総合病院勤務、在宅医療、救急病棟担当など、そ  
れぞれ立場の違いも踏まえて、様々な意見や苦  
心あるいは悩みなどを述べ合う熱いディスカッ  
ションが行われました。講演名と講演者を以下に  
記します。

「終末期医療について考える一救急医療の現  
場から」(本多満・東邦大学医療センター大森  
病院救急救命センター診療部長)・「ACPを考  
える」(岡崎史子・慈恵医科大学教育センター講師、  
支部理事)・「訪問診療に必要な事前指示の確認」  
(伊藤嘉晃・大森山王病院院長)・「在宅と外来の  
はざま」(杉浦敏之・杉浦医院院長、支部理  
事)・「人生の最終段階に患者の意向を医療にど  
う活かすのか?」(鈴木央・鈴木内科医院院長、  
支部理事)。

タイトルだけでは、中身がわかりにくいと思  
いますが、皆さんが医療現場で日頃感じているこ  
とを素直に語っていただけたように思いました。  
運営面などでご協力いただいた大森医師会に感  
謝申し上げます。



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

## 一般社団法人 終活サポート協会主催 懇談会

日程◎ 4月18日(土)午後1時30分～  
会場◎ 松山市(株)リンク2階

尊厳死活動指向先開拓の一環として、県内の公民館・介護関連施設や考えを同じとする他団体などへの案内状に呼応して出前講座の要請を受けました。LWの必要性がACPと相まって広く市民に受け入れられる内容で、支部愛媛事務所が対応します。

## 日本リビングウイール研究会・ 四国地方会

今年度の日本LW研究会・四国地方会は9月27日(日)徳島市「四国大学交流プラザ」で開催決定。詳細は7月号会報誌でご案内いたします。

### お知らせ

四国支部の尊厳死普及活動は、愛媛・香川・徳島・高知の各県事務所が主体となり地域に密着した内容で実施しています。

講演会・懇談会やその他活動について、居住地の下記事務所にお気軽にお問い合わせください。

#### ・日本尊厳死協会四国支部・愛媛

〒791-0295 愛媛県東温市志津川  
愛媛大学医学部臨床腫瘍学内  
事務長：薬師神芳洋  
TEL：089-960-5969  
e-mail:oncology@m.ehime-u.ac.jp

#### ・日本尊厳死協会四国支部・香川

〒760-0076 香川県高松市観光町538-2  
あさひクリニック内  
事務長：鶴見大樹  
TEL：087-831-0280 FAX：087-831-0285  
e-mail:info@asahi-cl.jp

#### ・日本尊厳死協会四国支部・徳島

〒779-3208 徳島県名西郡石井町高原字中島411  
事務長：片岡秀雄  
TEL：090-1328-6116  
e-mail:kataoka.hideo@gmail.com

#### ・日本尊厳死協会四国支部・高知

〒781-2120 高知県吾川郡いの町枝川847-9  
事務長：村岡高光  
TEL/FAX：088-892-4791  
e-mail:tutiwoaisu@ma.pikara.ne.jp

### 四国支部 活動報告

#### 普及活動や講演会に活気

2月14日(金)、松山市男女共同参画推進センター・コムズ主催の20周年記念の分科会で、尊厳死の普及活動を実施しました。

野元正弘支部長が「人生会議」について解説、LWの必要性を説きました。人生100年時代での自分の役割として、次の世代によりメッセージを送れるよう、健やかに穏やかに過ごし、逝くときに後悔しない生き方を話しました。次に、行政書士の小西光子さんが、後見人制度と課題、これからの終活を、会場と意見交換しながら事例をあげて話し、認知症だけでなく、さまざまな場面で活用できる制度であることを学びました。

回収したアンケート(48人中33人)では、尊厳死協会の「知っている・いない」は半々。4分の3が非会員ということなどを考えると、協会の認知度はまだまだ高くなる可能性があると感じました。自由記述では、「改めて人生会議を知ることができた」「成年後見人制度をよく知らなかった。もっと知りたい」などの回答がありました。

2月16日(日)には、「一般公開講演会」を高知市で開催しました。第1部では、北村龍彦・高知代表(近森病院理事)が「人生会議とは…話し合うことから始めましょう」をテーマに、人生を生き抜くこと、人生会議の必要性について、人生の終末期のタイプなどについて説明を行いました。

第2部では、小松倫子・支部高知役員が「事例を通して一緒に考えてみましょう、尊厳を持って生きるために」のテーマで、実際に経験した事例を通して、参加者のみなさんと一緒に考えました。配布した資料「今しておきたいこと、大切な心の準備」の「希望、思い」に関して考えてもらい、その希望を、かかわりのある方(家族や医師など)にきちんと伝えているかどうか、を記入し発表し、参加者と講師が質疑応答して理解を深めました。



### 中国地方支部 活動報告

#### 「出前講座」もいろいろ

昨年10月から11月にかけて「出前講座」として、おやじの会(高齢男性の会)や町内会レベルの老人会、さらに地区の内科医師会総会の会場などで、協会の概要や趣意、人生会議(ACP)やリビング・ウイールなどについて、30分～1時間ほど、お話をさせていただきました。

出前講座の形態などはさまざまですが、中には、動画や資料などを交えて濃密に1時間半もお話させていただくこともあります。前述のおやじの会では、協会が発行している会報を資料として用い、協会活動の内容、リビング・ウイールやLW受容協力医の説明をさせていただきました。終活ばかりですが、自分一人で決め、取り組めるものでもないで、地域や友人、家族とともに考え行動すると良い結果につながることを伝えさせていただきました。出前講座後の懇親会では、「トン汁」をご馳走になりました。

5人程度の少人数でもかまいませんので、ご遠慮なく中国地方支部までお声かけください。



#### 「終活LWサロン」のご案内

昨年11月30日、「いい看取りの日」に東京で開催された第8回LW研究会「物語としての人生会議(ACP)ーリビング・ウイールを入口にー」のビデオ上映会を主としたサロンの開催を、「終活LWサロン」と題した小規模なイベントとして計画しています。

大規模なイベントとしては、今年の後半に広島市で公開講演会の開催を企画検討していますが、一方で「終活LWサロン」は、中国地方圏内の市町村へ広く、尊厳死協会の持つ情報を会員の方や一般の方へ、出来るだけお近くまでお届けすべく地方行脚をイメージしています。そのため会場は小規模となり20名程度の定員を想定しております。開催日や実施回数、開催地など限定することになりますが、できるだけこれまでイベントを開催していないような市町村、車での移動が主となる中山間地域をも含めてサロンの開催を予定しております。

中国地方支部「終活LWサロン」の第一弾となる5月・6月開催予定は以下。

- 5月16日(土)、島根県松江市の松江テルサ(松江市朝日町478-18)4階研修室2、午後2時～3時半、定員20人。
- 5月17日(日)、鳥取県立倉吉体育文化会館(倉吉市山根529-2)1階教室2、午後1時～2時半、定員30人。
- 5月31日(日)、山口県下関市の下関生涯学習プラザ(下関市細江町3-1-1)3階視聴覚室、午後1時半～3時、定員20人。
- 6月1日(月)、山口県宇部市の多世代ふれあいセンター(宇部市琴芝町2-4-25)3階第2講座室、午後1時～2時半、定員20人。
- 6月7日(日)、島根県浜田市の石中央文化ホール(浜田市黒川町4175番地)3階302会議室、午後2時～3時半、定員15人。

だれでも参加可能で、無料。申し込みは、氏名、同伴者がいる場合は人数、連絡先の3項目を中国地方支部事務局へ電話またはFAXをお願いします。

### ●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。

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

③

### 「点滴を外してあげたい」のですが……

**Q** 85歳の父親は14年前に尊厳死協会の会員になり署名しています。数年前に認知症になり、昨年暮れに脱水症状で入院しました。その後1週間ほどで経口摂取もできなくなり、いま、点滴のみで頑張っていますが、意思疎通はできない状況です。母親は「点滴を外してあげたい」との意向ですが、それを病院が受け入れる可能性はあるのでしょうか。

**A** 認知症が進むと摂食嚥下機能も低下してきます。長期間、自力で摂食ができず、意思疎通もできないという状態であれば、回復不能な認知症の終末期(身体的症状の最も厳しい状態)と考えて差し支えないと思います。そのような中で、点滴を行うことで延命されている状態は本人の意向に沿っておらず、患者さん本人の人生の質(Quality of Life)が高まっているとも言えません。さらに、ご家族も本人の意思を尊重したいとしていることを考えると、点滴の差し控えは、十分考慮されるべきものと考えます。ご家族の皆様の意見が一致していると、なお強い判断材料となるでしょう。

**Q** 今の状態が一時的なもので、十分な水分と栄養補充により脱水や栄養不良状態の改善が見込まれる、と主治医に言われたら、それは延命治療には当たらないのでしょうか。

**A** 不治という状態ではなく、具体的な見込み(例えば経管栄養や点滴を1週間すれば元の状態に回復するであろうとの見込み)の場合の処置は延命治療ではありません。

**Q** 状況の改善が見込めない場合でも、点滴は続けるのでしょうか。

**A** 主治医に率直に尋ねてはいかがでしょうか。末梢からの点滴は一時的に脱水を改善するものです。摂食不能で今後も見込みがな

いのであれば、お話し合いの上で、点滴の中止をお願いすることは問題ないと思います。また、その点滴が中心静脈栄養(IVH)であれば栄養不良も改善しますが、お父様の場合、摂食不能という問題を解決できないので延命治療に相当すると考えられます。本人の事前指示があり、ご家族も納得されていれば、点滴の打ち切りを検討する話し合いをすることは妥当と考えます。

**Q** 主治医から「回復の見込みはないが、病院にいる以上、一度始めた点滴を中止することはできない」と言われたらどうしたらよいでしょうか。本人のリビングウイル(LW)を尊重できなくなります。

**A** 病状から、その結果死亡することが明らかかな場合は、一度始めた治療を中止することはなかなかできないことが多いです。点滴の減量を申し出てはいかがですか。水分補給をすると不足分の栄養を自分の体から摂っていきますので、枯れるように平穏死を迎えることができます。500～250mlの点滴をゆっくりと落とすといくといよいでしょう。日本老年医学会では、家族、医療者、介護者で十分な議論を重ね、納得の上で減量するならば認められる、との指針が出ています。

**Q** 「回復の見込みがない」と言われたときは、点滴を中止して家に連れて帰り看取することは可能でしょうか。

**A** まずは、ご家族に家で看取りたいという意思があること、そして地域に訪問診療をしてくれる医師がいることや訪問看護ステーションがあることが必要です。病院の医療相談室、または介護認定を受けているならば担当ケアマネジャーに相談し、地域の訪問診療と訪問看護・介護などを受けられるかどうか相談するとよいでしょう。

## 九州支部

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

### 第7回 日本リビングウイル研究会九州地方会(おおいた)

日程◎ 5月30日(土)午後1時半～4時40分(開場1時)

会場◎ J:COMホルトホール大分 大会議室(大分市金池南1-5-1)  
☎097-576-7555

開会挨拶◎ 白髭 豊  
(九州支部長、白髭内科医院長)

基調講演◎ 岩尾總一郎  
(日本尊厳死協会理事長)

テーマ よき人生の  
最終章に向けて  
～その備えと支援～

#### パネルディスカッション

座長◎ 小野隆宏  
(大分市 ハートクリニック院長)

講演1◎ 「ACP推進の流れとLWの役割」  
(三浦久幸・国立長寿医療研究センター在宅連携医療部長)

講演2◎ 「在宅医療現場におけるACPの経験を通して」  
(宮崎秀人・大分県日田市隈診療所院長)

講演3◎ 「死生観を考える文化づくり～きつき終活応援プロジェクトの取組～」  
(岡江晃児・大分県杵築市医療介護連携課主査)

講演4◎ 「埼玉県版DVD『さあ始めよう、人生会議』を作成して」  
(丸木雄一・埼玉県医師会常任理事)

講演5◎ 「終末期医療と患者・家族の意思—法的観点から」  
(青山邦夫・日本尊厳死協会副理事長)

※講演後に質疑応答があります。

閉会挨拶◎ 麻生 幸(九州支部副支部長)

定員◎ 300人(無料、予約不要)

お問い合わせは、麻生まで  
(☎0977-23-2345)

#### 九州支部 活動報告

##### 非会員の方も大勢参加

2月15日(土)、「ふくおか公開講演会」が開かれ、寒い日にもかかわらず大勢の方にご来場いただきました。開演前、松股孝・ふくおか会長からタイムリーな健康講話がなされ、和やかな雰囲気が始まりました。

渡邊理恵・九州支部理事は、在宅医療の終末期の実例について写真を使って示され、会場から「自宅でのその人らしい看取りへの関心が高まり、感銘した」との声が聞かれました。原信之・前九州支部長は、終末期医療の具体例をわかりやすく話され、「尊厳死の再確認ができた」「改めて日ごろから、家族や主治医と話し合うことの必要性を痛感した」との声が聞かれました。

今回も非会員の方に大勢参加いただきました。リピーターの方もみられ、熱心に傾聴されていました。尊厳死・終末期医療への関心の高さを感じました。



#### 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)

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。

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

# ご寄付ありがとうございました

ご寄付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、令和元年12月1日から令和2年2月29日までにご寄付いただいた方々です。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。

|          |        |         |        |         |        |         |         |
|----------|--------|---------|--------|---------|--------|---------|---------|
| 齋藤キヨ     | 8,000  | 井上伊公子   | 3,100  | 矢形博信    | 900    | 匿名・山形県  | 3,000   |
| 小山ヤエ子    | 2,000  | 安藤浩行・静子 | 5,000  | 山本幸子    | 10,000 | 匿名・千葉県  | 119,986 |
| 櫻井初子     | 3,000  | 南部浩・富美子 | 2,000  | 丸田道子    | 1,000  | 匿名・東京都  | 10,000  |
| 三浦壽雄・牧子  | 1,620  | 小堀悦子    | 1,379  | 村上聡子    | 10,000 | 匿名・東京都  | 300,000 |
| 松本仙太郎・米子 | 18,000 | 高橋道子    | 9,000  | 藤岡清子    | 900    | 匿名・東京都  | 662,000 |
| 大塚定司     | 10,000 | 杉原幹男    | 5,000  | 松内雪子    | 2,100  | 匿名・神奈川県 | 1,700   |
| 三枝愛子     | 1,000  | 酒井幸子    | 8,000  | 長野真澄    | 1,300  | 匿名・大阪府  | 30,000  |
| 岡田正雄・あゆ  | 2,000  | 矢野郁子    | 10,000 | 安間亜・美代子 | 21,680 | 匿名・兵庫県  | 100,000 |
| 鈴木紀久栄    | 3,000  | 西島和子    | 3,000  | 三好セツ子   | 1,158  | 匿名・福岡県  | 1,000   |
| 齋藤さよ子    | 20,000 | 藤田隆彦    | 10,000 | 田中優子    | 10,000 | 支部扱い    |         |
| 青木安子     | 1,500  | 栗林茂子    | 5,000  | 吉野愛子    | 8,400  | 千波サカエ   | 3,000   |
| 宮坂圭子     | 2,870  | 星月俊典    | 3,000  | 匿名・青森県  | 10,000 | 渡邊理恵    | 6,000   |
| 松村壽子     | 2,000  | 安井春枝    | 20,000 | 匿名・宮城県  | 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。又、「匿名」希望の場合は、「匿名希望」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。(書店では扱っていません)



### 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。

## LWの受容協力医師

第99報

2019年12月～2020年2月の間に新しく登録なされた医師の方々です。

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☑とする]

| 医療施設名           | 診療科         | 医師名(敬称略) | 施設所在地                         | 電話           |
|-----------------|-------------|----------|-------------------------------|--------------|
| ふくしま在宅緩和ケアクリニック | 在宅          | 鈴木 雅夫    | 福島県福島市郷野目字宝来町21-3             | 024-544-6988 |
| ふくしま在宅緩和ケアクリニック | 在宅          | 橋本 孝太郎   | 福島県福島市郷野目字宝来町21-3             | 024-544-6988 |
| つるみくろパーククリニック   | 内・神内        | 関口 健志    | 神奈川県横浜市鶴見区下末吉6-3-25-102       | 045-572-1900 |
| 葉山ハートセンター       | 内           | 前田 希世子   | 神奈川県三浦郡葉山町下山口1898-1           | 046-875-1717 |
| ドクターゴン鎌倉診療所     | 内           | 千葉 晴子    | 神奈川県鎌倉市苗田4-25-2               | 0467-32-5230 |
| 本多記念青野クリニック     | 内・在宅        | 青野 治朗    | 神奈川県小田原市本町1-4-4 三宅本町ビル1F      | 0465-46-6440 |
| 東松山在宅診療所        | 内・ペインクリニック内 | 中尾 晃     | 埼玉県東松山市神明町2-16-15 フェルド・ドルフ1-B | 0493-81-6375 |
| 船橋ひのわクリニック      | 総合診療・在宅     | 土戸 啓史    | 千葉県船橋市海神町東1-1387-102          | 047-436-8311 |
| 古江クリニック         | 内           | 古江 俊昭    | 広島県広島市東区戸坂中町3-12              | 082-229-0331 |
| 及川病院            | 緩・心内        | 稲光 哲明    | 福岡県福岡市中央区平尾2-21-16            | 092-522-5411 |
| 梶原病院            | 内           | 梶原 慎     | 大分県中津市中殿町3-29-8               | 0979-22-2535 |
| 村上記念病院          | 内           | 村上 玄兒    | 大分県中津市諸町1799                  | 0979-23-3333 |
| 松永クリニック         | 脳外、脳内、内     | 津末 輝彦    | 大分県中津市大字永添933-1               | 0979-23-7182 |
| 中津市立中津市民病院      | 呼外          | 福山 康朗    | 大分県中津市大字下池永173                | 0979-22-2480 |
| 中津胃腸病院          | 外・緩         | 深野 昌宏    | 大分県中津市永添510                   | 0979-24-1632 |
| 諫山整形外科医院        | 整           | 諫山 哲郎    | 大分県別府市南荘園町20組                 | 0977-23-1380 |
| 平井整形外科医院        | 整・リウ・リハ     | 平井 良昌    | 大分県別府市田の湯町9-16                | 0977-24-1511 |
| 向井病院            | 精           | 向井 正樹    | 大分県別府市大字南立石241-15             | 0977-23-0241 |
| 河野小児科医院         | 小           | 河野 幸治    | 大分県別府市石垣西7-8-10               | 0977-22-4429 |
| 牧野リウマチ整形外科クリニック | 整・リハ        | 牧野 建紀    | 大分県別府市船小路町2番36号               | 0977-25-2121 |
| 平良クリニック         | 内・整         | 平良 朝秀    | 沖縄県那覇市松尾2-16-43               | 098-863-7110 |
| 川平病院            | 内           | 川平 昌秀    | 沖縄県那覇市古波蔵3-5-25               | 098-836-1101 |
| 沖縄第一病院          | 内           | 宮城 信雄    | 沖縄県島尻郡南風原町字兼城642-1            | 098-888-1151 |
| 稲福内科医院          | 内           | 稲福 徹也    | 沖縄県浦添市経塚633                   | 098-988-4556 |
| 北中城若松病院         | 内           | 涌波 淳子    | 沖縄県中頭郡北中城村字大城311              | 098-935-2277 |
| 北中城若松病院         | 内           | 新城 かずさ   | 沖縄県中頭郡北中城村字大城311              | 098-935-2277 |
| 北中城若松病院         | 内           | 當銘 正彦    | 沖縄県中頭郡北中城村字大城311              | 098-935-2277 |
| ゆいクリニック         | 産婦          | 島袋 史     | 沖縄県沖縄市登川12444番地3              | 098-989-3801 |
| 大嶺医院            | 内           | 大嶺 雅亮    | 沖縄県うるま市宇田場1417番地              | 098-973-1125 |
| ドクターゴン診療所       | 外・内         | 泰川 恵吾    | 沖縄県宮古島市上野字宮国746-17            | 0980-76-2788 |
| 上原内科医院          | 内・小         | 上原 秀政    | 沖縄県石垣市字登野城548-4               | 0980-88-7068 |
| 国立療養所沖縄愛楽園      | 内・外         | 野村 謙     | 沖縄県名護市清井出1192                 | 0980-52-8331 |

### 【受容協力医師についてのご案内】

全国に2,000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ないことがあるかと思えます。そうした不安を少しでも和らげるため、本部では、みなさまのかけ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かけつけ医師のお名前(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。

## ●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  
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 希望者はこちらご連絡ください

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。  
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 ▶ 国内ほとんどの金融機関(信金、信組、  
金融機関 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。



「春、のびる」  
今号の1枚

小中高が一斉休みになり、野  
球も相撲も観客なし。レジャー  
施設もスポーツジムも休業し自  
治体などの催し物も中止に。尊  
厳死協会各支部の催しについて  
も「開催についての事前確認を  
お願いします」と呼びかけてい  
ます。そんな異様な春ですが、  
「春の小川」は変わりなく、さら  
さらとのどかに流れています。  
(郡司)

# Living Will 目次

— 会報2020年4月 No.177 —

- 02 「LW研究会」基調講演から  
「物語としての人生」  
作家 柳田邦男さん
- 04 2019年  
「ご遺族アンケート」結果から
- 10 私の希望表明書
- 11 メール配信登録のご案内
- 12 ● LWのひろば
- 14 ● 連載「四季の歌」春の小川
- 16 ● 支部活動・報告  
2020 春～夏
- 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 寄付された方々
- 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：10万6903人  
(2020年3月3日現在)

次号は、  
2020年7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

●さらさら流れる「春の小川」  
の季節がめぐってきました。「四  
季の歌」の写真から、それぞれ心  
の中の「春の小川」に思いを馳  
せているのではないのでしょうか。  
いつもは、そんなのどかな春で  
すが、今年は様変わり。いつまで  
も叙情に浸ってはいられません。  
新型コロナウイルスの感染拡大  
という暗雲が覆い、世の中ま  
さに右往左往。ついこの前まで、A  
I(人工知能)を駆使して社会  
も未来も完全コントロールする  
ほどだった勢いも、超微小なウ  
イルスに削がれてしまった感じ  
です。

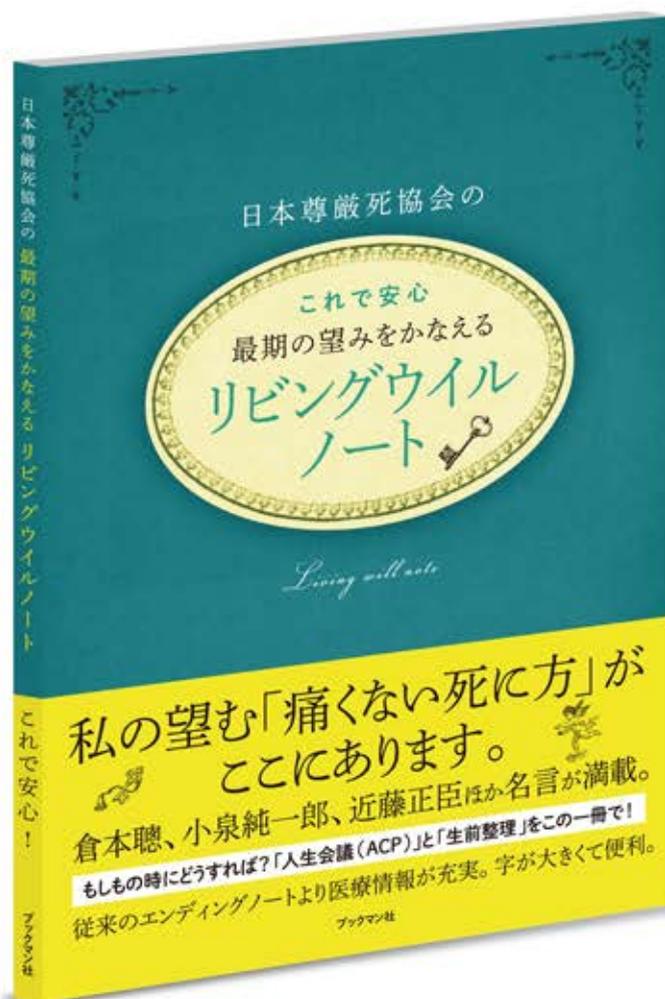
日本尊厳死協会の出版案内

好評  
発売中!

最期の望みをかなえる

# リビングウイールノート

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「リビングウイールノート」には、  
あなたの「リビングウイール」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