

健やかに生き、安らかな最期を

# Living Will

2023年  
10月発行

No. | 9 |

リビング・ウイル

○ 理事長交代 フォトリポート

○ ファシリテーター養成研修会の報告

○ 連載「四季の歌」ちいさい秋みつけた

「私のリビング・ウイル」を語る

女優

柴田理恵さん

シンガーソングライター

なぎぞら健吉さん



公益財団法人  
日本尊厳死協会

JAPAN SOCIETY FOR DYING WITH DIGNITY



# 著名人が語る 「私のリビング・ウイル」

TBSラジオ・ラジオ大阪「MyLIFE! MyCHOICE!!」(日本尊厳死協会提供)から

昨年秋から毎週、著名人にご登場いただき、人生の最終段階や死生観などについて20分ほど、ラジオでお話しいただいています。今回は女優の柴田理恵さんとシンガーソングライターのなぎら健壱さんのお話を掲載いたします。聞き手は元TBSアナウンサーで現在フリーアナウンサーの安東弘樹さん。

(構成/会報編集・郡司 武)



「インタビュー」女優

## 柴田理恵さん

### 「最後は地域に 貢献しながら暮らしたい」

**安東** 相変わらずの笑顔ですね。まず、芸能界入りのきっかけからお聞きします。

**柴田** 高校の時に「芝居っていいな」と思って、住んでいた富山に来る劇団をいろいろ見ていましたね。郷里の八尾町の奥に利賀村ってあるんですけど、そこに東京の早稲田小劇場の人たちが合掌造りの劇場を建てたらしい、と聞いて見に行っただけです。そこで白石加代子さんを見て「うわあー、なんて素敵なんだ、この人」

「絶対、東京に行こう」と思って東京に出て、大学で4年間、学生演劇をやりました。  
**安東** 卒業してからも演劇を続けたんですね。

**柴田** OLさんになるという想像

がつかなくて。「3年間だけ芝居をやらせてください」と親に言っただけで、佐藤B作さんの劇団東京ヴォードヴィルショーに入ったんです。3年くらいいましたね。

**安東** その後、久本雅美さんと「ワハハ本舗」を立ち上げたんですね。  
**柴田** そうです、そうです。その頃は、この世界でご飯を食べられるとかテレビに出るなんてまったく思ってもいませんでした。

### 「正月に一緒に 酒を飲む」を目標に

**安東** ご両親の反応はどうでしたか。  
**柴田** 最初は反対ですよ、ひとりっ子でもありましたし。うちは母が教員なんで、「国語の先生の免許

取るから」ってウソついて。親は最初「まあ、3年間なら」と渋々でしたが、その後「ワハハ本舗」をやるとなった時は絶望してましたね。  
**安東** ハハハ、絶望ですか。  
**柴田** それでもずーっと「帰ってこい帰ってこい、帰ってきて就職しろ」でした。30代後半になって、やっと諦めてくれたかなあ。  
**安東** テレビに出るようになってからですかね。

**柴田** そうですね。  
**安東** 「ワハハ本舗」も大きくなり、ご両親もご覧になりましたか。  
**柴田** ええ、見に来ました。父は「これは何を意味してるのか」みたいなことをアンケートに書いたりしてましたけど、母は大喜びで投げ銭したりしてました。  
**安東** そうでしたか。ま、ご両親も認められたということですね。

**柴田** そうですね。  
**安東** そんなお父さまですが、2016年に亡くなりましたか。  
**柴田** 89歳でした。急な別れだったんです。体調を崩して入院したんですが重篤ではなかったんです。亡くなる日の午前中も母が行って、甘く煮た栗を一緒に食べ、「美味しい。お前のもくれ」と言って食べたそうです。そして母が帰って1、2時間後くらいに容態が急変し、亡くなりました。母は、好きな栗を食べて苦しまずに逝った父に「あっけらかんと逝ったお父さんの死に方はいいよ」って言ってましたね。  
**安東** でも突然の別れですよ。喪失感は大変でしたしよ？  
**柴田** 母はずーっと一緒でしたから大変な喪失感だと思います。父のことは亡くなっていろいろ思います。富山で行きたかった飲み屋さんがあるって、勇気出して入って「初めまして！」って言ったたら、「お父さんはよく見えてましたよ」と言うんです。「酔っぱらってご迷惑かけてたんじやないですか」と言いましたら「いやいや、会社の先輩の人たちを連れてきて、不満などをよく聞いて相談に乗ってましたよ」と言われたんです。そんな父の知らなかった面を亡くなって初めて知り、ちょっと嬉しかったですね。ただの酔っぱらいじゃなかったんだと。

それから地域のシルバー人材活用のような仕事も立ち上げて、地域のために活動してましたね。  
**安東** そうでしたか。お母さまはお

元気なんですか。

**柴田** 1年ほど前まで一人で頑張ってたんですけど、その後、体調を崩して今は入院中です。93歳ですね。  
**安東** 5、6年は1人だったわけですね。

**柴田** そうですね。父の1周忌の相談してる頃に高熱を出して体調を崩したんです。病院に行きましたら、「えーっ、こんなに一気に老けるんだ」と思うくらいになり、私のこともちよつとよくわからないような状態でした。お医者さんには「延命措置はしますか」みたいなことも聞かれました。

**安東** どういう返事をしたんですか。

**柴田** ずっと以前から「延命治療みたいなのはやめてくれ」と言われてたので、正直にそう答えました。そしたら「心臓マッサージはどうしますか」とかいろいろ聞かれ、「これは本人の意思なので」と答えましたね。その後、母も少し元気になり「理恵？」ってわかりましたので、「あ、お母さん、何したい？酒飲みたかろう？」って聞いたたら「酒、飲みたい」って言うんです。なんか具体的な目標を持たせてあげたいと思って聞いてたんですね。

**安東** なるほど、当面の目標を作ってたんですね。

**柴田** その時は10月でしたかね。それで正月に富山に帰ってきたときに「一緒に酒を飲む」ことにしたんです。そしたら意識もはっきりし、頑張つてりハビリもして歩けるようになり、正月に実家で酒を一緒に飲みました。大したもんですね。

### 『行き場のない』 保護犬と出会って

**安東** 素晴らしい。目標を持ったことが良かったんですね。

**柴田** 人間はね、「身のまわりのニンジン」が大事なんです。ほんとに。

**安東** うちの母は今、サ高住にいますけど、何をニンジンにすればいいのか考えてました。

**柴田** 旅行とか、誰それさんに会いに行くとか、そういうことが大事なんです。母は小学校の教員をしていましたし、退職後も学校で茶道を教えていたもんですから、教え子の子や孫まで知ってるんです。だから「教え子の孫を見に学校に行く」のが希望だったんです。  
**安東** そうですか。お父さんもお母さんも地域に生きてきたわけですね。

印象的ですね。

**柴田** その後、コロナになり仕事も無くなり、また保護犬を飼って一緒に暮らしています。

**安東** 保護犬にこだわりがあるんですか。

**柴田** そのコは行き場がなくて困っているわけですよ。それって出会いですよ。運命ですよ。野犬にしたのは人間ですから、人間の責任としますか。

て育てたいと思いますね。

**安東** 最後になります。人生のフイナール、どのように生きたいですか。  
**柴田** つくづく親というのはありがたい存在で、私を産んで、育ててく

### 『私を産んで、育ててくれて、 人生の終い方』まで 教えてくれるわけですよ。』



しばた・りえ

1959年、富山県生まれ。母の実家は八尾町の老舗旅館。明治大学文学部演劇学科を卒業後、劇団東京ヴォードヴィルショーに入団。1984年に脱退しWAHAWA本舗を旗揚げ、看板女優に。テレビドラマ、バラエティーなどで活躍。

悲しい別れとして、ワンちゃんとの別れもあったんですね。

**柴田** 2019年に飼っていた愛犬を亡くしました。そのコはロケ中に拾ったコだったんです。ゴミ箱でビニール袋に包まれていた。声がする声がある、と言ってゴミを掻き分けて抱き上げたんです。後ろ足に先天的なハンディキャップがあつてね、「それで捨てられたのか」と思いました。すぐに動物病院に行き、足を切断して3本足になりました。そのコが私の地方公演中に体調が悪化し、

帰ってきた翌朝に高熱でバタツと倒れたんです。

**安東** あら。それでどうされましたか。

**柴田** 獣医さんが病院で診ましょうと言ってくれたんですけど、「このコは捨てられていたから箱に入るのが嫌なんです。家で世話したい」と言い、点滴も家でしながら、おむつや流動食の世話も全部しながら見送りました。すべて世話をさせてもらって本当に親孝行なコでした。  
**安東** 「させてもらって」という言葉、

れて、なおかつ人生の終い方まで教えてくれるわけですよ。父や母の生き方を見て、どちらも最後は地域に貢献しながら生きたわけで、私もそのように生きたいと思えます。

### 『インタビュー』シンガーソングライター

# なぎら健志さん

## 「人さまによく言われるような 生き方をしなきゃあ…」

**安東** なぎらさんは、いろいろ偶然が重なって売れていったという趣旨のことを語っておられますが、どんな偶然なんですか。

**なぎら** 気付いたら売っていたというか…。子どもの歌で「いっぽんでもニンジン」というのがあるんですが、「およげーたいやきくん」のB面と言われますけど、じつは「両A面」なんです。「ニンジン」は「た

いやきくん」(子門真人)の2年前の1973年にすでに出来てたので、まさか一緒に出るとは思ってもいませんでした。そしたら戦後最大のヒット(458万枚)でしょ。

**安東** 戦後最大も最大ですよ。

**なぎら** レコード会社の人に最初、5000枚作ると言われたんです。「1枚1円として5000円です

か」って聞いたたら「なぎらさん、全部なんて売れないっ！。売れて2000でしょ」って言われたんです。それが出してみたら、なんと戦後最大のヒットですよ。  
**安東** ほんとですね。いろいろありましたね。コロナではライブもできなかったですしね。

### 『コロナ禍では、 ただ歩くしかなかった』

**なぎら** ライブができないということとは他の仕事もないということですか。じゃあ飲みに行こうか、と言つても飲み屋もやってない。ただ歩くしかないですよ。さつさどではなく、だからちんたら、と。カメラ持って歩いてました。今年あたりから、ライブができない時にいろいろ考えていたのをやっていききたいな

と思っっています。

**安東** コロナの時期にお友だちも亡くされたとか。

**なぎら** そう。飲食店をしていた友だちでね。毎晩のように会って飲んだり、店が終わるとうちに来たり、家族で旅行したり、という付き合いでした。

**安東** 気持ちの整理が大変でしたでしょ。

**なぎら** もう、考えないようにしました。「会えない」と「会わない」という言葉がありますよね。召されてしまえば物理的に会えませんが、「会わない」というのは会えるんだけれど忙しかったり何かあったりして「会わない」ということで、そう思い込ませることにしたんです。そうしないとガクッとさちゃいますから。長い間連絡してない友だちの

# 私の希望表明書 ①

【記入は任意です。書きたい時がきたら記入してください。迷う場合は書かなくてもよいです。】  
リビング・ウイル3箇条に加え、私の思いや人生の最終段階における具体的な医療に対する要望にチェックを入れました。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

## 希望する医療措置について

- 点滴
- 輸血
- 酸素吸入
- 人工呼吸器装着
- 人工透析
- 抗がん剤
- 心肺蘇生
- 昇圧剤や強心剤

## 希望する栄養や水分補給

- 口から入るものだけを食べさせてほしい
- 状態に応じた少量の点滴
- 胃ろうによる栄養
- 経鼻チューブ栄養
- 中心静脈栄養

## 緩和ケア

- 医療用麻薬や鎮静薬も使用して、痛みを感じることがないように十分な緩和ケアを行ってほしい
- 肉体的な苦痛だけでなく、精神的・社会的な痛みへのケアも行ってほしい
- 私の死に直面し、喪失感と悲嘆に暮れる人々への精神的・社会的なケアを行ってほしい

## 意思の疎通ができなくなったとき

- リビング・ウイルと「私の希望表明書」だけでは判断しきれない場合は、私の代諾者や医療・ケアに関わる関係者が繰り返し話し合い、私の最善を考えてください
- 私が少しでも意思表示をする場合は、その意図をくみ取る努力をお願いします

## 最期の過ごし方

- 場所
- 自宅(自分の家・子供の家・孫の家・親戚の家:具体的な名前 \_\_\_\_\_)
  - 自宅以外( \_\_\_\_\_)
  - 高齢者施設の居室
  - 介護施設
  - 病院
  - ホスピスや緩和ケア病棟
  - 分からない
  - その他( \_\_\_\_\_)

## 誰と(ペットの名前を書かれても結構です)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## どのように

-----

-----

-----

-----



なぎら・けんいち

1952年、東京・銀座生まれ。1970年に岐阜県の中津川で行われた全日本フォークジャンボリーに飛び入り参加しライブ盤に収録。「替え歌の名人」の異名も。俳優、タレントとしても活躍。東京の下町庶民文化への造詣も深く著書も多い。

ある程度トシをとったら、  
楽しくないことを  
排除しないとつまらない

ように思うとしたんです。会えるんだ会えるんだ、だけど「会わない」だけなんだ、と。  
安東 喪失感をもった時にそう思い込むことは一つの心のあり方かもしれないですね。その思いを表わした歌があるんですか。  
なぎら 「流れる人よ」という一昨年に出したアルバムに入っているものです。旅人とすれ違うという話なんですけど、人生のどこかで人はすれ違いながら生きている、いう歌ですね。

安東 その中に「ここまで下りてきな」って歌詞がありますね。  
なぎら はい。旅人に、辛かったら、そんなに歩かなくていいから「ここまで下りてきな」という感じかな。  
安東 心に沁み入る歌ですね。  
命って有限なものですよ。そのあたりのことについて思うことはありますか。  
なぎら 人は分け隔てなく、いずれ亡くなりますからね。その時にどれだけのものを残していけるかな、と思うんですよ。どこかにその人の思

い出が残っていれば、まだその人は生きていて、と思う。私は覚えていなくても子どもは覚えていない、忘れちゃってる、そういうときが「その人が亡くなる」ということなのかと思いますね。  
それから天国と地獄があるとすれば、亡くなってから「あいつはいい奴だったよな」と言われてるとすれば天国だと思えますよ。「あいつなんか死んでよかったよ」なんて言われてるとすれば地獄でしょ。そうだとすれば「人さまによく言われるような生き方をしなきゃいけない」と思いますよ。

「まだまだ最高があるんだぞ、と…」

安東 なるほど。なぎらさんご自身が人生のフィナーレを迎えるまでにやっておきたいことはありますか。  
なぎら 楽しくないことは排除しようと思ってるんです。若い時は楽しくないこともやらなきゃならない場合もありますよ。糧にもなりますからね。だけど、ある程度トシをとったら、楽しくないことを排除しないとつまらない。それからトシをとって「今が最高」という人がいますけ



安東弘樹 あんどう・ひろき

1967年、神奈川県生まれ。1991年にTBSに入社後、さまざまなテレビ、ラジオの報道やバラエティー番組を担当。現在はフリーのアナウンサーとして活躍。

※「My LIFE! My CHOICE!!」の放送時間は、TBSラジオは毎週日曜の午前5時より、ラジオ大阪は毎週土曜の午前11時15分より。番組公式HPは<https://www.tbsradio.jp/mylife/> 番組公式HP、日本尊厳死協会のHPから動画視聴ができます。

ど、「まだ明日、やり方によっては最高がある」と私は思ってるんではないか、と思うてるんです。「まだまだ最高があるんだぞ」という思いでいきたいですね。  
安東 最後はどんな思いで逝きたいですか。  
なぎら 「楽しいことがまだまだあるのに」と思いながら笑って逝きたいですね。  
安東 それって最高かもしれないですね。ありがとうございます。



## 理事長交代記念講演会 in 東大 伊藤謝恩ホール

8/6

理事長交代に伴い、日本尊厳死協会創立からの47年の歩みを振り返りながら、日本の終末期医療を取り巻くさまざまな問題・課題を語り、今後の協会の展望をさぐりました。

休憩を挟んで、女優の仁科亜希子さんをお迎えし、フリーアナウンサーの安東弘樹さんがインタビューしました。

仁科さんご自身を襲った度重なるがんと闘病、その時々のお気持ちの変化、今振り返って思うことなどを語っていただきつつ、北村義浩新理事長も加わり、尊厳死に関する素朴な疑問に答えました。



北村義浩 理事長

### 「旅立ち自分で決める」が基本です(北村)

「多死社会が到来し、終末期の医療について関心が高まっています。終末期の医療は“任せる”のではなく“旅立ち自分で決める”ということが基本なんです。料理のような“おまかせコース”ではなくアラカルト注文になります。それにはリビングウィルを書くこと。終末期の皆さんをサポートし、法制化を目指して取り組んでいきます」



仁科亜希子さん(女優)

### 「死を意識する、忘れる」の繰り返しでしたね(仁科)

「70歳になりました。38歳で子宮頸がん、60歳で大腸がんなど、これまでがんの手術を4回受けました。そのたびに“死”を意識する、忘れる、また意識する、の繰り返しでしたね。今、最期は拍手で見送ってほしいなあ、と思いますね」



岩尾総一郎 前理事長(現・名誉会長)

### 「残るは尊厳死の法制化です(岩尾)

「10年以上にわたって、理事長として公益法人化、LWの改訂、会員管理等の事務機能の見直し、調査・研究・広報活動の強化などに積極的に取り組んできました。残るは尊厳死の法制化です。一進一退ですが、なんとか実現に向けて進んでいただきたい」



左から北村さん、仁科さん、安東アナウンサー

## 理事長交代記者会見&鮫島有美子コンサート in 日本外国特派員協会

8/3

### 「議連」幹事長も会見に同席 鮫島有美子・新顧問が10曲を熱唱



理事長交代記念講演会に3日先立って、8月3日、新旧理事長による記者会見「尊厳死——世界と日本」と、6月に協会顧問に就任されたソプラノ歌手・鮫島有美子さんのコンサートが開かれました。

会場となった日本外国特派員協会に用意された140席は、ほぼ満席となりました。

会見には「終末期における本人意思の尊重を考える議員連盟」の幹事長で衆議院厚生労働委員長の三ツ林裕巳議員も同席されました。



前理事長  
岩尾総一郎

「国際社会における協会の歩み」と題して、スライドを駆使して47年にわたる協会の活動をわかりやすく丁寧に説明した。



衆議院厚生労働委員長  
三ツ林裕巳

「大学病院に長年、医師として勤めてきました。そこで体験した終末期医療等についての知見を生かして、“人生会議”での本人意思の確認を基本に、尊厳死法制化に向けて超党派で取り組んでいきたい」。



新理事長  
北村義浩

「法制化を目指して取り組んでいきたい。今、ラジオで毎週、著名人が“旅立ち”のことについて熱く語っています。ホームページからも見られます。是非ご覧ください」。

### 記者会見に引き続いて行われた鮫島有美子さんのコンサート



上皇后美智子さま作曲の子守歌「おもひ子」をはじめ、愛の讃歌、リリー・マルレーン、マイウエイ、川の流れるように、など10曲ほどを歌い上げました。最後に会報の「四季の歌」のコピーを手に全員で「うさぎ追いしかの山…の「故郷」を合唱」。

# LWのひろば

## 夫が迎えに来るまで

新谷徳子 91歳 東京都

一歳上の夫を亡くして8年になります。その5年前に夫に前立腺がんが見つかりましたが手術して一応完治。その後、慢性心不全、腰痛などで通院しながらも日常生活に支障もなく、時折2人で一泊旅行を楽しんだりしていました。しかし次第に食欲が減退してきましたので病院へ行き、主治医の先生の説明を聞きまし

た。「入院して検査し、しばらく様子を見ましょう」とのご意見に、うつむいていた夫が突然立ち上がり「胃ろうも延命治療もダメ」と大声で言いながら、手を交差させてバツ印を作りました。私はただ呆然。主治医の先生はしばらくして「わかりました」

と頷きました。

夫はそのまま入院。毎日見舞い、一方的にしゃべる私の話を、夫はおだやかな笑顔で受け入れてくれました。入院して10日ほどした夜、部屋で物音がしたので当直の方が急いで行って見ると、携帯を落とした様子。拾って渡し「誰に電話を」と聞くと「妻に」と答え、携帯を握ったまま目を閉じてそのまま眠ったそうです。私はいつもスマホを側に置いていたのに気づきませんでした。夫が何を私に伝えようとしたのか……。その2日後、夫は私と妹に見守られながら、穏やかな顔で旅立ちました。夫の意には反しますが、どうして延命治療をお願いしなかったのかと自分を責めました。夫は教員で、私たち夫婦は子どもには恵まれませんでしたが。

## 虹色の橋を作って！

伊藤淳子 76歳 静岡県

5年前に旅立った夫は、どんなところから私を見守っているのだろう。さわやかな風が吹く草原、海を見渡せる丘、あるいは密やかに輝く星……。私は思いを巡らせながら遺影に手を合わせる。けれど、夫の眠るところへの地図が描けない。

天国への階段を上るのか、三途の川を渡るのか、どちらも違うような気がする。途中で立ち往生しそうな迷路に入り込まないようにしなければ

た。

近所のかかりつけ医からは、「医師は治療するのが本務であって、治療を断って『元気で死にたい』というような人の面倒をみるような医療保険はありません」と断られ、やむなく病院に通って鎮痛剤を処方してもらう日々が続きました。4月からは麻薬系の強い薬を使うことになり、1週間ごとに家内を連れて通院しなければなりません。

病状が進むにつれ認知機能にも障害を生じ、一刻も目を離すことができない状態になったため、地域のケアマネの手配で訪問看護と訪問医療を受けることになりました。ちなみに、仕事とはいえ訪問看護師の厳しくもやさしい介護ぶりには学ぶところが多くありました。

「これが私なりの人生美学」と言って選んだ尊厳死の途を歩んでいくのを最期まで看取り、その遺志に沿って、樹木葬を済ませました。これでようやく責任を果たすことができたと、私も自らを慰めています。最後に、家内の辞世の句を追記させていただきます。

今更の地球なれども櫻花 英子

ば。方向音痴の私を助けてくれるのは、やはり夫しかいない。そこで最後の頼みごとをするに決めた。「暁の空に架かる橋を作ってください、虹色のアーチ橋を！」と。

大きな橋や道路を多く手掛けてきた土木技師だったあなたなら、きっと願いをかなえてくれる。橋の向こうで待つ夫を見つけ、私はゆっくり歩を進めることができる。協会の真髓を礎におだやかな最期を迎えた夫のように、死への恐れや不安を退きたい。そんな子どもじみたファンタジーを描くことも悪くない。「橋が架かったよ」との夫の声を聞くまで、私は日々をいとおしみ、人生の締めくくりを迎えたい。

## 尊厳死を遂げた妻へ

杉野 明 89歳 神奈川県

昨年から悪性リンパ腫を患っていた家内が6月に尊厳死を遂げました。病院の医師から「化学療法や放射線治療を尽くせば寛解の可能性はあるが完治は難しい病気」と告げられて、私にひと言の相談もなく、「延命治療は不要、緩和ケアだけにしてください」と答えて病院から帰ってきました。それから1年足らずでし



輝く紅葉  
厳しかった夏も  
やっと過ぎ、  
穏やかな日差しに  
照り映える樹木たち

### お力をお貸しください！

会員の方々から「ひろば」への投稿やメールで、当協会の「PR不足が残念」といった声が届いています。「声かけに協力します」と申し出てくださいる方もあります。協会では入会勧誘のチラシ（写真）を用意しておりますので、送り先と枚数を協会本部までお知らせいただければ、すぐにお送りいたします。会員のみならずのお力をお貸しください。



### 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」など何でも構いません。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.or.jp)で。

● 写真の募集 1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11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 —

第二十六回

## ちいさい秋みつけた

サトウハチロー 作詞 中田喜直 作曲

誰かさんが 誰かさんが  
誰かさんが みつけた  
ちいさい秋 ちいさい秋  
ちいさい秋 みつけた  
めかくし鬼さん 手のなる方へ  
すましたお耳に かすかにしみた  
呼んでる口ぶえ もずの声  
ちいさい秋 ちいさい秋  
ちいさい秋 みつけた

誰かさんが 誰かさんが  
誰かさんが みつけた  
ちいさい秋 ちいさい秋  
ちいさい秋 みつけた  
お部屋は北向き くもりのガラス  
うつろな目の色 とかしたミルク  
わずかなすきから 秋の風  
ちいさい秋 ちいさい秋

ちいさい秋 みつけた  
誰かさんが 誰かさんが  
誰かさんが みつけた  
ちいさい秋 ちいさい秋  
ちいさい秋 みつけた  
むかしのむかしの 風見の鳥の  
ぼやけたとさかに はげの葉ひとつ  
はげの葉赤くて 入日色  
ちいさい秋 ちいさい秋  
ちいさい秋 みつけた  
(1962年、ポニージャックスの楽曲としてリリース)

秋の訪れのかすかな気配を「ちいさい秋みつけた」とした作詞のサトウハチロー(1903～1973年)は、「布団に腹ばいになって外を見ていたら赤くなったはげの葉に言い知れぬ秋を感じて」書き上げたと振り返っている。3歳頃に脇腹に負った大やけどの後遺症で、布団にうつぶせになって創作活動をしていたようだ。1番は聴覚から、2番は触覚・臭覚から、そして3番は視覚から「ちいさい秋」を詠いあげる。

父親の作家・佐藤紅緑は、ハチローが中学の時に再婚し、ハチローは実母と離れて暮らすことになる。そんな寂しさや母への思慕が、この詞に込められている。ちなみに再婚相手との娘が異母妹になる作家の佐藤愛子。作曲は「雪の降るまちを」「夏の思い出」などでも知られる中田喜直(1923～2000年)。「日本の歌百選」にも選ばれている。



## 東北支部

☎ 022-217-0081 ✉ tohoku@songenshi-kyokai.or.jp

### 第27回 東北支部「福島大会」&「第9回 東北リビングウイル研究会」

#### 第1部 ◎基調講演

テーマ「どのように生き、  
どのような最期を  
迎えたいか」

講師◎ 太田宣承  
(真宗大谷派碧祥寺住職、  
社会福祉法人光寿会理事長)



#### 第2部 ◎シンポジウム「生と死に向き合って」

座長◎ 佐藤富美子 (福島県立医科大学大学院  
看護学研究科特命教授、東北支部理事)

シンポジスト◎

今田かおる (小川医院理事、東北支部理事)

楠 恭信 (長照寺住職、臨床仏教師)

鈴木牧子 (がんを考える「ひいらぎの会」代表世話人)

コメンテーター◎ 太田宣承

日程◎ 11月5日(日) 午後1時半～4時(開場1時)  
会場◎ 福島市のコラッセ福島4階「多目的ホール」  
(福島駅西口から徒歩3分)  
福島市三河南町1-20 ☎024-525-4089

定員◎ 事前予約・先着192人(無料、どなたでもどうぞ)

予約先◎東北支部ホームページまたは電話

☎022-217-0081 tohoku@songenshi-kyokai.or.jp

特報◎ 11月下旬、「動画録画」を東北支部

ホームページ、YouTubeで公開

### 「リビング・ウイル」青森公開講演会

テーマ「救急医療と終末期医療の  
理想と現状」

講師◎ 石澤義也  
(青森県立中央病院  
救命救急センター長)



座長◎ 小枝淳一  
(生協さくら病院 医師)

日程◎ 11月26日(日)  
午後1時半～3時(開場1時)

会場◎ 青森市のリンクステーションホール青森  
4階「中会議室」  
青森市堤町1-4 (JR青森駅  
国道経由バス「文化会館前」下車)  
☎017-773-7300

定員◎ 事前予約・先着234人(無料、どなたでもどうぞ)

予約先◎東北支部ホームページまたは電話

☎022-217-0081 tohoku@songenshi-kyokai.or.jp

特報◎ 12月中旬、「動画録画」を東北支部

ホームページ、YouTubeで公開

### 第47回「仙台駅横 リビング・ウイル交流サロン」

日程◎ 10月13日(金) 午後1時～2時半(予定)  
※いつもより1時間早い開始時刻です。  
ご注意ください。

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「在宅医療医のを見つけ方、かかり方」

定員◎ 事前予約・先着20人(申込み順)、  
参加費無料、どなたでもどうぞ。  
(※新型コロナウイルス感染対策に  
留意し、まだマスク着用での参加を  
お願いいたします)

#### リレーエッセイ

#### 「LW(リビング・ウイル)のチカラ⑬」

##### 支部理事としての活動

山形県の酒井道子支部理事(元山形大学医学部  
麻酔科助手)は、長年、東北支部の理事として活躍  
しています。支部理事となるきっかけは、麻酔科の  
教授であり支部の常任理事でもあった故一柳邦男  
先生のお手伝いからです。それから「山形大会」や  
「米沢大会」など2度の大会事務局として開催に携  
わってきました。長尾和宏副理事長を山形にお招き  
しての「ピンピンコロリ」の講演も、とても印象深  
かったとのことでした。

来年の「米沢大会」の講演の企画も推進中です。  
「ささえあい医療人権センター COML」の山口育子  
理事長の講演を準備しています。来年は山形県米  
沢市の「伝国の杜」での開催です。

#### 【支部長から】

#### 福島と青森で研究会と講演会を開催します

「東北支部福島大会」&「東北リビングウイル研究会」  
を11月5日(日)、福島市の「コラッセ福島」で開催しま  
す。日々の生き方から、どのような人生の最期が導か  
れていくのか。具体的にいのちに向き合う現場ならで  
はの体験などを通して、これからの生き方の灯をさぐる  
貴重な機会ともなるでしょう。期待しています。

11月26日(日)には、青森県の東北支部理事の企画に  
よる「リビング・ウイル」青森公開講演会を開催します。  
高齢者に関心の高い「救急医療」がテーマ。救急現場で  
の実際の対応とその課題、「リビング・ウイル」によっ  
て終末期医療はどう変わるのかなど。青森県立中央病院  
の石澤義也救命救急センター長による、地域に即した  
具体的な助言と知識が得られるはずで。

【ご報告】東北支部は岩手県遠野市から12月5日(日)の  
「市民健康講座」への招請を受けました。テーマは「ACP  
(アドバンス・ケア・プランニング)」。一般市民向けの「講  
演」と専門職への「研修講演」の2本立てです。

(支部長 阿見孝雄)

### (新型コロナウイルス感染症の対応について)

新型コロナウイルス感染症がインフルエンザと同じ「5類感染症」に移行したことから、対応は個人や事業者の判断に委ねられることになりましたが、講演会や催し物などへご参加の場合、各支部の「お願い」にしたがっていただきますようお願いいたします。

## 北海道支部

☎ 0120-211-315 ✉ hokkaido@songenshi-kyokai.or.jp

### オンライン講演会

日程◎ 11月11日(土) 午後2時～3時半

テーマ「穏やかな在宅終末期を可能にする  
腹膜透析普及の取り組み」

講師◎ 松本秀一朗  
(川原腎・泌尿器科クリニック  
腎不全外科科長・  
腹膜透析センター長)



定員◎ 500人  
(会員・非会員を問わず無料)

形式◎ オンライン(ZOOM)

主催◎ 日本尊厳死協会北海道支部

申し込み◎ 北海道支部ホームページ(前日まで)

#### 【講演要旨】

病院で終末期を迎えることの多い透析患者は、それ  
まで構築してきたつながりや生活の場とは無縁の世界  
で人生を終えざるを得ない。腹膜透析は、在宅治療が  
容易なため社会的入院が回避でき、循環動態に与える  
影響も少ないため穏やかな在宅生活を可能とし、終末  
期ケアの提供も容易である。

2012年、鹿児島にて腹膜透析プログラムを立ち上  
げ、病院・在宅診療・訪問看護・施設(老人ホーム・特養・  
介護施設・看多機＝看護小規模多機能型居宅介護)など  
の医療介護インフラとの重層的な連携構築によって、  
導入期から終末期までの安定した腹膜透析医療提供が  
可能になった。新型コロナウイルス流行後の2020年  
以降は、在宅終末期を希望されるケースが増え、2020  
～22年の腹膜透析看取り18例中、病院看取りは1例  
に過ぎなかった。

IoTを駆使した連携によって診療密度を落とすこと  
なく、家族に囲まれた穏やかで充実した在宅終末期の

ケアが可能であった。お看取り後もご家族とSNS(メ  
ディカルケアステーション)を介したコミュニケーション  
が続くことで優れたグリーフケア提供にもなった。  
本講演では、腹膜透析による在宅看取りとSNSによる  
グリーフケアの取り組みについて詳しく紹介したい。

### 【セミナー「リビング・ウイル作成講座」】

日程◎ 10月10日(火) 10時～11時  
12月12日(火) 10時～11時

司会◎ 宮本礼子(支部長)

講師◎ 岡田七枝(支部理事)

内容◎ 日本尊厳死協会のリビング・ウイル  
作成について説明した後、終末期医療  
についての質問に答える

対象◎ リビング・ウイルについて学びたい方  
(会員、非会員を問わず)

定員◎ 100人(無料、先着順)

形式◎ オンライン(ZOOM)

申し込み◎ 北海道支部ホームページ(前日まで)

### ホームページ動画セミナー

### 北海道支部後援講演会

(オンラインと会場、2023年7月22日)

テーマ「超高齢者の豊かな最晩年を  
つくるために」

講師◎ 桑田美代子  
(医療法人社団慶成会 看護介護開発室長/  
青梅慶友病院 看護部長)

掲載場所◎ 北海道支部ホームページ

### ●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。

令和5年度 リビングウイル研究会  
東海北陸地方会

日程◎ 11月4日(土) 午後1時半～4時  
(受付午後1時～)

テーマ「尊厳ある生のために」  
～神経性難病における意思決定～

講師◎ 富士恵美子(看護師 株式会社ななみ代表)  
講師略歴◎

病院勤務の看護師や看護学校の教員を経て、2009年に利用者に寄り添った看護を目指し株式会社ななみを設立。以後、訪問看護ステーション、ヘルパーステーション、住宅型老人ホーム「ななみの家」を開設。「家族のように助け合って生活する」という理念のもと、「生きたい」という希望を叶えるための活動を展開している。

会場◎ ウィンクあいち(愛知県産業労働センター)  
11階、会議室1103  
名古屋市中村区名駅4丁目4-38  
(地下鉄東山線&桜通線「名古屋」駅下車、  
ユニモール地下街 5番出口より徒歩2分)

定員◎ 100人(無料、事前申し込み不要)

リビングウイル懇話会  
in 愛知・尾張旭

日程◎ 12月2日(土) 午後1時半～3時半  
(受付午後1時～)

テーマ「障害者が自分らしく  
生き切るために」  
～故・押富俊恵さんに学ぶ～

内容◎ 別掲で案内した書籍「車椅子に乗った人工呼吸器のセラピスト—押富俊恵の5177日」の主人公・押富俊恵さんと親交があり、ともに障害を持つ子の母親である廣中志乃さん(NPO法人にこまる理事)、林ともみさん(FMラジオサンキュー・パーソナリティ)らが、押富さんの提言、遺したものを基に「自分らしく日々を楽しく生き切る」ために大切なことは何かについて語る。

会場◎ スカイワードあさひ6階ひまわりホール  
尾張旭市城山町長池下4517-1  
(名鉄瀬戸線「尾張旭」駅から徒歩15分、  
尾張旭市営バス西ルート「城山公園」  
からすぐ)

定員◎ 100人(無料、事前申し込み不要)

共催◎ NPO法人ピース・トランス、  
NPO法人にこまる

交流サロン愛知

事前申し込みですので、ご連絡ください。  
(☎052-481-6501平日午前9時～午後6時)  
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。

日程◎ 10月24日(火)、12月26日(火)  
ともに午後1時半～3時

会場◎ 青木記念ホール=名古屋市中村区  
(地下鉄東山線中村公園駅から徒歩8分)

定員◎ 20人(無料)

東海北陸支部 活動報告

「車椅子に乗った人工呼吸器のセラピスト—  
押富俊恵の5177日」を出版

医療ジャーナリストで元・中日新聞記者の安藤明夫支部理事が、「車椅子に乗った人工呼吸器のセラピスト—押富俊恵の5177日」=写真=を出版しました。作業療法士として働いていた時に重症筋無力症の診断を受け、25歳で人工呼吸器装着、28歳からほぼ寝たきり、肺炎や敗血症にも苦しんだ押富俊恵さん。本書は独自のリハビリで奇跡的に「話す力」を取り戻し、患者・障害者となって気づいたことを伝えるため、街に出て講演活動やイベントを手掛けた押富さんを追ったノンフィクション。人工呼吸器をつけてから39歳で亡くなるまでの5177日を描く。著者が押富さんとの交流で学んだこと、関係者の証言、遺した講演録、ブログなどを基に、彼女が「目指したものを2年がかりで一冊にまとめ上げた。

押富さんが訴えたのは、人工呼吸の身でも工夫次第で毎日を楽しめる方法はたくさんあること。それを阻む要因は、むしろ社会の中にあること。医療・福祉の援助職に対しても「望むのは、やりたいことを応援してくれるケア」「障害と折り合いをつけて生活できるように一緒に方法を考え、手伝うのが専門職の役割」と、ストレートに思いをぶつけている。いずれ老いて要介護になっていく私たち。そのときを尊厳を持って生き切るために、日々を楽しむを实践した押富さんの「生」の軌跡を心に刻んでおきたい。ぜひ、多くの方々に一読いただきたいと願っています。

中日新聞社発行。定価1430円(税込)。全国の書店、アマゾンで購入できます。問い合わせは、中日新聞社出版部 ☎052(221)1714へ。



サロンin本郷

「尊厳死」や「リビング・ウイル」について語り合しましょう。どなたでも参加できますが支部まで電話またはメールでご予約をお願いします。参加は無料です。

日程◎ 10月28日(土)、11月25日(土)、  
12月23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(クローチェ本郷)  
日本尊厳死協会内  
地下鉄丸の内線  
「本郷三丁目」駅から徒歩1分  
地下鉄大江戸線  
「本郷三丁目」駅から徒歩3分

定員◎ 12人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

品川区公開講演会

日程◎ 11月3日(金・祝) 午後2時～4時  
※開場1時半

会場◎ 品川区立総合区民会館「きゅりあん」  
1階 小ホール  
JR京浜東北線  
「大井町」駅東口から徒歩約2分  
りんかい線・東急大井町線  
「大井町」駅から徒歩約2分

講師◎ 杉浦敏之(医師、  
日本尊厳死協会関東甲信越支部支部長)  
演題「人生会議って何?」

講師◎ 鈴木 央(医師、  
日本尊厳死協会関東甲信越支部理事)  
演題「少なくとも不幸ではない」

定員◎ 238人(無料、予約不要、  
直接会場にお越しください)

地域サロンin大田区

日程◎ 10月14日(土) 午後2時～3時半  
定員◎ 20人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 大田区産業プラザ6階 E会議室  
大田区南蒲田1-20-20  
京浜急行「京浜蒲田」駅から徒歩約3分

地域サロンin川越市

日程◎ 10月29日(日) 午後1時半～3時  
定員◎ 20人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ ウェスタ川越2階 会議室1  
川越市新宿町1-17-17  
JR「川越」駅西口より徒歩約5分

地域サロンin板橋区

日程◎ 12月10日(日) 午後1時半～3時  
定員◎ 15人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 板橋区立文化会館3階 第4会議室  
板橋区大山東町51-1  
東武東上線「大山」駅北口より徒歩約3分  
都営三田線「板橋区役所前」駅  
A3出口より徒歩約7分

新潟市セミナー&  
もしバナゲーム体験会

日程◎ 11月23日(木・祝) 午後1時半～3時15分

講師◎ 岡崎史子(医師、  
日本尊厳死協会関東甲信越支部理事)  
演題「ACP(人生会議)とは」

定員◎ 80人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ NINNO3(ニーノスリー会議室)Room「F」  
新潟市中央区天神1-1プラカ3 地下1階  
「新潟」駅南口から徒歩約2分

もしバナゲーム体験サロンin本郷

日程◎ 10月22日(日) 午後1時半～3時

定員◎ 12人(無料、予約必要、  
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 支部事務所 文京区本郷2-27-8  
太陽館ビル5階(クローチェ本郷)  
日本尊厳死協会内

《メメントモリ》

～今を大切に生き、そして死を想う～

今年度も半期が過ぎようとしています。「歳月人を待たず」です。

関東甲信越支部主催の各イベントでは、多くの参加者の皆さまにお目にかかることができ、大変嬉しく思っております。今年度の後半もイベント開催に向けて準備を進めておりますので、お知り合いの方をお誘いのうえ、ご参加ください。

公開講演会、本郷サロン、地域サロン、出前講座、もしバナゲーム体験会、オンラインサロン等 バラエティーに富んだイベントを企画し、私どもの活動が少しでも皆さまのお役に立てるよう尽力してまいります。学生の皆さまのゼミ活動や、市民の皆さまのお集まり、高齢者施設に入居されている方の集いなど、数人で分かち合いながらリビング・ウイルに関する話がしたい、話を聞きたいという方がいらっしゃいましたら支部までお問い合わせください。

「人生は選択の連続。この地球は人生という物語でできている」——それぞれの物語に耳を傾け、もしもの時を考えながら、今といういとおいしい時間を味わいませんか。  
(本部理事・副支部長 田村幸代)

## 在宅医療推進フォーラム in 長崎

日程◎ 11月4日(土)午後2時～4時

## 第1部

## テーマ「リビング・ウィルを考える」

日本尊厳死協会の新しいリビング・ウィルと  
協会長崎県の活動講師◎ 満岡 聡(日本尊厳死協会理事・  
九州支部長)  
白髭 豊(日本尊厳死協会ながさき会長)

## 第2部

## テーマ「シン・ピンコロ4

## 延命治療の非開始・中止とは？」

関西の在宅ケアスタッフによる劇団ザイタクの  
「シン・ピンコロ4」を見ながらリビングウィルの  
考え方や、延命治療の非開始・中止、そして意思決  
定支援を考えます。司会◎ 桜井 隆(医師、さくらいクリニック院長)  
白山 宏(医師、医療法人拓海会  
大阪北ホームケアクリニック院長)会場◎ 出島メッセ長崎  
2階コンベンションホール4  
長崎市尾上町4-1  
JR長崎駅西口より徒歩1分  
☎095-801-0530定員◎ 400人  
(参加費無料、要事前申込み、締切11月3日)

共催◎ 勇美記念財団

申し込み◎  
九州支部ホームページよりお申し込みください。  
なお電話でも受け付けています。  
☎0120-211-315(平日10:00～16:00)。  
問い合わせ先は白髭内科医院  
☎095-822-5620

## 関西リビングウィル研究会

日程◎ 10月21日(土)午後2時～  
(受付開始 1時半)会場◎ 三田市総合文化センター  
郷の音ホール 小ホール

## 第一部

「リビングウィルと救急と在宅  
～在宅医が現場で日々考えていること～」演者◎ ニノ坂建史(医師、  
福岡県福岡市 へのさかクリニック)

## 第二部

「患者のリビングウィル  
～自分で選ぶ、自分の最期を叶えるために～」演者◎ 宇田真記(医師、愛媛県松山市 清水医院)  
定員◎ 350人  
(申し込み不要、先着順、参加費無料)介護施設で穏やかに最期まで  
過ごすことを考える in 堺

日程◎ 11月4日(土)午後2時半～4時半(開場2時)

会場◎ 堺市総合福祉会館 大ホール  
(496人収容。参加費無料)

## プログラム◎

開催発起人からの提案とご挨拶  
午後2時半～2時45分

梶原 崇志(LYKKEみいけ代表理事)

講演◎ 長尾和宏(医師、日本尊厳死協会副理事長)  
午後2時45分～3時45分テーマ「介護施設で穏やかな  
最期を迎えるために」

## シンポジウム◎

日本尊厳死協会関西支部と一般社団法人  
LYKKE、堺のびやかクラブとの共同開催。  
午後4時～4時半定員◎ 490人(申し込みはQRコード  
からお願いします。当日参加も  
先着順にて可能です)

## 広島公開講演会

日程◎ 10月22日(日)午後2時～4時(開場1時半)

会場◎ 広島国際会議場「コスモス」  
広島市中区中島町1-5(平和記念公園内)  
JR広島駅からバス約20分

テーマ「平穏死のすすめ」

講師◎ 石飛幸三(医師、関東甲信越支部顧問)  
定員◎ 200人(事前予約、無料)申し込み◎ 中国地方支部ホームページ  
またはお電話で ☎0120-211-315前号会報でもお知らせしましたが、広島市出身の  
石飛幸三医師(86)をお招きして、若  
き外科医時代から、その後の老人医療  
に向き合うようになった経緯、さらに  
関心が高い「人生の最終章」について、  
わかりやすくやさしくお届けします。愛媛支部では、7月8日「がんと終末期医療～  
Living Willについて～」という題名で、「特定非営利  
活動法人エンディング支援センターえひめ」にて出  
前講座を開催いたしました。エンディング支援セン  
ターえひめは、愛媛県西条市を中心に、高齢者やそ  
の家族、一般市民に対して介護・相続手続・遺言・エン  
ディングノートなどの相談、さらにセミナーや啓  
発活動をおこなっているNPOです。当日は熱心な市民の方々がお集まりになり、講演  
の後には活発な討議も行われ、「延命治療」や「臨死  
介助」に関する理解が深まる出前講座となりました。  
愛媛支部では今後、高宮有介氏(日本死の臨床研究会: <https://www.jard-info.org/>)による「人生  
の最終章を輝かせる緩和ケア～死から生といのち  
を考える、あなた自身のケア～」と題した講演会  
(10月6日、金曜日の午後5時半からWeb配信予定)  
を、また2024年2月4日(日)には、音楽療法で著名  
な佐藤由美子氏(<https://yumikosato.com/>)の  
講演会を計画しています。(愛媛代表 薬師神芳洋)

人生の最終段階における医療選択のための意思決定支援サイト

## 「小さな灯台プロジェクト」ガイド

LWを果たすカギは  
「理解ある医師との出会い」最近の「ご遺族アンケート」  
を読んでいると、社会の流れは  
確実に尊厳死を受け容れる方向  
に進んでいると感じます。LW  
(リビング・ウィル)を果たすに  
は、本人の「明確な意思表示」  
と「その意思を家族や医師に伝  
える努力」が欠かせない。家族の理  
解と協力が、必要なのは言うま  
でもありません。しかし、結局  
は医師次第というのが現状。希  
望をかなえてくれる医師は、次  
のエピソードのように探さな  
いと出会えません。「看取りのエピソード」  
(91歳 母の看取り・千葉県)  
近隣には思いを同じくする医  
師がおらず、少し遠方の開業医  
(内科医でありつつ漢方も併用)  
を探してあげました。往診なさる  
先生ではないのですが、最後は  
3回ほど往診してください、本  
人の希望を100%聞き入れて、  
点滴等もせず、見守ってください  
しました。若いけれど、すばら  
しい先生と出会うことができました。「医師の個性と信条を知る」  
「高齢で本人も納得しているの  
で自然に逝かせてほしい」と患  
者家族に求められた時、「何歳  
であっても、救える医師がある  
のに何もしないなんて……」と苦渋する医師もいれば、「枯れ  
るように逝くほうが、むしろ自  
然」と理解して、寄り添い見守  
る医師もいます。また、看取り  
経験が豊富でケアのコツをつか  
んでいる医師、奇跡を起こすほ  
どの外科手術で救命を果たす医  
師などさまざまです。  
私たちは今、それぞれの医師  
の信条と得意な専門分野を尊重  
しながら「自分のラストステ  
ージを委ねる医師」を取捨選択し  
ていく時代に生きています。「LW受容協力医師」の  
登録数を増やすために  
会員の皆さまのご協力を!当協会では、これから人生の  
最終段階を迎える皆さまが、後  
悔しない最期を迎えられるよう  
「LW受容協力医師」を増やす  
ことに力を注いでいます。その  
最も確かな方法は、「LWに理  
解ある医師」に登録のお願いを  
することです。「ご遺族アンケ  
ート」はもちろん、いつでも会  
員の皆さまからの「希望に寄り  
添ってくれた医師」との出会い  
のエピソードをお待ちしていま  
すので、ぜひご協力ください。

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

14

### 「自宅で最期を迎えたい。在宅診療をお願いしたいのですが…」

住み慣れた自宅で最期を迎えたいけれど、どうしたらよいか？手続きや費用は？高齢者からの、そんな相談が多く寄せられます。今回は、在宅診療についての相談を取り上げてみました。

#### 【事例】

数年前に夫に先立たれてから一人暮らし。86歳になる今まで頑張ってきましたが、最近は疲れやすく、足腰も弱って外出もままならず。日によっては寝たきり状態。高血圧と脂質代謝異常で通院中ですが、その通院も一人では難しくなってきました。

**Q 夫との思い出がある住み慣れた自宅で最期を迎えたいと願っていますが、よい方法はないでしょうか。**

**A** 一人で通院が困難になってきた時は、在宅診療を受けることができます。

**Q 在宅診療ってどのようなものか教えてください。**

**A** 在宅(訪問)診療は継続的な診療が必要な方に、予め立てた計画を基に定期的に医師、看護師が自宅を訪問し、通院と同じように、治療や薬の処方、検査などをするものです。訪問は自宅に限らず、お住まいのグループホームや老人ホームなどでも可能です。介護が必要になった時は、医師、看護師、介護士、リハビリ専門職、薬剤師、栄養士などの専門家がそれぞれ連携して支援し、自宅で療養しながら、あなたらしく生活ができるようなお手伝いをします。

**Q 在宅診療をしてもらえる病院をどのように探せばいいですか。**

**A** 現在かかっている医師、看護師、病院内の相談室の医療福祉士(ソーシャルワーカー)、ケアマネジャー、市町村の包括支援センターや老人福祉課に相談してください。または利用を検討している近くの医療機関へ直接相談することもできます。

**Q 手続きはどのようにすればいいですか。**

**A** まずは納得することです。

① 前に在宅診療所と面談を行い、自分の希望や診療方針が合っているか費用や緊急時の対応はどうか、などについて確認することです。

② 納得できたら利用申し込み手続きを行います。必要な書類は「かかりつけ医からの診療情報提供書」「医療保険証」「介護保険証」などです。

③ 最後に診療希望日を伝えて日時を調整します。医師や看護師が、決まった日時に定期的に自宅を訪問して診療を行うことになります。

**Q 急に熱が出たときなどはどうしたらよいですか。**

**A** 在宅診療は往診にも対応している所が多いです。往診は患者さんやご家族からの要望によって不定期に行われる診療です。急な発熱や突発的な病状の変化、緊急時の対応については予め医師に相談をしておくといでしょう。

**Q 在宅診療の費用はどのくらいですか。**

**A** 医療保険を使うことができます。個人の収入や年齢により異なりますが、自己負担分は1~3割程度です。薬がでた場合の薬代、介護保険を利用した時の負担などは別料金になりますが、月の負担額が一定額を超えた時は、申請により負担金が戻る「高額療養費制度」の利用ができます。

**Q 緩和ケアも可能ですか。**

**A** 緩和ケアは、がんの進行に伴う痛みや、腰痛などのさまざまな症状の痛みを和らげることを目的に行われます。話を聞くこと、相談にのることも緩和ケアの一部です。在宅診療は普段の生活の中で行われるので相談しやすくなります。あらかじめ医師などに、ご自分の思いや希望を伝えておくことをお勧めします。

**Q 在宅診療で看取りはできますか。**

**A** ご自分のリビングウイイルを基に、人生会議(ACP=アドバンス・ケア・プランニング)を行っているところが多くなってきています。人生会議は、自分の希望が伝えられなくなった時のために、家族や医療者などと、希望する医療やケアについてあらかじめよく話し合い、共有してもらうことです。住み慣れた自宅で、あなたらしい最期を迎えたいとの願いを叶えるために、在宅医療はチームで支えてくれます。

自宅で普段と同じように生活できたら気持ちも安定し、QOL(生活の質)も維持できます。寝たきりになってからではなく、自宅で療養を考えた時点から在宅診療の相談は可能です。在宅診療を希望される方に、さまざまなサービスを提供する所が増えてきています。一人で抱え込まないで、まずは情報収集のために、地域の包括支援センターなどの相談窓口を利用してみてはいかがでしょうか。

# リビング・ウイイル ファシリテーター養成研修会in佐賀

## 合宿形式で多職種の方々との交流を深める 3年ぶりの開催に74人が参加

佐賀県鳥栖市で、7月22日(土)~23日(日)、リビング・ウイイル\*ファシリテーター養成研修会を開催しました。コロナ禍以来3年ぶりの研修会となりましたが、講師を含めて74人が参加し、熱気に満ち、大盛会となりました。

今回の研修の目的は、①意思決

定支援に関する最新の情報を学び、リビング・ウイイルとACP(アドバンス・ケア・プランニング、人生会議)の関係についての考え方やファシリテーターとしての学びを深める、②日本版ACPの定義と行動指針の解説、③2022年11月に改訂されたり



上/研修2日目。グループワークの発表をする長崎県の出口雅浩医師。「そこに愛はあるんか!」と締めくくる圧巻のパフォーマンス。  
下/研修1日目。熱心に聞き入る座学タイム。

### 多様な講師のもとで グループワークも

講師の方々には、江越正嘉さん(江

ビング・ウイイルと「私の希望表明書」を用いたACPのグループワークを体験する、④ACPを行う上で欠かせない臨床倫理の原則を学ぶ、⑤透析中止、筋萎縮性側索硬化症(ALS)の人工呼吸器の不開始、離脱に関する議論について、臨床倫理の考え方とACPの進め方を学ぶ、⑥多職種の方々の多様性に富んだ、対話によるコンセンサス形成を経験する、⑦在宅医療やプライマリ・ケア、緩和ケアの現場で働く医療・介護・福祉の専門家と宗教者や有識者など多様な人たちとの交流を通して、協会と専門家の間に信頼とネットワークを構築する、という多岐にわたるものでした。

越法律事務所)、江里口誠さん(佐賀県医療センター好生館 脳神経内科部長)、鐘ヶ江寿美子さん(医療法人ひらまつ病院ひらまつクリニック在宅医療部)、長尾和宏さん(日本尊厳死協会副理事長)、成定啓子さん(医療法人祐健会木村病院看護部長兼地域連携室長)、二ノ坂保喜さん(にのさかクリニックス)、三浦靖彦さん(岩手保健医療大学教授)、満岡聰さん(日本尊厳死協会理事、九州支部長、さが会長)の皆さん。  
1日目は座学、2日目は7人が1組となり、合計10組でのグループワークとなりました。2日間にわたり有意義な学びを深めることができ、貴重な体験となりました。合宿形式の研修であるため、同じ関心を持つ仲間としての絆も深まり、来年の再会を期して散会となりました。(江藤真佐子・記)

\*ファシリテーターとは中立的な立場で、会議などでの意見をまとめ、より良い結論に導く役割を担う人のこと



三浦靖彦教授による講演。ひと言も聞き漏らすまいとの雰囲気か漂っていた。

## ご寄付ありがとうございました (敬称略)

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5年6月1日から8月31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。

|           |         |                           |        |                  |           |             |         |
|-----------|---------|---------------------------|--------|------------------|-----------|-------------|---------|
| 佐藤 典子     | 6,000   | 新川 順吉                     | 10,000 | ペンネーム<br>「おいちゃん」 | 5,000     | 匿名・東京都      | 3,700   |
| 小野寺 健一    | 30,000  | 宮村 睦子                     | 1,000  |                  |           | 匿名・神奈川県     | 10,000  |
| 鈴木 良一     | 500,000 | 作田 絹枝                     | 10,000 | ペンネーム<br>「チミタン」  | 3,000     | 匿名・神奈川県     | 10,000  |
| 松鹿 清      | 50,000  | 奥山 康男                     | 10,000 |                  |           | 匿名・神奈川県     | 300,000 |
| 鈴木 ワカ子    | 300,000 | 佐藤 督                      | 10,000 | ペンネーム<br>「和子」    | 12,000    | 匿名・神奈川県     | 10,000  |
| 藤田 浩子     | 1,470   | 佐藤 澄子                     | 10,000 |                  |           | 匿名・神奈川県     | 1,000   |
| 阪本 泉      | 1,000   | 深谷 恵美子                    | 50,000 | 匿名・北海道           | 10,000    | 匿名・神奈川県     | 10,000  |
| 呉 東富      | 3,000   | 前田 依久子                    | 10,000 | 匿名・北海道           | 20,000    | 匿名・神奈川県     | 500,000 |
| 太田 明雄・昌代  | 10,000  | 太田 弘子                     | 10,000 | 匿名・北海道           | 1,700     | 匿名・福井県      | 30,000  |
| 梶原 壽恵子    | 10,000  | 織田 文恵                     | 3,000  | 匿名・北海道           | 20,000    | 匿名・静岡県      | 3,000   |
| 西口 美砂子    | 5,000   | 因野 要一                     | 20,000 | 匿名・栃木県           | 1,000     | 匿名・静岡県      | 30,000  |
| 小堀 友子     | 20,000  | 阿部 純子                     | 2,520  | 匿名・栃木県           | 10,000    | 匿名・愛知県      | 10,000  |
| 河原 みさ子    | 50,000  | 中島 芳子                     | 5,000  | 匿名・群馬県           | 8,400     | 匿名・大阪府      | 12,000  |
| 高山 晶      | 50,000  | 三宅 誠                      | 609    | 匿名・埼玉県           | 1,000     | 匿名・大阪府      | 3,000   |
| 三島 満子     | 20,000  | 中野 農作                     | 1,000  | 匿名・千葉県           | 9,000     | 匿名・兵庫県      | 3,000   |
| 青木 安子     | 3,000   | 武田 通・美子                   | 10,000 | 匿名・千葉県           | 1,000,000 | 匿名・兵庫県      | 3,000   |
| 橋場 昭      | 8,000   | 中畑 静代                     | 20,000 | 匿名・東京都           | 10,000    | 匿名・奈良県      | 30,000  |
| 千葉 晴子     | 100,000 | 江崎 政子                     | 10,000 | 匿名・東京都           | 30,000    | 匿名・香川県(高松市) | 10,000  |
| 熊澤 幸子     | 20,000  | 岩崎 光太郎                    | 8,700  | 匿名・東京都           | 200,000   | 匿名・沖縄県      | 10,000  |
| 岩田 昭三郎・利子 | 10,000  | 海老原 正・ヒロ子                 | 10,000 | 匿名・東京都           | 5,000     | 匿名・不明       | 10,000  |
| 窪田 ミツエ    | 10,000  | 故 岡田和夫先生を<br>「偲ぶ会&叙勲祝いの会」 | 99,272 | 匿名・東京都           | 5,800     | 関東甲信越支部扱い   |         |
| 鍋木 チエ子    | 3,000   |                           |        | 匿名・東京都           | 1,000     | 太田 貞子       | 10,000  |
| 中村 一      | 8,700   | イシカワ ユウヤ                  | 5,000  | 匿名・東京都           | 30,000    | 関西支部扱い      |         |
|           |         |                           |        |                  |           | 斎藤 順子       | 5,000   |

## 遺贈寄付の受け入れ体制充実へ

当協会は、三井住友信託銀行株式会社(以下三井住友信託銀行)と遺贈希望者の紹介に関する協定をしました。

これは、近年、協会宛に、「遺贈寄付(ご遺産からの寄付)をしたいので、遺言作成を検討している。」との問い合わせが増えているため、遺贈寄付をお考えの皆さまが安心して遺言作成や終活のご相談ができる外部の窓口が必要と判断したからです。

今後、当協会宛に専門的な遺贈寄付の相談がありましたら、三井住友信託銀行の財務コンサルタント等専門のスタッフをご紹介させていただきます。

## 専門家に無料で相談!

近隣店のご案内

0120-977-641

三井住友信託

検索

スマートフォンの方はこちら



電話受付時間：平日9:00～17:00  
※最寄りの店舗へお取次ぎいたします。



三井住友信託銀行は、日本尊厳死協会への遺贈寄付に関する提携金融機関です

## リビング・ウイル受容協力医師

第113報

2023年6月～8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 婦:婦人科 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 緩和:緩和ケア科 神内:神経内科 老内:老年内科 麻:麻酔科 精:精神科 肝内:肝臓内科 アレ:アレルギー科 脳内:脳神経内科

| 医療施設名        | 診療科     | 医師名(敬称略) | 施設所在地                             | 電話           |
|--------------|---------|----------|-----------------------------------|--------------|
| 公立富岡総合病院     | 外・緩和    | 佐藤 尚文    | 群馬県富岡市富岡2073-1                    | 0274-63-2111 |
| 三軒茶屋第一病院     | 外・消内    | 山田 義直    | 東京都世田谷区三軒茶屋1-22-8                 | 03-5787-2211 |
| 川崎高津クリニック    | 内       | 岸田 麻子    | 神奈川県川崎市高津区宇奈根638-1                | 044-281-1234 |
| 横浜南まほろば診療所   | 内・呼内・緩和 | 山田 英人    | 神奈川県横浜市戸塚区下倉田1883<br>サミット戸塚下倉田店2F | 045-866-1551 |
| 茂原すみれ訪問クリニック | 緩和      | 永野 修     | 千葉県茂原市茂原591-4                     | 0475-47-3183 |
| 県西在宅クリニック    | 内       | 花井 信     | 埼玉県熊谷市村風307-1                     | 048-578-8718 |
| しろくま在宅診療所    | 内・皮・精   | 日下 めぐみ   | 埼玉県川口市戸塚2-25-10 コモンズビル202         | 048-299-5700 |
| 正翔会クリニック可児   | 内       | 長尾 強志    | 岐阜県可児市長坂8-198-2                   | 0574-69-0015 |
| 北九州市立八幡病院    | 外       | 木戸川 秀生   | 福岡県北九州市八幡東区尾倉2-6-2                | 093-662-6565 |

### 【LW受容協力医師についてのご案内】

全国に2,000人以上が登録しているLW受容協力医師のお名前や医療機関名は、協会ホームページで閲覧することができます。都道府県を指定して検索する方法と、地図から検索する方法の2通りが可能です。紙に印刷したリストをご希望の方は、ファックスか郵便でお送りいたしますので、本部事務局までご連絡ください。

### ● 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。

### 当協会へのご寄付は、税額控除の対象となり 約40%が所得税額から控除されます。

〈ご寄付の方法〉

- 郵送先等 〒113-0033 東京都文京区本郷2-27-8太陽館ビル501 公益財団法人日本尊厳死協会
- 銀行振込 三菱UFJ銀行神田支店 普通預金 0048666
- クレジットカード ホームページに、入力フォームがあります。
- その他 寄付専用の郵便振込用紙もあります。

電話、メール、FAX等でご請求いただければ郵送致します。

※ご寄付で「匿名」を希望される場合は、お名前と「匿名希望」を必ずお書き添えください。

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.or.jp](mailto:info@songenshi-kyokai.or.jp) )でも受けつけております。

## ●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.or.jp  
ホームページ  
https://www.songenshi-kyokai.or.jp/

## ●北海道支部

フリーダイヤル 0120-211-315

## ●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

フリーダイヤル 0120-211-315

## ●関西支部

フリーダイヤル 0120-211-315  
〒669-1529  
兵庫県三田市中央町15-43  
たなかホームケアクリニック  
なんでも相談所内

## ●中国地方支部

フリーダイヤル 0120-211-315

## ●四国支部

〒760-0076  
高松市観光町538-2  
あさひクリニック内  
TEL 087-833-6356  
FAX 087-833-6357

## ●九州支部

フリーダイヤル 0120-211-315

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。  
※お電話は平日午前9時半～午後5時。

# リビング・ウイル

## —Living Will—

(人生の最終段階における事前指示書)  
(2022年11月改訂版)

この指示書は私が最後まで尊厳を保って  
生きるために私の希望を表明したものです。  
私自身が撤回しない限り有効です。

- 私に死が迫っている場合や、意識のない状態が長く続いた場合は、死期を引き延ばすための医療措置は希望しません。
- ただし私の心や身体の苦痛を和らげるための緩和ケアは、医療用麻薬などの使用を含めて充分に行ってください。
- 以上の2点を私の代諾者や医療・ケアに関わる関係者は繰り返し話し合い、私の希望をかなえてください。

私の最期を支えてくださる方々に深く感謝し、その方々の行為一切の責任は私自身にあることを明記します。

## 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。

現在約9万人の方々「リビング・ウイル」を持ち、安心して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 ▶ 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で通帳なら203円、郵便局ATMが152円、コンビニが110円です。



「秋、立ちぬ」  
今号の1枚

●今号の巻頭インタビューは、尊厳死協会が昨年秋からスポンサーとして毎週提供しているTBSラジオ・ラジオ大阪の番組「MY LIFE! MY CH OICE!!」から誌面化しました。多くの著名人が協会の趣旨に賛同し、「私のリビング・ウイル」を語っています。誌面でご紹介した柴田理恵さん、なぎら健彦さんのほかにも、中村雅俊さん、秋吉久美子さん、コロケさん、松村邦洋さんなど多彩な方々が登場しています。語られる「人生の最終段階」についての姿勢や熱い思いは、番組公式HP、協会のHPからも動画視聴できますので、ぜひご覧ください。

さて今年の夏は、都心で9月7日まで64日連続真夏日(最高気温が30度以上)など記録づくめの厳しい夏でした。そんな猛暑もようやくやわらぎ、秋がめぐってきました。まさに「切望」するような秋の訪れですね。酷暑をなんとか乗り切って、お互いに祝し合いたい気分にもなるものです。

(郡司)

※表紙の下方にQRコードを付けたので、ご利用下さい。

## Living Will 目次

— 会報2023年10月 No.191 —

- 02 著名人が語る  
「私のリビング・ウイル」
  - 07 私の希望表明書
  - 09 第12回日本LW研究会の案内
  - 10 理事長交代フォトレポート
  - 12 LWのひろば
  - 14 連載「四季の歌」  
ちいさい秋みつけた
  - 16 支部活動・報告  
2023 秋～冬
  - 21 「小さな灯台プロジェクト」ガイド
  - 22 ファシリテーター研修会報告
  - 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 人生の最終段階における  
事前指示書／本部・支部一覧
- 裏表紙 出版案内

協会会員：8万5002人  
(2023年8月31日現在)

次号は、  
2024年1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

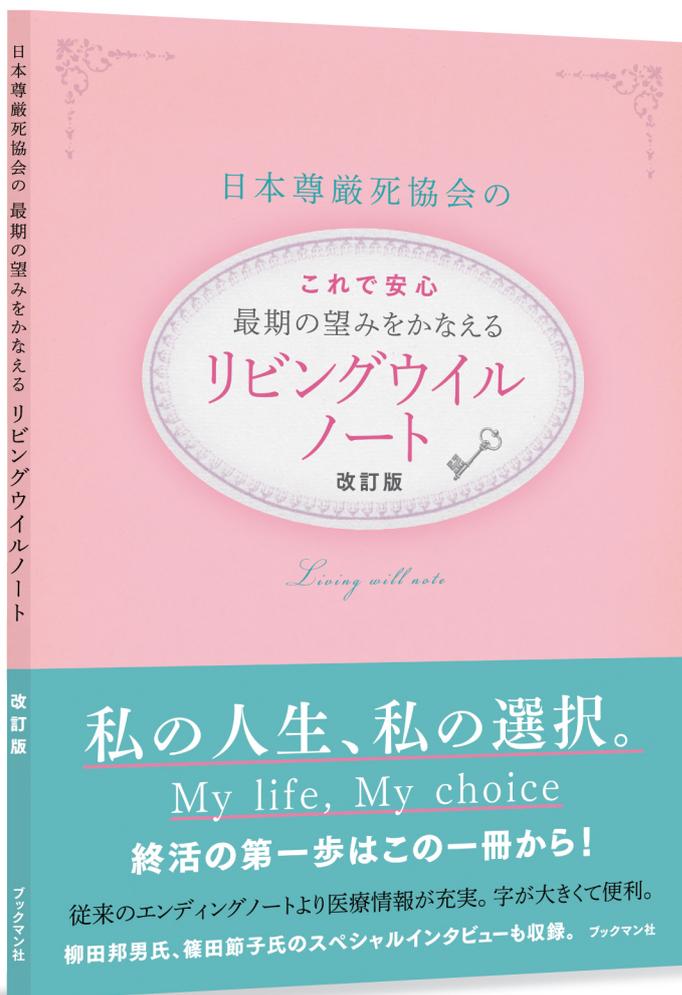
日本尊厳死協会の出版案内

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

最期まで「自分らしく生きる」がここに 있습니다。



## 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作家の篠田節子さん、柳田邦男さんの名言を再録。
- 知っておきたい在宅医療の始め方、緩和ケアの大切さのほか延命措置やACP(人生会議)など医療情報の解説や尊厳死協会の役割、尊厳死と安楽死の違い、さらに「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: 1300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

協会事務局でお求めできます。1300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。