

リビング・ウイル

# Living Will

2015年10月 発行 No.159

インタビュー

牛尾治朗

ウシオ電機会長

尊厳とともに生き  
尊厳とともに死ぬ

残り少ない人生。最後は

「これだけはやりたかった」  
ことを選んでやってみる。

認知症とリビング・ウイル

中学生が考える尊厳死

「出前講座」初の講師研修会



一般財団法人  
日本尊厳死協会

## 牛尾治朗

ウシオ電機会長

尊厳とともに生き  
尊厳とともに死ぬ

うしお・じろう

昭和6年、兵庫県生まれ。28年、東京大学法学部卒業、東京銀行入行。31年、カリフォルニア大学政治学大学院留学。39年、ウシオ電機設立、社長就任。54年、会長就任。平成7年、経済同友会代表幹事。12年、DDI（現KDDI）会長。13年、内閣府経済財政諮問会議議員。15年、日本生産性本部会長。

日本尊厳死協会顧問の牛尾治朗・ウシオ電機会長は、経済界のみならず政界などにも影響力をもつ人物として知られる。84歳の今も現役として多忙ななか、インタビューにに応じていただき、協会の伊勢田暁子評議員が東京・大手町の本社を訪れた。

本日はお忙しいところ、ありがとうございます。まずお伺いしたいのは、昨年7月に奥様の春子様（享年81歳）とお別れを体験され、どんなことを感じられたでしょうか。

夫婦で19年前に会員になり、ボクのカードは家内が持ち、ボクが家内のカードを持っていた。

家内は夕食前に心臓マヒで倒れました。会社にいたボクに連絡が入り、「救急隊員と話してください」というので、ボクは蘇生の可能性について尋ねて、難しいことが分かったので、延命措置はお断りした。救急隊員が「そうですか、ご本人は生前、何かおっしゃっていましたが」と聞くから、「ボクら

は尊厳死協会の会員です」と言ったら、「それなら結構です」とすぐに理解してくれた。

## 家内が尊厳死 救急隊員も 分かってくれた

すでに心臓の止まっていた家内は静かに逝き、運ばれた病院に家族10数人が駆けつけてから医師によって死亡時間が確認され、みんなで見取ることができた。

あの時、救急隊員も認めてくれている尊厳死協会はすごいなと思いました。

まだまだお元気な会長ですが、いずれは誰もが避けられない終末期を迎えられる時のことをどうお考えですか。

ボクは家内の希望をよく知って

いたから、カンフル(強心剤)も打たないでくれと頼むことができませんでした。

入会する時、ある先輩から尊厳死について「夫婦は簡単に理解し合えるけど、子供たちは反対する。子供たちとよく話し合ってから入会したほうがいい」と言われた。

## 問題は子供 納得させるのに 2年かかった

子供として、親の最期に可能な限りの延命措置を行わないのは「冷たい」と思われるのが嫌なのだろう。でも、「ボクの思うとおりにしてくれ」と頼んだら、最後は「分かった」と言ってくれた。納得してもらったのに2年かかった。

ご夫婦で入会されたいきさつは

どういうことだったのですか。

協会の波多野ミキさん(元副理事長)から、顧問になってほしいと依頼がありました。ミキさんのご亭主は、ボクの東大の同級生です。

夫婦で終身会員になりました。会費を払い忘れてしまい、いざという時に会員でなかったら困るからね。

ボクはこれまでに、色々な場所で約50回も尊厳死の話をしていきます。みんな、「それはいい」と言う。「オレは反対だ」という人に会ったことがない。「入会のご案内」が欲しいというので、100人に送ったら、20人ほどが入会してくれた。小泉純一郎首相(当時)が入会されたのも、牛尾会長のお勧めでしょうか。

かもしれないね。

ボクが顧問を引き受けたのは、協会のリビング・ウイル(尊厳死の宣言書)の3項目を読んで、「これだ」と思ったからです。

## 死を決めるのは 自分であって 医師ではない

当時、ボクは「尊厳とともに生き、尊厳とともに死ぬ」という言葉に共感していた。

尊厳死協会の言葉だと思っただけで、違うんですね。どこで聞いたものだったか。とにかく、「尊厳とともに生きる」からいいので、「死」は自分で決めることであって、医師が決めることではない。

ボクが後援している劇団四季に、「この生命誰のもの」という芝居があります。ボクが最初に観たのは約20年前だったかな。2年前にも再演されている。

この芝居は1978年にロンドンで初演され、大きな反響がありました。交通事故で脊椎を損傷し、

# 家内は心臓マヒで倒れ、 延命措置なしに静かに逝きました。

首から下がマヒした男性患者をめぐる話で、尊厳死に真正面から取り組んでいる。

「死」や「老い」について考えるのは、まあ60歳を過ぎてからだろうが、ボクは50代の時にその機会がありました。

## 老後の下の世話 その大変さを 知りました

昭和60年につくばで科学万博が開催されることになり、準備のために土光敏夫会長の下で、基本構想をまとめる仕事をしました。

その時、女性が科学技術に何を望むのかを知ろうと、新聞社やテレビ局の女性記者らを招いて話を聞いたのです。あるベテラン記者が、夫の両親と自分の親を看取つ



旧制高校の3年間、「人生とは何か」を考え、議論してきた。

# 残り少なくなつた人生、 「これだけはやりたい」を 最後に選んでやろう。

体験を語りました。

「下の世話まで全部しました。自分がその立場になった時、娘や嫁にそこまでさせるぐらいなら、死んだほうがまし」「証明書があれば入手できる、スーッと死ぬる薬ができないのですか」と言うのです。

ボクは、老後の下の世話がそんなに大変なのかと、初めて知った。牛尾会長もメンバーの民間研究機関「日本創成会議」が6月に、「高齢者の地方移住」を提言して注目されました。今後10年で急増する介護需要について議論されたのですか。

座長の増田寛也・元総務相がま

の話を聞きました。みなさん、本当にご苦労されているんですね。この問題は、よほど注意して議論しなければいけない。社会福祉の費用を減らすためと受け取られてしまうと、いつべんに卑しいものになってしまう。

日本は少子高齢化が急速に進み、税金を払う人が少なくなり、税金を使う人がどんどん増えている。30兆円もの赤字で、企業なら4、5年で倒産ですよ。非常に深刻な問題なのに、議論そのものが歓迎されない社会になっている。

## 80歳まで働こう 女性の活躍も 日本を支える

ボクの考えは、いまは60歳を過ぎてますます元気な人が多いんだから、働ける人は80歳ぐらいまで働いて、大いに稼ぎ、税金を納めてもらう。80歳まで働ける社会をつくる。

もうひとつ。女性の雇用が増えて女性の地位が高まり、給料も上

がつて納税が増えている。女性は昔からしつかりしていて、マネジメントパワーがある。男性からの税収が減つても、女性の分が増えれば、日本はこの先10年ぐらいは、なんとかやっていけるのではないのでしょうか。

同世代の協会会員に何かアドバイスはありますか。

人生残り少なくなつてから振り返ると、「これもしたい」「あれもやりたい」と思ったことが、半分もできていない。でも、「これだけは」ということを、みなさんそれぞれが持っていると思う。最後にそれを選ぶべきです。

年をとつたらできるだけ社会に貢献することが大事だし、貢献するからにはみんなを幸せにするこ

とをしたいと思えますね。

ボク個人は、こうしたいという考えをもっています。

**年をとつたら  
社会貢献で  
みんなを幸せに**

ウシオ電機は去年4月、50周年を迎えました。ボクは33歳でこの会社を創りましてね、50年間、現役の代表取締役を務めている。あらゆることを全部、自分で決めてきた。

50年間やってきたので、去年、会社の経営者としてのボクの役割を今後どういう風にしていくか、色々と考えたんですが、もうしばらく会社の変革を手伝うことに決めました。日本はこれからの10年、

# 人生はそれぞれだ。 生き方を選べる社会を

おそらく一番厳しい時代を迎えるでしょう。

ボクみたいに個人で生きてきた人間は、「人生はそれぞれだ」ということを非常に重視します。今の社会は杓子定規ですよ。みんなが自分の生き方を選べる社会が一番素晴らしい。

会員が元気をもらえるお話をうかがうことができました。本日はありがとうございました。

## インタビュウを終えて

超高齢化社会を迎え、「死」を考えることは避けられない時代になりました。牛尾会長の「人生とはなにか」「生きるとはなにか」「一生をかけて考えていくことである」という姿勢が印象的でした。自分が最期にどのような死を迎えたいのか、私たち1人ひとりが真剣に考えていく必要があります。

伊勢田暁子・協会評議員(看護師、国会議員政策秘書)



伊勢田評議員(左)は、尊厳死法制化が進まない問題についても意見を求めた。

構成 編集部・清水勝彦  
写真 八重樫信之

# 認知症800万人時代”とリビンググウイルス 減退する意思能力に取り組む

認知症高齢者が想定を上回るスピードで増え、世は「認知症800万人時代」。記憶力、判断力が徐々に衰える人たちの意思表明や終末期医療をどう考えるのか。協会が各地で開く「リビンググウイルス研究会」でも議論が続き、協会LWのあり方を模索した「検討会」でもテーマになった。

協会会員の平均年齢が78歳に届こうという高齢化の現状をみると、協会も決して認知症の問題と無縁ではられない。

自分の問題としても、認知症を発症してもLWで示した意思は有効なのか、自分がLWを持つことすら忘れてしまったらどうなるのか。その前に、認知症になった人はLWを表明できるのか。

協会は「認知症＝入会不可」とは

していない。認知症では意思能力（判断・表示能力）が徐々に衰退しても、症状のレベルにより能力は残っているとみられるからだ。医師の診断書は求めないので本人判断に委ねている。

協会にも「認知症でも入会可能か」の問い合わせが届く。「尊厳死の意味を丁寧に説明し、理解できれば入会できますよ、と答えている」と青木仁子副理事長が東海支部の対応を話した。

## LWは認知症後も尊重

延命措置をどうするかの実際場面、医療側から過去に作られたLWに「昔の意思はわかるが、現在の意思がわからない」と疑問をはさまれることがある。「人の心は変わりやすい」とまで。

そう言われても、意思能力が衰退・消滅しようとする認知症の人はすでに訳がわからないし、もの言えぬ状態のことが多い。

「協会発行のLW検討会」（14年～15年）は法制化に備えたLWのあり方を討議し、報告書を提出した。認知症への対応も議論され、岩尾総一郎理事長は「意思能力があるときに作成されたLWは、たとえその後認知症になったとしても『その人の意思』として尊重されるべき」と強調した。

LWは意思能力が衰えたときに備えた文書でもあり、協会は本人が取り消していない限り「意思は継続中」と考える。

延命治療の是非という、かつて「人工呼吸器」が象徴的に議論されてきた。昨今は専ら「胃ろう」で

認知症の人の将来推計 (厚生省 研究事業より)



ある。背景には認知症者の急増がある。重度認知症で経口摂食ができなくなった患者へのむやみな胃ろうが社会問題になった。

## 研究会でも議論盛ん

政府の「認知症国家戦略」によると、65歳以上の認知症の人は2012年時点で462万人。団塊世代が後期高齢者となる2025年には約700万人となる。10年後には高齢者5人に1人という驚異的な数だ。さらに現在、

認知症予備軍の軽度認知障害が約400万人いるとされる。

誰もが気にする問題を第2回LW研究会(13年11月)が正面から取り上げた。

認知症者の入会については、外部のシンポジストから「説明が誘導ではなく、(考えを)聞き出していくのだったら可能ではないか」の意見が出た。「重度でなければ、特に初期段階では判断能力は残っているのではないか」がシンポジストの共通認識だった。

認知症と診断されたら、意思能力が徐々に衰退する可能性がでてくる。症状の進行につれ自己決定は難しくなる。

## 表明可能な初期が大切

「認知症と介護と尊厳死」をテーマにした第1回LW研究会北海道地方会(12年6月)。傳野隆一・札幌医大教授は「症状が進んでくるとLWを持つのは難しくなる。判断能力が残る初期段階で意思表示をして家族の理解も得ておくこと

が大事になる」と説いた。

第2回LW研究会で会場から次の事例が紹介された。

認知症が進んだ母のことで医師と面会し、「尊厳死協会に入っている」ことを伝えた。母は「生きてい」といったり、何を聞かれても「はい、はい」と返事したりするだけになっていった。家族、親族8人が「母は正常な状態ではありませんが、正常であったときの意思を

我々は尊重します」と伝え、医師は了承した。

この話は「LWの本質」と認知症の人の「意思の代弁」のあり方を雄弁に語っている。

わが国では、判断能力が不十分な人を支援する成年後見制度(2000年)がある。選任された後見人は医療行為の決定やLW作成の代理はできないが、協会にはこんな実例がある。認知症が進ん

だ会員(被後見人)の毎年の会費を後見人が納入し、「意思の継続」が保たれている。

協会ではLW「改善」の模索が続く。検討会のまともに「認知症800万人時代」とともにあることを認識し、将来の認知症発症など意思能力減退・喪失に対応できるLWとする必要がある」の1項目がある。大きな課題である。

会報編集部・白井正夫

## 誤嚥性肺炎死亡の63%が認知症 「希望実現」は親子関係の通信簿

「認知症」で関西LW研究会開く

「認知症の終末期を考える」を

テーマに第1回関西リビングウエイ研究会が7月12日、新大阪のニューオオサカホテルに250人が参加して開かれたII写真。

シンポジストは大國康夫・社会福祉法人「あすなら苑」苑長、片岡知紀・リッスンケアセンター総合施設長、丸尾多重子・NPO「集いの場さくらちゃん」理事長、辻

文生・吹田市市民病医師。

辻さんは「認知症↓寝たきり↓誤えん性肺炎」の関係を話した。

誤えん性肺炎で亡くなる方の63%が認知症で、その66%が寝たきり。「病院に來なかつた方がよかつた」と感じるケースもあり、LWの大切さを



力説された。

丸尾さんは、本人だけでなく介護者のケアもしている。「うまく死ぬるかは、これまでの親子関係の通信簿だと思う」と強調した。自分の意思を必ず子どもにきちんと伝えておくことが大切で、それも食事をしながらの会話が大切と最近家庭事情にも触れた。

片岡さんは、本人意思を継ぐには「公正証書」の必要性を繰り返した。また大國さんは、家で看るのがポイントと訴えた。

## 第4回リビングウイル研究会

# 痛みのない最期を求めて

第4回リビングウイル研究会が6月20日、政策研究大学院大学（東京・六本木）に約300人が集まり開かれた。うち30人近くが医療関係者だった。

日本尊厳死協会と同関東甲信越支部の合同開催で、テーマは「痛み、苦しみのない最期を求めて」。

第1部は、「身体の痛み」と「心の痛み」を2人の専門家が語った。

三友堂病院（山形県米沢市）の緩和ケア科科長の加藤佳子さんは、「尊厳ある生のために、痛みのない生活を取り戻すことが大切。痛みは鎮痛薬でコントロールできませぬ。モルヒネなどの医療用麻薬は鎮痛薬。不正麻薬ではありません」と訴えた。

モルヒネはがん以外の痛みにも効果がある。圧迫骨折で3か月間、痛くて歩けなかった患者が、モル

ヒネを1錠内服しただけで「15分を体で楽に動かせるようになった」。モルヒネ服用6か月で痛みはなくなり、治療は終わったとい

う。  
飛驒千光寺（岐阜県高山市）住職の天下大圓さんは、心の相談や臨床瞑想法を主体とした研修、講演、教育活動を行い、終末期の人に寄り添う傾聴も続けている。  
「人生、最後の最後になつた時、医師も家族も誰もあてにならない。何が頼りになるか。自分とつ

ながっているもうひとつの存在（それを神とか仏、宇宙、「偉大な存在」と言う人もいる）とつながる意識をもつことが、心の痛みを緩和する方法なのです」

### 心が喜ぶことを

天下さんはこう締めくくった。「最後に何が残るかを考えた時、一番の幸せ感毎日のシンプルな生き方の中にあります。人生の質を高める生き方、本当に心が喜ぶことを、ひとつでも実践していきましょう」。

第2部は「新しい時代の緩和医療」をめぐる、両親と夫を看取った協会会員の米澤節子さん、東京都世田谷区の特別養護老人ホーム「芦花ホーム」の看護師・田中君子さん、「新宿ヒロクリニックス」を開設して在宅医療を行う英裕雄さん、神経性難病ALS（筋萎縮性側索硬化症）患者の治療に当たる埼玉精神神経センター理事長の丸木雄一さんの4人が発言した。



天下大圓さん

加藤佳子さん



田中君子さんが紹介した「芦花ホーム」の1コマ

# 障害者に向けた協会の取り組み

## 出前講座は手話通訳付き

「尊厳死」という言葉は、手話でどう表現したらいいだろう。

手話にある「尊重する」と「死」を組み合わせれば良いのでは。

手話通訳者がこのような準備をした、協会関東甲信越支部の出前講座が7月26日、横浜市内で開かれた。

横浜市中途失聴者・難聴者協会



会場右手では、要約筆記者が吉成さんの発言をスクリーンに大文字で映し出していく

(略称・浜難聴)から依頼され、支部理事の吉成健吉さんが講師として出向いた。浜難聴の会員は高齢者を中心に140人。猛暑の日曜日に、約20人が参加した。耳の不自由な方々の聴衆は初めての吉成さんには不安もあったが、「普段通りで結構です」とのこととで、いつものペースで「リビンダ・ウイル(LW)とは」「尊厳死の現状」「法制化の働きかけ」などを1時間半かけて語った。

### 難聴者にLW届く

参加者へのサポートは手話通訳だけではない。浜難聴が手配した「要約筆記者」4人が、吉成さんの話を要約してパソコンに打ち込み、タイミングよく壁のスクリーンに大きな文字で投影していく。中年になって聴力を失った場合、

そのほうが理解しやすいようだ。講座の締めくくりは、いつもの

ように質疑応答。7人が次々と手を挙げた。普段の出前講座と変わらない活発な発言に、吉成さんは「手ごたえを感じました」。

質問者の1人、若林寿子さん(83)は尊厳死協会の会員だが、「協会の講演会に行っても、私は聞けないので話の内容がよく分かり

ませんでした。今日は大変ありがとうございました」と言う。

この日の出前講座は、浜難聴のもう1人の協会会員である赤羽康治さん(87)が、「家内の綾子が亡くなった時、夫婦で協会に入っていた良かったと思った。仲間にも知らせたくて」と仲介し、実現したものだ。

## 会報の点訳は23年の歴史

目の不自由な方々に対する協会の取り組みは1980年代後半から。松根敦子・協会評議員(元神奈川県点訳奉仕団会長)が、「入会のご案内」の点訳を始めた。

点字新聞『点字毎日』が、点字で入会できると紹介してくれて、資料請求が相次ぐようになった。

90年(平成2年)の協会年次大会では、鹿児島会の会員、谷山静子さんが登壇して、「点字登録ができ、皆さまのお仲間に加えていただき

ました。回復の見込みのない病気になっても延命措置だけはしてほしくないと夫婦で話し合っていたので、これで安心です」と喜びを語った。

協会会報の点訳が始まったのは、その2年後。当初は、松根さんが点訳のできる会員に呼びかけた「手作り」会報だった。

現在は、日本点字図書館(東京都新宿区)に発注して38部作り、会員に届けている。

## 高齢者問題 関心は世代を超えて

# 中学生が考える「尊厳ある死」

「本人のリビング・ウイルが明確でない場合は、どうなりますか」

「尊厳死に反対の人もいますが、協会の考えは」

私立海城中学(東京都新宿区)の3年生、高岡龍之輔君(15)が、東京・本郷にある協会関東甲信越支部を訪れて支部理事に質問した。

### ペットの死から

同中の3年間の社会科授業の仕上げになる「卒業論文」のテーマに「尊厳のある死に方」を選び、取材に来たのだった。

高岡君が尊厳死を選んだ理由は、飼った猫の死を体験したからだ。「幸せ」を意味するイタリア語「フェリーチェ」と名付けた猫は、物心ついた時から一緒にいた。

「ショックでした。初めて『死』の存在を実感しました。それが人

の死だとしたら、理想的な死とは何だろうかと考えたのです」

「尊厳死」という言葉は、小学4年の公民の授業で、自己決定権の具体例として学んでいた。

尊厳死のことをもっと知ろうと、6月20日の第4回リビングウイル研究会にも参加し、関心を持つ人の多さに驚いた。

「患者や家族へのケアが十分にできていることが分かりました。意外だったのは、終末期でも充実した日々が送れると知ったことです」

### 法案作りに挑戦

高岡君は2学期末の論文提出までに、尊厳死の法制化に反対する団体などの取材も予定している。

「尊厳死の是非についてよく考えて、自分の意見を持ちたいです」

高岡君は、医師を目指したいという夢を持っている。

今年の卒論で、自分なりの尊厳死法案を起草しようと頑張っている生徒もいる。

指導に当たる社会科主任の横井成行教諭によると、その生徒は神経性難病ALS(筋萎縮性側索硬化症)の方にも会い、考えを深めている。

「議員連盟の法律案より柔らかい案になるのでは、と期待しています」(横井教諭)

同中で論文作成の授業が始まって20年余り。これまでに約20人が尊厳死をテーマに選んでいる。同

支部では、海城中の生徒の来訪が恒例行事となっている。

祖父母の死去やペットの死が原体験になっている場合や、医師志望で「生と死」に関心をもつ生徒がいることなどが、尊厳死がテーマに選ばれる理由ではないか、と横井教諭はいう。

卒論を集めて製本した『社会科卒業論文集』を見ると、最近は「介護」「孤独死」「買い物難民」といったテーマが目立つ。高齢化社会と密接な関係のある「空き家問題」も人気だ。

### 授業で出前講座

同支部には、東京都立日比谷高校の生徒や看護系大学の学生たちも訪れる。

私立女子校の田園調布学園中等部・高等部(東京都世田谷区)では、同支部に出前講座を依頼し、授業の一環として生徒たちに尊厳死を学ばせている。年々、受講を希望する生徒が増えている。



第4回リビングウイル研究会を取材する高岡君。左は母の博子さん

# 在宅の「看取り」を支える

一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会(東京)が医療・介護職を対象に在宅看取りを支える「援助者」の養成基礎講座を今夏からスタートさせた。各地で開講し、5年間に1万人の育成をめざすが、背景には超高齢多死社会が待つ「2025年問題」がある。

協会は今年4月、横浜市瀬谷区の「めぐみ在宅クリニック」院長、小澤竹俊医師ら在宅医が中心になって設立した。講座を受講した援助者は課題レポート提出を経て、協会から「エンドオブライフ・ケア援助士」に認定される。

## 看護師、介護職らを対象に5年で1万人めざす

「援助士」は、人生の最終段階を迎えようとする患者が抱えるいろいろな苦しみ、耳を傾け、本人や家族が穏やかになれる「支え」を言

葉にしなから、本人の最善に沿って誠実にかかわれる人材を指す。

小澤医師は「苦しんでいる人も最後は家で過ごしたいとか、田舎の思い出や孫自慢などで穏やかになれることがある。それらを一対一のかかわりを通じて言葉にしていく。人は苦しみにあっても『支え』に気付くと穏やかさを取り戻す可能性がある」と話している。

養成講座の対象は、医療職、介護職として1年以上の現場経験者。フォーアアップ講座も予定され、援助士には地域のリーダーとして「質の高い看取り」を伝える期待がかかる。

7月、東京で第一回養成講座があり、百人弱が受講した。2日間の講義と演習。人生最終段階に共通する自然経過、意思決定支援、スピリチュアルケアなどの基礎知識を学び、言葉で患者との具体的

なやり取りをする「援助コミュニケーション」を実習した。

受講者からは「人生の最終段階にある相手をよく知ること、声を掛ける幅が広がることを学んだ」などの声が寄せられた。

小澤医師は、病院救急医、ホスピス医から2006年に開業、約1500人の末期がん患者らを在宅で看取ってきた。傍ら長年、多職種の人が参加する「地域緩和ケア研究会」を毎月開いてきた。

## 「質の高い看取り」伝える 神奈川から全国展開へ

その経験をもとに昨年、独自に「援助者」養成基礎講座を開いた。

しかし、「2025年」に目を向けて人材育成を神奈川県の一地域から全国展開に踏み切った。

多職種の人がかかわる看取りへの取り組みは、各地の先進的な医療機関、在宅医にもみられる。協会は、10年後には到来する「超高齢多死」社会では、必要な地域にはどこにも援助士がいて、誠実な援助にあたれるようにしたい、としている。

養成基礎講座は今年度中に東京、大阪、福岡、名古屋、仙台で9回の開催が予定されている。

## 看取りの2025年問題

団塊世代が後期高齢者となる25年は国民の4人に1人が75歳以上に。年間死亡者は150万人超(現在より25万人増)と予測される。医療費抑制策から今後、病院ベッド数抑制されるのは必至で、看取りの自宅、介護施設移行が迫られている。対応できる人材を増やさないで看取りが立ち行かなくなる。



養成講座で小澤竹俊医師  
(エンドオブライフ・ケア協会提供)



## 特集

### 「一人暮らしの知恵」

#### ●私専用「老人ホーム」

仲野公子 72歳 静岡県

「3年前、広いが取り柄の古屋を文字通りぶっ壊し、私専用の老人ホームに建て替えた。なに、なに、勝手に老人ホームと内外に言い散らかしているのである。」

元気あふれる「一人暮らしの知恵」投稿の主、仲野公子さんを静岡県浜松市に尋ねたII写真。

空き家になっていた広い家屋を取り壊して、4分の1の規模に建て替えた「老人ホーム」は、平屋建て66平米。リビング・ダイニングの一角には、武蔵野音楽大学を卒

業後、ピアノ教師をしていた時からピアノが置かれている。

「自分の最期を、自分の考え通りに実行するには、ずっと前から決めておかないと」

仲野さんの自立心は、高校時代に親元を離れて寮生活した時に生まれたという。

企業経営者だった父、小杉惣市さんの影響も大きかった。父は50

代の時に献体を決めていた。遺言状には、「葬式無用。親族だけでご馳走を取り寄せて『無事に旅立った』と祝ってくれ」とあった。

仲野さんは3人の息子が巣立ち、「1日24時間、自分の裁量で過ごす身」となって15年。朝起きる



とまず、今日やることを書き出す。

例えば、▽ピアノの練習をする、

▽窓ガラスを拭く、▽庭の草刈り、

▽謡いの稽古、等々。さらに「1年365日、本を読まない日はない」ので、結構忙しい。

謡いの稽古は、「1日に一言もしゃべらない日があった」ことに



北海道旭川市内の紅葉  
撮影・柴田えみ子さん(旭川市)

愕然として7月から始めた。日本画、篠笛とともに、「足腰が衰えても楽しめるもの」が増えた。

離れて暮らす子供からは、「にっこり笑って過ごして」との「ありがたい言葉」をもらっている。

#### ●新聞投稿で自信つく

相澤真理子 63歳 神奈川県

一緒に暮らす家族はいない。若くもない。社会的地位もない。こんな条件の下で一人暮らしが始まり5年目を迎えた。

1日の始まりは、ニュースを見ながら新聞を読むことである。めまぐるしい社会情勢に対して意見を交換する相手が傍にいないことは寂しい。そこで私が取った手段は、新聞に意見を投稿することだった。今までに2度取り上げられた。私の意見が認められたことが嬉しかったと同時に、自分という存在そのものが社会に認められたように思えて、自信にもなった。以前から日記は書いていたが、一人暮らしになってからエッセー

を書くようになり、現在は愛好会に入って仲間と楽しんでいる。エッセーは人に読まれることを意識して書くので、頭が整理され、知的鍛錬になっている。

日常に目を向け、色々と考えさせられるので、気づくことが多くなった。一人暮らしを精神面で支えてくれるものになりつつある。これからも好奇心をもち、言葉で表現していきたいと思う。

### ●キーワードは「健康」

松永 健 80歳 大阪市

妻が逝って19年。一人暮らしのキーワードは健康です。

◎規則正しい生活をする。◎多くの人と会話する。◎脳の衰えを遅らす。新聞を毎日1時間以上読んでいる。◎毎日運動する。50歳からランニングを始め、今年で30年。年1回はフルマラソンを走るべく、日々トレランニングに励んでいる。(昨年の加古川マラソンは5時間14分46秒)

常に感謝の気持ちを持ち、それ



を言葉にして相手に伝える、「ありがとう」と。いつの日か、あの世で妻と再会できることを楽しみに、日々を私なりのやり方で有意義に過ごす。これが私の願いであり、実行しています。

### ●隣人らに癒されて

和田節子 77歳 大阪府

自立を主にしている高齢者マンションで頑張っています。

平成18年心筋梗塞、24年リウマチ、26年狭心症の発症と、次々と病に襲われていますが、72世帯の高齢者がいつも声を掛け合い、よく救急車のお世話になっていただきにも激励の言葉をかけていただき

## 『体験集』を無料頒布 モルヒネ友の会

前号の支部活動最前線「新刊『あなたの痛みはとれる』東海支部勉強会」で紹介いただいた「モルヒネ友の会」です。がんでない痛みを医療用麻薬モルヒネでコントロールしている患者の団体です。

貴協会の第4回リビンゲウイル研究会の会場で、私たちの体験談をまとめた冊子『モルヒネ治療 体験者の声』(1～6刊)のご案内をしたところ、30人以上から申し込みがありました。

私たちは、かかりつけ医に「痛みを早く止めてください」「痛みの専門医(ペインクリニック)を紹介してください」と頼むようアドバイスしています。

冊子は無料でお分けします。希望者はお連絡ください。

○特定非営利活動法人「モルヒネ友の会」

〒992-0045

山形県米沢市中央6丁目1番219号三友堂病院

地域緩和ケアサポートセンター本部内

電話：0238-24-8355 (直通)

FAX：0238-24-3727 (直通)

思っております。

### 編集部より

○投稿の募集 テーマは「新年に思う」、または再募集の「一人暮らしの知恵」です。800字以内で。

○写真の募集 新年1月号にふさわしい写真をお送りください。数年前の撮影でも可。選者は日本写真家協会の八重樫信之さんです。

いずれも締め切りは11月15日。協会事務局会報編集部まで。

終の住処(すみか)でヘルパーさんの力を借り、ご近所さんとのたわいのない会話の中に言葉の温かみを感じながら、笑い、楽しみ、1日を大切に穏やかに過ごしたいと

## 「出前講座」初の講師研修会 LW普及を目指し経験交流

協会の支部が取り組む出前講座の講師を対象とした初の研修会が6月19日、東京・本郷の協会事務所で開催され、全国9支部から20人が参加した。

出前講座は、支部理事が各地の集まりに向いて、リビング・ウエル(LW)の話をするもので、尊厳死を普及していく大切な活動だ。昨年度は全国で117回開催され、参加者は約5千人に上った。研修会では、講師経験の豊富な3人が実際の講座を再現してみせ、意見や感想を求めた。

LWは人生の最期に関する重たい話だけに、まずは初対面の聞き手と身近な関係になるよう、講師たちは工夫している。

小澤和夫さん(関西支部)は、「一市民である私に信頼感をもってもらおう」と考えて、「吹田ホスピス



福井圭子さんの講座を聴く参加者たち

市民塾」や傾聴などのボランティア活動をしていると詳しく自己紹介をしている。

吉成健吉さん(関東甲信越支部)は、自分と同じ昭和25年生まれの人優、由美かおるや歌舞伎俳優の坂東玉三郎の写真を見せて、興味

を引く工夫をしている。

講師は、必ずしも専門家として話の出来る医師や弁護士ではない。だが、「私は良いことだと確信しているのみならず、みなさんにもお勧めします」と信念と自信をもって話している」と会社員の吉成さん。

### 心の扉を開く

「死」について考えることを避けがちで聞き手に、現実をどう直視してもらおうか。

「パワーポイントだけでなく、フリートークキングを大事にする」のが、福井圭子さん(東海支部)。

「家で最期を迎えたい人は、そのために具体的に何を考えていますか」。現実の課題を問いかける。「母親を見送った体験を語ると、より身近に感じてもらえます」。

出前講座には、「講演会と違って少人数なので、参加者と友達のように交流できる利点がある」(稲子俊男・元関東甲信越支部理事)。

研修会では、出前講座を増やすアイデアも出し合った。関西支部

では、「出前講座の提案・ご案内」を作り、各社会福祉協議会を回って説明している。また、会員の紹介で行った講座が好評で、それが口コミで広がるケースもある。

研修会を呼びかけた青木仁子協会副理事長(支部担当)は、「出前講座の意義は極めて大きい。積極的に取り組んでいきましょう」と研修会を締めくくった。そのためにも、会員の協力が不可欠と訴える。

## 出前講座にご協力を！

公民館の催しや敬老会、趣味の会、企業の勉強会など、出前講座は会場さえ用意いただければ、どこにでも行きます。会員の皆様、「出前」先の心当たりはありませんか。支部にお知らせください。

# 北陸支部が「終末期の要望」作成

北陸支部は「延命治療・終末期

での私の要望」(案)を作成し、7月18日に福井県越前市で行われた福井地区ミニ集会で初めて会員に説明した。

「私の要望」は、「終末期に意識がなくなった時」に行われる医療行為を、「希望する」か「希望しない」か、意思表示しておく事前指示書だ。LWを補完するものと位置付けている。

案をまとめた石川県済生会金沢病院麻酔科診療部長の喜多正樹支部理事は、がん末期の専門医として長年、緩和ケアに従事してきた。

「終末期で意識のない患者でも、事前に『私の要望』を用意しておけば、医療者側はその意思を尊重できる」と作成の意義を語った。

「私の要望」は、「心臓が止まった場合」、「呼吸が止まった場合」に続いて、「経口による栄養摂取ができなくなった場合」に関して6項目

を設けている。

「点滴による水分・栄養分の補給」「中心静脈栄養」「胃ろう」などの他に「鎮痛剤などのための最小限の静脈経路」の項目がある。

点滴で鎮痛剤や鎮静剤を入れる医療行為のことで、喜多支部理事は「臨死期には、そばで見ている家族が辛い思いをする。鎮痛剤や鎮静剤を注射できれば患者の表情は和らぐ」と言い、これは拒否しないよう提案した。

「私の要望」には、作成年月日、氏名、住所、本人と親族1名の自署の欄がある。署名した親族は、医療者に「一切の異議申立てをしない」ことを誓約する。

フロアからは、「親族の署名は1人ではなく、主な親族全員からもらったほうがいい」という意見も。北陸支部では、さらに広く意見を聴き、今後の取り扱いを検討する考えだ。

# 増子議連会長が法案を説明

## 関東甲信越支部講演会 6月4日

関東甲信越支部の公開講演会が6月4日、江戸東京博物館(東京都墨田区)に110人が参加して開催された。参加者の約2割が非会員だった。

「終末期における本人意思の尊重を考える議員連盟」(衆参194人)の増子輝彦会長から、9日前に開かれた議連総会で決まった内容の説明が初めてあった。写真。

今回の議連総会では、議連の名前から「尊厳死法制化」を外した。また、2案あった「終末期の医療における患者の意思の尊重に関する法律案」の内容を一本化した(詳細は協会会報158号に)。



こうした決定の意義を強調した増子会長は、「現在は、各党でこの法案を議員立法として国会に提出することの了承を取り付ける段階だ。党議拘束をかけず、議員1人ひとりが賛否を表明することが重要だと考えている」と説明した。

### 「法制化を望む」

続いて、当協会の岩尾總一郎理事長が「安らかな看取りの追求」と題して、協会のリビング・ウィルを詳しく紹介し、尊厳死をめぐる現状と今後の展望を語った。

参加者からは、「1日も早い法制化を期待する」と言う意見が目立った。今後の講演会への要望としては、「肉親を看取った家族の事例や緩和ケア、医療機関などについて知りたい」「終末期の定義を具体的に説明してほしい」などがアンケートで寄せられた。

北海道支部 ☎ 011-736-0290

## 第3回 日本リビングウイル研究会北海道地方会

10月30日(金) 13:30～(開場13:00)

札幌エルプラザ 3階ホール (JR札幌駅北口前)

### ▶ 基調講演 「訪問診療からみた看取りの現状」

矢崎 一雄 さん 医療法人財団老蘇会 静明館診療所院長

### ▶ ワークショップ 「認知症患者とリビングウイル」

コーディネーター 江端 英隆・札幌徳洲会病院健康管理センター長

パネリスト 大友 宣・静明館診療所医師

大内 小百合・札幌認知症の人と家族の会事務局長

馬場 恵子・看護師

▶ 定員 160名(一般の方もお誘いしてご参加ください)

## 秋の定例講演会

10月4日(日) 13:30～

旭川市・ときわ市民ホール 多目的ホール

講演「ホスピスで生きる

～看取り専門医からの提言～」

河村 勝義 さん 旭川厚生病院緩和ケア医師

定員 100人

問い合わせは旭川事務局(0166-56-3476)

## 公開講演会

11月21日(土) 14:00～15:30

北広島市芸術文化ホール

講演「最期まで家で過ごすため

～在宅緩和ケア～」

柴田 岳三 さん 緩和ケアクリニック・恵庭院長

定員 150人

問い合わせは北広島事務局 田上(011-372-1183)

## おしゃべり広場

10月20日(火) 10:00～12:00

11月17日(火) 10:00～12:00

札幌エルプラザ 4階研修室

先着20人(予約不要)お気軽にどうぞ。

## 秋季視察研修

10月21日(水) 石狩南部懇話会主管で

視察先は、伊達市の特養ホーム「ひまわり」

要予約で参加費500円、申し込みは支部まで。

東北支部 ☎ 022-217-0081

## 秋の講演会

11月28日(土) 13:30～15:30(開場13:00) 仙台市シルバーセンター「交流ホール」

(JR仙台駅西口、北へ徒歩5分)

講演「子供がいのちを見つめる授業

—がんの教育—

渡邊 睦弥 さん

福島県会津若松市

竹田総合病院精神科、

緩和ケア科科长・支部理事



講演「痛みとれます」出版その後

加藤 佳子 さん

山形県米沢市

三友堂病院緩和ケア科科长

支部理事



講演後、会場との質疑応答、意見交換があります。 定員 280人(先着順) 一般の方もお出かけください。(無料)

## どなたでもどうぞ 第18回「仙台駅横 交流サロン」

10月9日(金) 14:00 ~ 15:30

仙台市の「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「終末期の痛み～パート2」

協会が出版した『あなたの痛みはとれる』をテキストに「多い終末期の痛み」について話し合う。

今回は来年1月15日、時間、場所は同じで

関東甲信越支部 ☎ 03-5689-2100

## 公開講演会in甲府

10月28日(水) 14:00 ~ 16:00

(開場13:00)

甲府市の山梨県立県民文化ホール

(コラニー)会議室

(JR甲府駅よりバス5分、あるいは徒歩20分)

講演「終活／安らか看取りの追求」

石飛 幸三 さん 東京都世田谷区特別養護老人ホーム「芦花ホーム」常勤医師、支部理事

定員 96人(予約不要で先着順・無料)

## ■ サロンin本郷 (会員交流の場です)

お茶を飲みながら尊厳死などについておしゃべりしましょう。

10月 9日(金)・10月 23日(金)

11月 13日(金)＝現支部事務所で

11月 27日(金)・12月 11日(金)

12月 25日(金)＝本部事務局で

時間は13:30～15:00。支部事務所の移転に伴い、11月27日以降の会場は本部事務局(地下鉄丸ノ内線・大江戸線「本郷三丁目」駅近く)です。問い合わせは支部まで

## 関東甲信越支部事務所移転(本部事務局内へ)のお知らせ

11月16日(月)から、本部事務局(東京都文京区本郷2-27-8 太陽館ビル501)内の新事務所で。

電話、FAXは変わりません。

東海支部 ☎ 052-481-6501

## 第2回 日本リビングウイイル研究会東海地方会

テーマ「痛み、苦しみのない最期を求めて～緩和ケア・在宅医療を中心として」

基調講演者の在宅クリニック院長がリポーターの体験談に意見を絡ませ、会場の来場者もこれに参加してテーマの狙いに迫る

11月22日(日) 13:00 ~ 16:00(開場12:30)

愛知県医師会館大講堂(名古屋市中区栄4。中日ビル南)

▶基調講演「在宅ホスピスケアを目指して」

中島 一光 さん 愛知県大府市・いきいき在宅クリニック院長

▶リポーター3人の意見報告

「自己決定と家族のジレンマ」「モルヒネ使用で日常生活を取り戻して逝った娘(乳がん、肺がん)」「夫を自宅で看取った経験から」を

▶意見交換

▶定員 200人(先着順)



共催 愛知県医師会、名古屋市医師会

## 東海支部 第8回 岐阜地区 リビングウイル懇話会in岐阜

10月4日(日) 14:00～16:30

岐阜市民会館会議室80(岐阜市美江寺町)

講演「認知症患者にとっての自己決定」

青木 仁子 支部長(副理事長、弁護士)

講演「在宅での終末期ケア

～リビングウイルの視点から」

益田 雄一郎 さん

(みのかも西クリニック院長、支部理事)

定員 100人(先着順)

## 関西支部 ☎ 06-4866-6365

### 京都講演会

11月1日(日) 13:00～15:00

(受付12:00)

京都市のシルクホール(京都産業会館8F)

(地下鉄烏丸線四条駅 阪急京都線烏丸駅すぐ)

講演「自分らしい理想の最期

～生と死を考える～

カール・ベッカー さん

京都大学こころの未来研究センター教授

講師、協会役員と意見交換する懇談会

(15:20～16:20)もあります。



定員 750名(無料)

要予約 申し込みはFAX(06-4866-6375)、

Eメールkansai@songenshi-kyokai.comで支部へ

①氏名(ふりがな)、②住所、③電話番号、④会員、非会員、⑤人数を記入 会員でない方、お友達をお誘いのうえご参加ください。

問い合わせは支部まで。

### 第7回 サロン交流会

11月14日(土) 13:00～15:00

関西支部事務所

テーマ 「医師の目から見た『自分らしい生き方』」

担当 辻 文生 支部理事

(吹田市民病院呼吸器アレルギー内科部長)

定員 15人(要予約。早めに支部まで)

### 定例サロンへどうぞ

10月 6日・13日・20日・27日

11月 10日・17日・24日

12月 1日・8日・15日・22日

会場は支部事務所、13:00～16:00

お好きな時間に、「生と死について」語り合しましょう。

支部事務所は新大阪駅から徒歩5分

## 四国支部 ☎ 089-993-6356

### えひめ市民公開講演会

11月7日(土) 13:30～15:30

コムズ松山5階大会議室

(松山市三番町6)

講演「自分の望む人生でありたい

～リビングウイルの必要性～

加戸 守行 さん 前愛媛県知事、支部顧問

講演後、協会DVD「リビングウイルーいのちの遺言状」鑑賞会(約25分)と質疑応答や医療相談会も行います。

後援 愛媛新聞社、南海放送、えひめCATV

# 2015年度 日本リビングウイイル研究会四国地方会

11月29日(日) 13:00～16:00

アルファあなぶきホール大会議室 小ホール棟4階 (香川県高松市玉藻町9-10)

▶ 講演(13:10～) 座長 綾川町国保陶病院院長 大原 昌樹

(1)「日本尊厳死協会の動向」

理事長 岩尾 總一郎

(2)「限られた人生をどう生きるか」

瓜生 幸子さん がん患者ネットワーク香川代表

(3)「家族の想いに寄り添った看取りケア」

丸山 良太さん 特養ホーム香東園生活相談員

▶ ワークショップ(14:30～) テーマ 「人生の最終章をどう生きるか」

座長 支部長 野元 正弘

スピーカー 綾川町国保陶病院院長 大原 昌樹

社会福祉法人「香東園」医務部長 多胡 護

あさひクリニック院長 西口 潤

▶ 質疑応答(15:30～) 一般公開ですので、お友達をお誘い合わせの上、お気軽にお越しください。

## 支部サロン

### "喫茶去(きっさこ)だんだん"

毎月第1金曜日に松山市の支部事務所で開催しています。会員でない方も大歓迎です。

10月2日 社会の気になる事 11月6日 協会DVD鑑賞会

1月8日 新春お茶会 \*12月はお休みします。

時間はいつでも13:30～15:30

## 趣味あれこれ会

10月16日、11月20日、1月15日(毎月第3金曜日)

支部事務所

「絵手紙」「百人一首」「手芸」等を気楽に楽しむ会です。希望の方は支部までご連絡ください。

九州支部 ☎ 092-724-6008

## おおいた市民公開講演会 健やかに穏やかに～よき生き方・逝き方を聴く～

10月17日(土) 13:00～16:20 ホルトホール大分 3階大会議室(300席)

(大分市のJR大分駅南口より徒歩3分)

講演「がんは告知した方がいいと思いますか? 一本人と家族の思い」

高田中央病院医療福祉管理者 有永信哉さん

司会 ナーシングサポートセンターすばる 得丸 尊子

講演「穏やかな最期を迎えるために知っておきたいこと」

長尾クリニック院長、副理事長 長尾 和宏

司会 オアシス外科乳腺外科院長 川野 克則

問い合わせは、主催の支部おおいた事務局

(電話0977-23-2345 麻生)まで

## 公開講演会inふくおか

12月5日(土) 13:30～16:00 天神ビル11階9号室(福岡市中央区天神2)

講演「農業と健康」

松股 孝 NPOロシナンテス理事、海邦病院総合診療医、支部理事

講演「安らかな終末期を過ごす為に～リビングウイイル(事前指示書)が必要」

原 信之 支部長、国立福岡東医療センター名誉院長

問い合わせ、支部まで

## 老年学会が「若返り」声明 今の70歳は一昔前の60歳

平均寿命がまた伸びました。

2014年で女性は86・83歳、男性は80・50歳と過去最高に。健康、運動ブームもあつてか、最近の高齢者は確かに元気です。元気がころか、「最近の高齢者は体力、知力で若返っている」と声明を発表し、「高齢者の定義」を見直そうという学会もあるのです。

わが国では法律上、高齢者の定義はなく、老人福祉法の対象などから「65歳以上」が通念となつていきます。ただ平均寿命の伸びも著しく、「60代半ばで老人扱いはご免」という気風が強く、通念と実態のギャップが目立ってきました。

この問題に切り込んだのが日本老年学会です。横浜市で6月開いた同学会総会で「現在の高齢者は10年〜20年前の高齢者と比べ5〜10歳若返っている」との声明を発

表しました。

「高齢者の若返り」論拠の幾つかが総会でのシンポジウムで発表されました。

### 健康ブーム、歩きも速く 知的機能も10年若返り

その一つが「歩行速度」。東京都老人総研(当時)が秋田県で1992年と2002年に行われた高齢者4千人の身体能力調査の



ジョギングも若返りに一役

比較があります。02年の70歳代後半男性の歩行速度(1秒で1・2m)は、10年前の60歳後半とほぼ同じでした。

歩行は、高齢者の自立した生活に欠かせない基本動作の一つ。自力移動は寝たきり防止などにつながります。

若返りデータは「知的機能」でも示されました。

国立長寿医療研究センターが愛知県大府市の住民2300人(40歳以上)に継続的な知能検査を行ったデータです。「現在の70代の平均得点は、10年前の60台に相当する」との評価です。

学会は年内にも「高齢者定義変更の要否」も含む報告書を提出します。老年学会は、老年医学会、老年看護学会、老年精神医学会など7学会で構成されたオール老年学会です。その発信だけに、「65歳以上」見直しにつながるのかと、世の関心を集めています。通念と実態のずれの解消は古く新しい問題です。

古くは1997年に厚生省(当時)の有識者懇談会が「高齢者観を変えよう」といえば70歳から」と提言しました。おそろおそろの言い回しです。当時の国民の高齢者観調査でも「高齢者は70歳以上」が48%もあつたのに、政策課題にもなりませんでした。

### 「65歳以上」見直し議論も 暮らしにも影響する話

高齢者は確かに若返つています。仮に「70歳以上」とされても違和感はありません。現に老人医療保険は70歳以上を対象とし、ご丁寧に75歳以上を「後期高齢者」としています。

ただ「高齢者は〇〇歳以上」という新しい線引きは、社会保障制度にも影響しますから、一概に喜べません。医療保険や介護保険の負担増にもつながり、年金受給年齢の引き上げにも影響しかねないのです。「若返り」は喜ばしいのですが、私たちの暮らしにも影響する話なのです。

- インタビュー .....02  
牛尾治朗・ウシオ電機会長
- 認知症とリビング・ウイル .....06  
減退する意思能力に取り組む／「認知症」テーマに関西支部LW研究会
- 第4回日本リビングウイル研究会 .....08
- 障害者に向けた協会の取り組み .....09  
出前講座は手話通訳付き／会報の点訳は23年の歴史
- 中学生が考える「尊厳ある死」 .....10
- 在宅の「看取り」を支える .....11  
エンドオブケア協会が「援助士」発足
- ひろば .....12  
特集「一人暮らしの知恵」／モルヒネ友の会／旭川市内の紅葉(投稿写真)
- 支部活動 最前線 .....14  
「出前講座」初の講師研修会／北陸支部が「終末期の要望」作成／増子議連会長が法案を説明
- 支部活動 2015年秋～冬 .....16
- 情報クリップ .....20  
老年学会「今の70歳は一昔前の60歳」
- LW受容協力医師／ご寄付 .....21
- 編集後記 .....22
- 尊厳死の宣言書／本部・支部一覧 .....23
- 出版案内 ..... 裏表紙

協会会員：11万 9076人  
(9月7日現在)

次号は、2016年1月1日発行

## 編集後記

記録づくめだった猛暑をいかがおしのごでしてでしょうか。さて誌面は読みやすさをめざし、1行17字を15字に、1段28行を26行に改めました。その分、活字が心もち大きくなりました。字詰まりのうっとうしさからの解放です。(会報編集部)

■私事です。わが夫婦それぞれの二親(すでに故人)のうち2人が認知症で入所した施設で亡くなりました。わが家に限れば発症率5割は、認知症800万人時代をはるかに上回る数字です。「認知症とLW」をまとめながら、5割の恐怖“が”よぎりました。(白井)

■会員にご参加いただく投稿ページ「ひろば」が、皆さまのご支援で広がり始めました。ありがたいことです。協会会報は全国の会員をつなぐ、唯一の「場」です。支部の枠を超えた会員同士の交流の輪が、「ひろば」から生まれるといいですね。(清水)

## 事務局から お願い

- ・ 転居通知やカード再発行、会費支払に関するお問い合わせの際は、あらかじめ会員番号(会員証や宣言書コピーに記載されています)をご準備ください。
- ・ 医療相談のお申込みにも、会員番号が必要ですよ。

## Living Will

日本尊厳死協会会報 No.159  
2015年10月1日発行

発行 一般財団法人 日本尊厳死協会  
理事長 岩尾総一郎  
編集 会報編集部  
デザイン 株式会社イーネ  
印刷 JP ビズメール株式会社

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

・協会からお送りする会費納入の「振込票」には、会員の住所は省略されています。転居のご連絡以外は住所の記入は不要です。

## 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)

病気や医療、特に終末医療について心配ごと、困りごとを専門の相談員がお聴きし、サポートいたします。

## リビング・ウイル

—いのちの遺言状—

LWを紹介する20分のDVD(協会制作・発行)。お友達にLWを広めるためにご活用を！ご注文は、協会書籍と同じく協会事務局まで。税・送料込み1100円。



# 尊厳死の宣言書

(リビング・ウイル Living Will)

私は、私の傷病が不治であり、かつ死が迫っていたり、生命維持措置無しでは生存できない状態に陥った場合に備えて、私の家族、縁者ならびに私の医療に携わっている方々に次の要望を宣言いたします。

この宣言書は、私の精神が健全な状態にある時に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。

- ① 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。
- ② 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。
- ③ 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、私の宣言による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自然のままに寿命を迎え、延命措置を望まない意思を表したリビング・ウイル「尊厳死の宣言書」を発行、その普及に努めています。お友だちやお知り合いに協会や「宣言書」のことをお伝えいただければ願っています。

### 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 <http://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2-40-14 山崎ビル302  
TEL : 03-5689-2100 FAX : 03-5689-2141  
※11月16日から本部事務局内に移転  
※電話・FAX番号は変わりません

### 東海支部

〒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

### 北陸支部

〒920-0902 金沢市尾張町1-7-1 山崎法律事務所内  
TEL : 076-232-0900 FAX : 076-232-0932

### 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 : 092-724-6008 FAX : 092-724-6008

各支部のホームページへのアクセスは、本部ホームページからのリンクをご利用ください。

# 出版案内

日本尊厳死協会が会員の皆様にお勧めする必読の書。**好評発売中**です。

## 我慢しないで！ 医療用麻薬モルヒネで「痛み」はとれる

### ◎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

医療用麻薬のモルヒネは、「中毒になり、死期を早める」  
「がん末期にしか使えない」と誤解されてきました。

### ◎モルヒネは「神様の贈り物」

今日では、世界の医学界がこうした誤解を完全に否定しています。  
適正に使用すれば「鎮痛薬の王者」なのです。

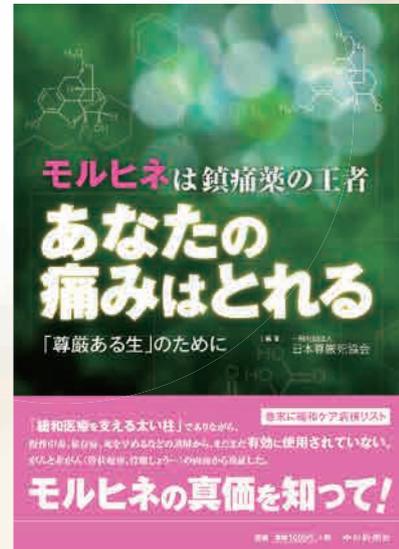
### ◎がん以外の痛みにも効果

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、パーキンソン病、閉そく性動脈硬化症など、がん以外の激痛にも効果が実証されています。

### ◎専門医がアドバイス

執筆者の1人、加藤佳子医師は、「痛みは本人にしか分からない。我慢しないで、医師に『痛みを取ってください』と言いましょ」と呼びかけています。

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  
モルヒネは鎮痛薬の王者

## 尊厳死の「不治かつ末期」 専門医が病態ごとにやさしく解き明かす

終末期は人によって様々、判断に迷うことが多くて当然です。  
病態ごとに専門医が「不治かつ末期」を分かりやすく説明した本書。  
こんな疑問にも答えがあります。

### ▶がんの末期

人工的な栄養・水分の補給は、むしろ症状を悪化させる？

### ▶持続的植物状態

延命措置について事前に意思表示していなかった場合、  
医師や家族が採れる方法は？

### ▶腎不全

余命が宣告されている状態で、医師から透析療法を勧められたら？

### ▶救急医療

救急車で運ばれたら「カードを示せない」と心配する会員は多い。  
日本救急医学会が示す「終末期」の判断とは？

### ▶認知症

協会のリビング・ウィルでは触れていないが、国民の関心は高い。  
延命措置をどう考える？

### ▶老衰

天寿を全うする「老衰死」。その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。  
本書は、「具体的な意思表示がいかに大切か」を訴えています。

編著・発行 日本尊厳死協会  
発売 中日新聞社



新・私が決める 尊厳死  
「不治かつ末期」の具体的提案

### お求めは協会事務局で

いずれも 1100 円(税・送料込)。お名前、住所、購入希望本を明記のうえ、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)宛に郵送してください。