

健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

2024年
7月発行

No. 194

リビング・ウイル

第3弾

「私のリビング・ウイル」を語る

歌手・女優

由紀さおりさん

俳優・タレント

大和田 獏さん

○24年度事業計画・予算決まる

○連載・電話・メール医療相談の結果まとまる

○連載「四季の歌」浜辺の歌



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・ウイルス」

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

第3弾

2022年秋から毎週、著名人にご登場いただいて、
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。

今号は、その第3弾として、歌手で女優の由紀さおりさんと、
俳優の大和田獏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」歌手・女優

由紀さおりさん

「目標がある」ことが

『生きる力』なんだと思います」

安東 由紀さおり名でデビューされて55周年ですか。

由紀 そうなりますね。
安東 はじめは童謡歌手としてのスタートでしたが、そのきっかけはどういうことでしたか。

由紀 私たち3人きょうだいで、兄姉、私なんです。お姉ちゃんが幼稚園の頃に先生から「いいお声だから将来は音楽のほうに進んだら」となげにいわれたのが両親の胸にインプットされていて、ちょうどそのころ、父の仕事の関係で住んでいた群馬から引っ越した横浜の小学校の講堂で「ひばり児童合唱団」が音楽劇の練習をしていたのです。それを

熱心に見ていた姉に父親が「興味があるならやってみる？」と聞いたら「やりたい」ということで、お姉ちゃんが合唱団に入り、まだ小さかった私もその後、なし崩し的に仲間に入れてもらったんです。

安東 お姉さんの後を追うように、ですか。

由紀 そうなの。そこで姉は、後に芸大に行くような勉強をしていたわけですが、そういう姉を見ていて「姉のようなクラシックのほうに進んでも絶対姉には勝てない」と思い、クラシックじゃない道を選んだんです。そこが原点ですかね。
安東 なるほど。安田祥子さんと由



ゆき・さおり

紀さおりさんの誕生のまさに原点ですね。

「挫折のあとに『夜明けのスキヤット』と出会い…」

由紀 同じ先生に童謡唱歌を習ったので、クラシックの道に進んだ姉と歌謡曲の道に進んだ私とが童謡唱歌を歌うと、ブレスの仕方とかフレーズのふくらませ方とかが相談するところなく合うんですよ。それに私たちも気がついて、お客様からも「大人になったお二人の歌を聴きたい」というアンケート結果が多くあり、母も「二人の歌のレコードを作ってほしい」とレコード会社に頼み、アル

バムを作ったんです。私たちもコンサートの終わりに販売したりしました。

安東 それがお二人の童謡コンサートの始まりなんですね。

由紀 そうなんです。二人でコンサート始めて38年になります。

安東 童謡歌手から歌謡曲の歌い手になられたのは大変な苦勞がおありでしたか。
由紀 童謡歌手から大人の歌い手には、シンクスとしてなれないといわれていたんですが、母は「年齢に沿って少しずつ変化していけばいいんだから」というのが持論でしたね。そういうわけで高校生の時は恵まれ

ず、大きな挫折のような感じでしたが、そのころ、いずみたく先生に出会い、「夜明けのスキヤット」につながるんです。

安東 この曲に出会ったときの感じはどうでしたか。

由紀 夜のラジオ番組のオープニング曲だったんですね。3回ぐらい歌ってOKになりましたかね。それを放送したらリスナーから「誰が歌ってるの?」とかの問い合わせが殺到してね。いずみたく先生が「これ出したら売れるよ」とおっしゃり、山上路夫先生が後半の詞を書いてくださり、昭和44年3月に東芝レコードから出たんですが、いろいろありました。

安東 どんなことがあったんですか。

由紀 出だしに歌詞がないじゃない?。このレコード会社にもっていても、最初はきわもの扱いされたり、「冗談じゃない」みたいな言い方もされました。

安東 そうでしたか。

由紀 「これ、面白いんじゃないか」とおっしゃってくださったのが高嶋さんというディレクターの方で、バイオリンの高嶋ちさ子さんのお父さ

までした。

安東 (ひざを叩き) うん、誕生秘話ですね。

由紀 その高嶋さんの一言で目の目を見たんです。ちさ子さんに会った時にその話をしたら、「その話、私は子どもの時から耳タコでした」って。

安東 ハハハ。そうでしたか。

由紀 それで名前も、色が白いから「雪」はどうか、となり、母が「雪は溶けてなくなるからこの業界向きじゃないし、イヤです」と言い、でも「ユキ」という語感がいいので生かそうということで「由紀さおり」になったんです。

『3度目のカーネギーホールをやるうね、と』

安東 その後、一線での活躍は皆さん、ご存じですが、大切な人とお別れについてお聞きます。

由紀 父が77歳で旅立ちました。童謡コンサートの時でした。お医者様から「ここ2、3日」といわれていたので、コンサートについてきてい

務所のプロデューサーでもあったわけですよ。

由紀 母は82歳で亡くなりましたが、気丈な人でした。最初は乳がん入院したんですが、お風呂に入れる時も、絶対に手伝わせなかったですね。最後の最後まで「母」というより

「女」であったなあ、と想ったりしました。

安東 そうでしたか。由紀さんがお姉さまと一緒に精力的にコンサートをなさっていることは、お母さんにとって最大の願いだっただけでしょうね。

由紀 そうだと思いますね。姉は5つ上なので82歳になったんですが、「まだ大丈夫よ、歌えるわよ」といって、一緒にコンサートをさせていたでいていますが、それは母が一番望んだことだったんだろうと思いますね。

安東 いやあ、ほんとに精力的にこなされていると思いますね。

由紀 お馬さんのニンジンじゃないですけど、目標を定めて、それを現実させるためにどういう努力をしていけばいいのか、自分の肉体的な条件をきちつと整えてみんなに迷惑をかけないようにしようとか、そういうような年代になりましたけど、「目



『夜明けのスキヤット』当時の由紀さん



撮影・田中聖太郎

『高嶋ちさ子さんに会った時にその話をしたら、耳タコでした』って

た母を病院に残し、私たちはコンサート会場に戻りました。最後の瞬間は母がそばにいてくれましたが、私たちは歌っていて、ちょうど「里の秋」という歌の「ああ父さんのあの笑顔」というところで、ぼろぼろって涙が流れたの。

いつもはそんなことないのよ。その時「あ、もしかしたら、もうお父

さんは逝っちゃったのかもしれないなあ」って思ったの。虫の知らせじゃないけれど、そういうことがありました。

安東 お父さんにとって、娘さん二人が活躍している姿を見ていて、うれしかったでしょうね。

由紀 それは母もそうだと思いますね。私たち二人が仕事を続けている

標がある」ということが「生きる力」なんだと思いますね。

私が80歳になった時に今の状態がキープできていて、また、お姉ちゃんも元気でいてくれるのであれば、「一緒に3度目のカーネギーホールをやるうね」と二人で話しているんです。

そういう目標があるということが「生きる力」だと思っんです。

安東 歌いながらずーっとファイナルまで続いていくという感じがしますね。

由紀 そうね、自分の最後は樹木葬か海に散骨、そのどちらかが望みですね。精一杯やり切ったと思って散っていきたくない、という感じですね。

安東 そう話される由紀さんの目がキラキラしてますね。うらやましいくらい前を向いていらつしやると感じました。今日はありがとうございます。



上/姉の安田祥子さんと始めた童謡コンサートも38年になる
左/お母さんにとってお二人の活躍は最大の願いだっという
右/「安田章子」名で童謡歌手として活躍されていた頃の由紀さおりさん

『樹木葬か海に散骨が望み。精一杯やり切ったと思っ散りたいなあ』

大和田 獏さん

「いい思い出を残して逝きたい」

安東 獏さんという芸名ですが、どんな由来があるんですか。

大和田 デビューが決まった時に、当時の花形脚本家の花登筐さんにつけていただいたんです。「獏」は伝説上の動物で「人の悪夢を食べていい夢を見せてくれる」んだから、人に夢を与えられるような役者になりなさいよ、という願いを込めて。

安東 はあ、そうでしたか。

大和田 最初もらった時は「ええーっ、獏かあ？けもの扁だしなあ」と思いましたね。

安東 ハハハ、気持ち、よくわかります。

大和田 でも、よかったと思っます。まず名前を覚えていただけだし、「獏ちゃん、獏ちゃん」と親しみを込めて言っていたので。デビューは大学4年の時でした。

安東 それからトントンと役者やタレントとして活躍されました。役者の才能があったんでしょうね。

大和田 いや、ある意味「兄の七光り」なんです。3つ上の兄はそのころ「朝ドラ」に出て売れましたから「大和田伸也の弟」ということで興味を持たれたんだと思いますね。デビュー当時は、それがかなりコンプレックスでもありました。

「俺が獏のお兄さんですか、と言われるようになった！」

安東 そのことについて、お兄さんは何か言われましたか。

大和田 「そんなこと気にするな。自分の力で証明していくしかないから。いつか俺が大和田獏のお兄さんですかと言われるようになれ！」と、そう言われましたね。

思いましたね。彼女はたくさんの方々に恵まれましたが、みんな、私と同じような喪失感を味わったと思います。それを知ってましたから「自分だけが悲しんでいたら、その人た

ちに申し訳ない」みたいな感情もありました。

安東 いやあ、ご主人の思いとは比べようもないでしょうが、そう思われましたか。

（妻の死は）あまりに突然だったもので

**『人生ってこういうことがあるのか』と
思いましたね』**



上／女優でタレントの娘の美帆さんと孫を挟んで獏さんと岡江久美子さん
下／兄の大和田伸也さん（左）とは3つちがい。福井の自然の中でのびのび育ったという



安東 はあ、いやあ、いい話ですね。

獏さんといえば「NHKの連想ゲーム」の印象が強いですが…。

大和田 あれで全国の人に名前を知ってもらえたと思って、感謝しています。

安東 その「連想ゲーム」がきっかけで奥さまの岡江久美子さんと大きな出会いがあったわけですよ。えーっ、恐縮ですが、アプローチはどちらからですか？

大和田 ハハハ。これはみんながね、お前が一方的に押し込んだらううんですけど、逆のような気がしています。

安東 おお、なんと。岡江さんのほうからですか？

大和田 私はトシが6つ上なんで、これから年を取り、やがて彼女に看取られながら逝くだろうとずっと思っただんですが、突然の死で、そんな予定など全部なくなってしまい、真っ白にポッカリ穴が空いたような感じがします。まあ、亡くなった当時のことはあまり覚えてないですね。

安東 その空白から少しずつ立ち直れたわけですね。

大和田 娘（女優でタレントの美帆さん）と孫がいてくれたことが大きいですね。お互いに悲しみ慰めあう、そういうことを通して少しずつ…ですかね。僕の友だちも妻の友だちも思いを寄せてくれたということもありがたくて、大きいですね。

**「最期を迎えるけれど
最後ではない」**

安東 最後になりますが、人生のフイナールについてお伺いします。最期のイメージや理想というふうなものはおありですか。

大和田 人はみな最期を迎えるけれど、それが最後ではないと思うんですね。残された人たちにいっぱい「思い出」を置いていくことで、ずっと



おおわだ・ひろき

1950年、福井県生まれ。高校2年の時に名古屋市の高校に転入し、名古屋市立大学卒業。73年に芸能界デビュー。83年、NHK「連想ゲーム」での共演がきっかけで女優の岡江久美子と結婚。1998年から2009年までテレビ朝日の「ワイド！スクランブル」の司会を務める。テレビドラマ「たんぼぼ」「長七郎天下ご免！」「野々村病院物語II」などに出演。2020年に妻の岡江を新型コロナウイルス感染症による肺炎で亡くす。娘に女優でタレントの大和田美帆、兄は俳優の大和田伸也、兄嫁は女優の五木路子。

大和田 今となつては何を言っても反論ができないから申し訳ないけど…。まあ、どちらからともなく、ですかね。あの人のそれまでのイメージは日本女性の楚々とした感じでしたが、実際会ってみるとシャキシャキとした人ですね。そのギャップが面白かったですかね。その後、お互いに同じようなワイドショーの司会などもやり、分り合える同胞というか、そんな感じになりました。

安東 その奥さまと2020年、コロナ禍での突然のお別れになりました。私も筆舌に尽くしがたい驚きでした。

大和田 うーん。あまりに突然だったものでね。「天を仰ぐように」人生ってこういうことがあるのか」と

その人は続いていくものでもあるんだと思うんです。

安東 ほお。なるほど。

大和田 そのためには、いい思い出を残していきたい。僕は妻が亡くなってから特に、たくさんの人から「優しさ」や「いい思い出」をいただいたんです。だから私も「人に優しさを残していきたい」と思うんです。芝居でも日ごろの付き合いの中でも、それはできるかなと思っています。

安東 今日は貴重な深いお話をいただきました。ありがとうございます。

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ラジオで毎週日曜の午前5時より。

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。

「モルヒネ友の会」が解散

—引き継がれる「痛みからの解放をめざす」活動—



協会「医療相談」の顧問医であり東北支部顧問も務めている加藤佳子医師(80)が、長年勤めていた山形・三友堂病院を今年3月に退職されました。がん以外の痛み苦しむ患者さんに対して「山形大学方式モルヒネ治療法」を実践してきた医師。「モルヒネ友の会」は、その加藤医師によって痛みから解放された患者さんたちが立ち上げ、情報交換の場として15年間定期的に活動してきましたが、退職と同時に解散となりました。解散はしましたが、医師と患者が「痛みからの解放」をめざした活動は、協会の会員の方々が「終末期に痛みのない医療」を選択する参考になるのではと考え、紹介します。

がん以外にはどんな痛みにも？

三友堂病院の緩和ケア外来には、がん以外の疼痛患者が多く訪れます。「山形大学方式モルヒネ治療法」は非がんに治療実績があり、脊柱管狭窄症などの運動器疾患、带状疱疹の痛み(神経痛予防のための確実な早期除痛)、外傷性疼痛など痛みを伴うさまざまな難治性疾患が加藤医師のモルヒネ治療の対象となっていました。しかし、身体表現障害(ストレスなどによる心の悩みや苦しみを身体の痛みとして表現する)や三叉神経痛、片頭痛などはモルヒネ治療の対象外でした。

適正な使用で痛みからの解放

「痛みは自分にしかわからない」から医師と患者は互いに理解し助け合わないとよい治療はできない—との考えから次のような目標を掲げ活動してきましたといいます。

- ① 自分の言葉で正しく伝える。・いつから・どこが・どのように痛むのか。
- ② 慢性化した痛みの回復は困難なので早期から適切な痛みの治療を求める。
- ③ 医療従事者は患者のよき理解者である。
- ④ 薬を適正に使い、痛みを自己コントロールする力を養う患者になる。
- ⑤ 孤立せずに家族や友人、信頼できる人の協力を得て心の安定を図る。
- ⑥ 体験を医療従事者や社会に伝え、がん以外の痛

みの治療への理解を広める。

患者さんはモルヒネの服用で、耐え難い痛みから解放される喜びを得た一方で、周囲の偏見や誤解などに苦悩することもありました。しかし医師のサポートや痛みの情報交換会などを通して学び、適正に使える最高の鎮痛薬と認識し自己管理による長期服用も可能にできました。解散後、すべての患者さんは尊厳死協会東北支部理事の山川真由美医師や川村博司医師など多くの医師に引き継がれました。

見込まれる今後の増加

当協会の「医療相談」には、がん以外の痛みに対して「加齢によるものだから仕方ない」「我慢できるはずなんだけどな」といった心ない言葉に傷つき、理解されない辛さにより心身の不調をきたし、鬱々と過ごす相談が多く寄せられます。

痛みを感じた時から緩和ケアの対象とされているがんに比べ、非がんの痛みに対する医療用麻薬(モルヒネなど)治療は一部の医師によって行われているのみで、十分に浸透していません。超高齢化社会を迎えるこれからは、加齢による運動器疾患や呼吸器疾患、心疾患、腎疾患などによる痛み苦しむ患者さんの増加が見込まれます。原因に応じた治療によって、痛みを緩和しながら穏やかな「人生の最終段階」を迎えるために、医療相談は、医療従事者と患者の架け橋となるような情報をこれからも発信して行きたいと思っています。

(医療相談員 平林池保子)

2023年度「電話医療相談」の結果まとまる

相談件数も内容別件数も増加 「気軽な相談の場」として定着か



「91歳の母は、食べ物を喉に詰まらせて急遽、人工呼吸器をつけることになった。医師から、今後意識は戻らず脳は植物状態と言われた。母のLWと希望表明書を医師に渡したが、倫理上人工呼吸器は外せないと言われた。気管支切開を勧められたが断ることはできるか(60代男性)」

「55歳の妹は半月前に倒れて、くも膜下出血と診断された。現在は介護医療院に入所中で要介護4で鼻経管栄養中。今後、施設に移るために胃ろう造設を勧められているが、受け入れなければならないか(58歳女性)」

「先日、転倒し足首を骨折。今回の骨折でもこんなに大変なのに大腿部頸部骨折でもしたらどれほど大変なものかと思う。骨を強くする食事や運動を知りたい(71歳女性)」

「94歳で亡くなった母親に、最後に尊厳ある死をさせてあげられなかったことが悔やまれる。会報の記事を見て思い出してつらくなった。誰にも言えないので電話した(65歳女性)」

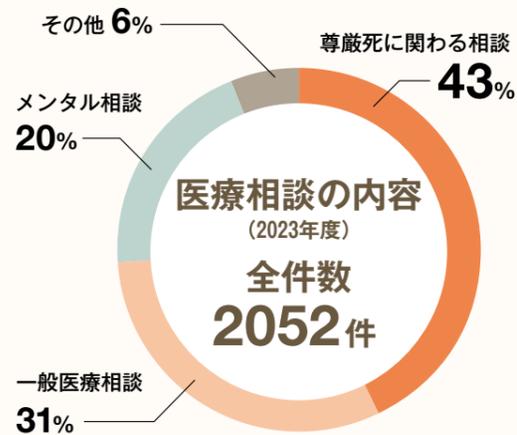
「安楽死はできないけれど尊厳死はできるんだと思ひ入会した。親しい友人は先に逝き話す相手もない。十分に長生きしたので思い残すことはない。薬に死なせてくれる場所があればいいのに(94歳女性)」

※ 2023年4月から翌年3月までの「電話医療相談」は、コロナの「5類移行」によって、相談内容もコロナ以前の状態に戻りました。当協会のお相談スタッフ(看護師3人)が引き続き、電話とメールによって交代で対応に当たりました。このほど、その2023年度の

相談結果がまとまりました。相談件数は757件で過去2年(704件、502件)と比較し大幅に増えていきます。男女比は163対594。女性が圧倒的に多い傾向は変わりません。内容項目別件数(相談1件につき複数の項目も)は2052件で、過去2年(1868件、1159件)に比べ、これも大幅に増えていきます。

「ただお聞きするだけ」も

相談内容を項目別でみると「尊厳死についての」医療内容に関するものが891件(43%)、次いで一般医療相談が638件、メンタル相談が403件で合わせて1041件(51%)。この比率は前年度とほとんど変わりません。昨年の会報で「一般医療相談が、気軽に相談できる場」として認識されるよ



うになり増加しているのではないかと分析・報告しましたが、2023年度も同様の数値となり、「気軽に相談できる場」としてさらに定着してきていると思われます。

相談対象者の割合は「本人」が74%、「子供から親についての相談」が13%、「配偶者について」が9%でした。この比率は前年度とほぼ同じ。104歳の女性から「施設にいるが話す相手もない。生きていく意味がない。もう十分生きたから早く迎えがきてほしい」という相談も。相談員は「ただお聞きするだけ。ああ、話を聞いてほしいのだなと思いました」。(郡司記)

会員数の減少傾向続く 求められる新たな収入源の確保



公益財団法人日本尊厳死協会の2024年度の事業計画および収支予算などが、3月9日に対面とオンラインの双方にて開催された理事会で決まりました。2023年度の決算案は、6月15日に開かれた対面とオンラインでの評議員会で審議され、了承されました。

北村義浩理事長は、今年度について、「3年以上にわたるコロナ禍をやっと脱したので、会員向けの講演会や座談会などの活動を以前のように展開していきたい。また一昨年から続けてきた尊厳死の啓発ラジオ番組や婦人雑誌への広報活動などについては、その効果を見極めながら適切に対処し、今後の具体的な活動について方向を早急に示していきたい」としています。

日本尊厳死協会の決算・予算書(要約) 単位:円 △はマイナス

科目	2023年度予算	2023年度決算	2024年度予算
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
受取会費	122,375,000	115,958,000	110,080,000
受取補助金等	0	800,000	2,328,000
受取寄付金	20,120,000	175,341,594	47,100,000
為替差益	-	2,562,574	0
雑収益	827,000	4,906,049	9,848,000
その他収益	12,000	11,166	9,000
経常収益計	143,334,000	299,579,383	169,365,000
(2) 経常費用			
事業費	185,589,000	236,678,252	203,601,000
管理費	19,859,000	18,027,288	22,043,000
経常費用計	205,448,000	254,705,540	225,644,000
当期経常増減額	△ 62,114,000	44,873,843	△ 56,279,000
2. 経常外増減の部			
当期一般正味財産増減額	△ 62,114,000	44,873,843	△ 56,279,000
一般正味財産期首残高	594,347,920	586,157,806	632,436,645
一般正味財産期末残高	532,233,920	631,031,649	576,157,645
II 指定正味財産増減の部			
特定資産運営益	1,000	28	1,000
当期指定正味財産増減額	1,000	28	1,000
指定正味財産期首残高	2,846,200	2,846,200	2,848,172
指定正味財産期末残高	2,847,200	2,846,228	2,849,172
III 正味財産期末残高			
	535,081,120	633,877,877	579,006,817

会員数の現況

2023年度末の会員数は8万1364人で、前年度に比べ6140人の減少でした。昨年は約6900人、その前年が約6200人の減少でしたから、依然として会員数の減少傾向は続いています。新入会者数は1965人で前年度の1847人に比べ118人増えましたが、退会者(死亡・会費3年未納除籍を含む)は8105人(前年度は8744人)と入会者を大幅に上回っています。ラジオや婦人雑誌を使っている普及啓発活動に力を注いできましたが、目立った効果が表れていないとはいえない状況です。

新入会者で最も多かったのは70歳代(約33%)で、ここ10年以上、変わっていません。ちなみに次が80歳代、60歳代と続きます。5年ごとの新入会者の平均年齢は1976〜80年は約57歳でしたが、2021年〜2023年には約71歳になっています。ちなみに2017年から開始したWEB

入会登録数が昨年は405人(前年は351人)増えて1841人に達しました。WEB入会は40代〜70代が多く、徐々にですが若年層への入会の効果が出てきているといえます。

事業報告と計画

①LWの普及啓発事業、②登録管理事業、③調査研究及び提言事業、が事業の3つの柱。①の啓発事業として、昨年度は講演会、セミナーおよび出前講座の総数は117回(前年度は115回、前々年度は75回)とコロナ前の水準に戻りつつあります。講演会で録画した動画の配信もHPで引き続き行っています。メディア普及活動として、一昨年からTBSラジオで冠番組「日本尊厳死協会プレゼンツ【MYLIFE! MYCHOICE!】をオンエアし、昨年5月号から「婦人公論」に「小さな灯台プロジェクト」の記事展開を行ってきい

ますが、継続についてはその効果を見極めながら判断していくこととなります。受容協力医師数は

3000人を目標としてきましたが、ここ数年2000人ほどで推移している現状から当面、登録増員数1000人を目標に2300人体制を目指します。また「ファシリテーター養成研修会」を昨年度に続いて開催します。②は「会員数の現況」を参照。③の活動として「人生の最終段階における臨床経過並びに死の兆候に関する研究」を東京大学医学部老年病科と引き続き共同で研究し、受容協力医師からのアンケートを2年分取りまとめ、その成果を報告します。

また協会創立50周年を2年後に控え、9月開催のアイランド・ダブルシン大会で「死の権利世界連合日本総会」の誘致活動を行っていきます。さらに引き続き「尊厳死法制化」に向けて議員連盟や各党に働きかけをしていきます。

23年度決算

6211万円の赤字予算でしたが、4487万円の黒字決算となりました。理由は、2000万円を見込んでいた寄付が1億円を

24年度予算

える高額な寄付を含め計1億7534万円という多額な寄付によるもの。年間数千万円ほどの赤字を寄付や遺贈などで補っているという財務状況が続きます。

受取会費は1億1008万円と前年度予算の約1230万円減としました。昨年同様、会員数の減少によるものです。会費を含めた経常収益は1億6936万円を見込み、経常費用2億2564万円を計上しました。

5628万円の赤字予算編成となりますが、引き続きリビング・ウイルの普及啓発の拡大、調査研究事業等に力を注ぎつつ、会員数の減少に歯止めをかけ、公益法人としての新たな収入源の確保などに向けた検討が求められます。

理事人事(6月15日付)

伊藤道哉(東北医科大学医学部臨床教授、医師)。羽田真博(ソフィアメディ株式会社事業本部部長、看護師・理学療法士・介護福祉士)

思いは同じ 仲間はず全国に

LWのひろば

奥深いLWの効果

小林千鶴 72歳 埼玉県

4月28日(日)の春日部市公開講演会に行ってきました。演題は2つで「尊厳死と安楽死」海外の事情から考える」と「アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)でした。これまで、移動に無理のないエリアの講演会には参加させていたきています。「死」を通じて、今をどのように生きるかを自己確認できるこのような講演は、私の知るかぎり尊厳死協会のみでほかにはないと思いい、足を運んでいます。「病」も「死」も百人百様ですから明白な正解はありませんし、決定的な結論も出ませんが、どの講演でも、形容できない安堵感が得られることが参加を重ねる理由の一つです。また会場まで足

を運ぶには、時間調整、公共交通機関の乗り継ぎ、徒歩ルートでのチェック作業が必要で、それらもよい刺激になります。

定期的な会報誌の配布にとどまらず、こうした講演や各地区サロンでの語らいがあることは、立体的な行動にもつながり、プラスになっています。この日、講演終了後、初対面の会員さんに「電車でしたら駅まで一緒にませんか」とお声がけいただきました。春日部駅までの道すがら、入会動機や医療機関のかかり方など中身の濃い話がありました。私の感じる尊厳死協会、リビングウイルの効果は奥深いです。これから先、素敵な発見や出会いがありそうで、そんなこんな期待をしつつ、日々を健やかに過ごしてゆこうと、帰路につきました。



咲き乱れる!!
競って生を謳歌する
ひなげし(ポピー)

撮影/新井朝子(長野県)

張るのよ」と言いました。そう言いながら涙が止まりませんでした。私は無宗教ですが宿命論者であり、70歳のころから生老病死を受け入れることができ、今は独身生活を楽しんでいきます。そこで2首。

老後は 一に健康 二にお金
三四は人と 生きがいをもつ
何事も 無理をしないで
ほどほどに
自分に合った程の良さ知る

沖縄に移住して……

石黒君子 83歳 沖縄県

パーキンソン病の夫が永眠した数か月後、弟が「気分転換に沖縄へ行ってみようか」と言ってくれました。子どもたちはすでに独立して家は私だけでした。

2017年2月の初旬、住んでいた千葉県の北総鉄道印旛日本医大駅は気温が4度くらいで、ガタガタ震えながら乗車しました。沖縄に着いてレンタカーでホテルに行き、その足で観光巡りをしました。沖縄は初めてのことで、道端の小さな花の色とりどりに咲いて微笑んで見えました。首里城の城内見学もしました。その時に売店で見えた気温は14度くらいでした。私は弟に「私、沖縄に住みたい」と言いました。すると弟は「いいんじゃないの」との返事。それで3月4月とマンション探しに来て、中古マンションを購入しました。そして5月、76歳の誕生日の前日に沖縄に転居しました。両隣の主婦は親切でカラオケや食事に誘ってくれました。

今の暮らしは、毎日6000歩ほどのウォーキングと週一の卓球。

旅立つ日のために

山科喬龍 77歳 岡山県

知人の独居女性が突然死してしまいました。連絡は警察署からでした。本人にとって法医解剖は本意ではなかったでしょうが、認知症もなく好きだけ飲んだの死は、ある意味満足だったかもしれません。しかし覚悟も準備もないのは困ります。

残された女友だちの私としては、まず身内を探したりしましたが、誰もいませんでした。もしいても拒否されたりする場合があります。いずれにしても放っておけないので、それまでの公共料金の支払い・停止、年金手帳・保険証等の返還、部屋の品々の始末や清掃…を代行して行い、部屋の鍵をなんとか家主さんに返還することができました。

私はこれを他山の石として、協会発行のリビング・ウイルや連絡先を書いた書面を整え、遺品や葬儀についての詳細、死後に発送してもらいたい手紙、エンディングノートをまとめてケースに入れ、「旅立つ日のために」と書いてテーブルに置いています。さらに旅立ちに着る衣類一式も用意しています。

近くのカルチャースクールで水彩画やウクレレも習いましたが、こちらは続きませんでした。一昨年に廃車しましたが、それ以前は子どもたちが来たときは、私の運転で県内を案内していました。今思うと事故もななく過ぎたことに安堵しています。子どもたちには普段はメールで、天候や生活のことを報告しています。

姉が倒れ、思う

島崎道子 75歳 東京都

昨年の秋、姉が突然、脳溢血で倒れました。なんとか一命はとりとめたものの、ずっと眠った状態が続きました。私は以前から、尊厳死や老後の死について関心を持っていましたので、今は健康ですが、今年の1月に尊厳死協会に入会させていただきました。

先日、姉のお見舞いに行った際に、姉はベッドに寝たままでですが、壁に掛けてある「朝」や「光」という絵文字を目を開けてじーっと見ていました。私はその時、姉は言葉は話せなくとも、生きることに治ることに望みを持ち始めてくれたのかなあ、と思いい、「私がいすを押してあげるから熱海の温泉に行けるように頑

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おります。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。会員のみなさま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」など何でもけっこうです。600字以内で。掲載(写真含む)の方には図書カードを差し上げます。手紙またはファクス(03-3818-6562)、メール(info@songenshi-kyokai.or.jp)で。
- 写真の募集 10月号に相応しい写真を。数年前の撮影も可。データをメール送信(アドレスは同上)、またはプリントを郵送してください。いずれも、協会本部会報編集部宛に、「ひろば投稿」と明記のこと。締め切りは8月15日です。

※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

第二十九回

浜辺の歌

林 古溪 作詞
成田為三 作曲



あした浜辺を さまよえば、

昔のことぞ しのぼるる。

風の音よ、雲のさまよ、

寄する波も 貝の色も。

ゆうべ浜辺を もとおれば、

昔の人ぞ、しのぼるる。

寄する波よ、かえす波よ。

月の色も、星のかげも。

(「浜辺の歌」大7・10より)

作詞は林古溪(1875～1947年)。漢文学者
だけあって文語調の歌詞はやや難解。当時の小学生
もわかりにくかったかと思われる。「あした」は明日
ではなく朝、「ゆうべ」は昨夜ではなく夕方。「明日さ
まよえばって、どういうこと?」と思った子どもたち
も大勢いたのではないだろうか。2番の「もとおれば」
は古語で「廻れば」と書き、1番の「さまよえば」と同じ
ような意味。

作曲は成田為三(1893～1945年)。ドイツ
から帰国した山田耕筰のもとに住み込みで弟子入り
していたことから作曲を紹介されたとされる。当初
は「はまべ」という曲名だったが、「浜辺の歌」と改題さ
れ出版。表紙に大正ロマンの美人画で知られる竹久
夢二を起用したことなどから話題を呼び、成田は名を
高めた。西條八十が作詞した「かなりあ」の作曲でも
知られる。

成田の故郷・秋田県北秋田市の生家跡に「浜辺の歌
音楽館」があり、秋田内陸線米内沢駅の到着メロディ
ーに使われている。さらに林古溪が少年時代を過
した、ゆかりのJR辻堂駅では発車メロディーとなっ
ている。2006年「日本の歌百選」に選ばれ、長く歌
い継がれている。

会員になってもLWの勉強は続きます ぜひご参加を

東北支部

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

「第28回東北支部米沢大会」&
「第10回東北リビングウイル研究会」

イザという時、どう過ごしますか？
あなたらしい最終章の迎え方。あなたへの、
ごく身近な立場からの問題提起と、
お役に立つ貴重な助言と体験談です。

第1部◎ 基調講演

テーマ 「三者の思い。イザを迎えて、
それぞれの意思の決定とは」

講師◎ 山口育子 (認定NPO法人
ささえあい医療人権センター
COML理事長)



第2部◎ シンポジウム
「それぞれの尊厳死」

座長◎ 山川真由美 (済生会山形済生病院非常勤
医師、東北支部理事)

シンポジスト◎

山名康子 (公益社団法人認知症の人と家族の会
山形県支部会員、社会福祉士)

磯部信子 (株)きらり代表取締役・看護師)

加藤佳子 (日本尊厳死協会東北支部顧問、医師)

コメンテーター◎山口育子

日程◎ 9月15日(日)午後1時半～4時
(開場1時)

会場◎ 伝国の杜1階「置賜文化ホール」
(米沢市丸の内1丁目2-1
☎0238-26-2666)
JR山形新幹線・JR奥羽本線米沢駅から
市民循環バス右回り・上杉神社下車

定員◎ 事前予約・先着300人(開催当日の
受付可。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◎ 10月上旬、「動画録画」を東北支部
ホームページ、YouTubeで公開

第50回「仙台駅横
リビング・ウイル交流サロン」

日程◎ 7月26日(金)午後2時～3時半(予定)

会場◎ 「仙台アエル」6階 特別会議室
(JR仙台駅西口から徒歩3分)

テーマ 「自分らしく、
緩和ケアと暮らす日々」

緩和ケアには痛みの治療が欠かせません。実は
東北地方は、全国でも痛みの治療の先進地域で
す。たとえば山形県は、一人当たりの医療用モ
ルヒネの使用量が全国トップクラス。人生の最

終章での良き最期には緩和ケアの充実が欠か
せません。QOL(クオリティ・オブ・ライフ「生
活の質」)を維持しながら自分らしく生きる…。
「緩和ケアと暮らす日々」実現のお役に立つ地
域の実情をお伝えします。

定員◎ 事前予約・先着20人(申し込み順。無料、
どなたでもどうぞ)

リレーエッセイ

「LW(リビング・ウイル)のチカラ⑱」

残りの人生をどう生きたいですか？

岩手県の河辺邦博支部理事(元IBC岩手放送アナ
ウンサー)は、かつてテレビ番組の打ち合わせでロ
ケット技術の専門家に「日本最先端のH-Iロケット
の成功確率は」と尋ねます。すると「かなり高い確率
だが、このロケットに乗るかと言われると、まだ乗ら
ない」との返事。そこから確率の話になりました。宝
くじで当たる確率と旅客機に乗って墜落する確率
はほぼ同じ、との技術者の指摘。人は夢を追って宝
くじを買い、気軽に空の旅も楽しむ。同じ数字でも
受け取り方は当人の主観なのです。

人はとかく数字が説明に使われると信じやすくなり
ます。たとえば平均寿命。現時点で男性は81.05歳、
女性は87.09歳。この年齢から、人は自分の生きられ
る年数を計算しがちです。ところが平均寿命とは、
その年に生まれた子が何歳生きるかの数字です。そ
こで、自分の生まれた年の平均寿命を調べてみまし
た。すると、なんと、自分はすでに死んでしまってい
る計算に。まさに「生きてるだけで丸儲け！」の名ゼ
リフ通りです。そこで提案です。リビング・ウイルを、
残りの人生をどう生きたいかを自らに問い、考える
機会にしようではありませんか。

支部長から

5月18日(土)に、岩手県の「安比高原」で、「自
分らしく生きるには”講演&心のコンサート!”を
開催しました。当日は、最寄りのJR花輪線が倒木
で不通になるアクシデントが発生したにもかかわらず、
79人もの方々が参加。リハビリテーション
専門病院として岩手県屈指の規模の地元「東八幡
平病院」の及川忠人病院長が、「生きることと尊厳
死」のテーマで講演。及川院長は病院内に「尊厳
死を受容します」との掲示も出しています。ミニコ
ンサートでは、参加者が「エーデルワイス」を合唱。
ピアニストのTOMOKOさんの「トルコ行進曲」が
アンコール曲でした。協会発行の「リビングウイル
ノート」や協会のバッジなども売れました。「この
地域では買う機会がないもので…」との声も。

いわゆる地方の過疎地域には「リビング・ウイ
ル」の普及・啓発活動の一つのヒントがあるのか
もしれません。(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

北海道支部・
札幌市在宅医療協議会 共催講演会

テーマ 「高齢者がやすらかな最期を
迎えるために～看取り現場の
医師からの発信～」

講演① 宮本礼子(日本尊厳死協会理事・
北海道支部長、医師)
「望む最期を迎えるために、今、
自分にできること」



講演② 今井浩平(いまいホームケア
クリニック理事長、医師)
「エンディングまでを見据えた
かかりつけ医の選び方」



講演③ 矢崎一雄(札幌市在宅医療協
議会会長、静明館診療所院長、
医師)
「ACP時代の神経難病患者の
在宅看取り状況」



日程◎ 7月6日(土)午後1時半～3時半

会場◎ 共催ホール(札幌市中央区北4条1丁目1
共催ビル6F)

定員◎ 600人(申し込み不要、先着順、会員・
非会員を問わず無料)

【講演要旨】

国民の死亡場所は、2010年と2019年で比べると病
院は78%から71%に減り、自宅は13%から14%に微
増、介護施設は5%から12%に増えました。

病院死が減った分、介護施設での看取りが増えてい
ます。その数はまだ少ないですが、10年前は介護施設

での看取りがまれだったことを思うと隔世の感があり
ます。

介護施設で看取りが可能になったのは、本人の希望
をかなえてくれる訪問診療医師・看護師・介護士が増
えたからです。

本講演会では、看取りを行っている医師から、高齢
者がやすらかな最期を迎えるためにはどうしたらよ
いのかを語っていただきます。

ホームページ動画セミナー
(掲載場所 北海道支部ホームページ)

① 北海道文化放送(テレビ)
「談話のりさんプラス」に宮本支部長が出演
(2023年10月27日)。

テーマ「尊厳死を考える」



② オンライン講演会(2024年5月11日)

テーマ「ACP(人生会議)だけでは
叶えられない
『自分が望む終末期医療』」

講師◎ 宮本礼子(日本尊厳死協会理事・
北海道支部長、医師)

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

松本市公開講演会

日程◎ 9月16日(月・祝) 午後2時～4時
※開場1時半

講演◎ 杉浦敏之(医師、医療法人社団弘恵会
杉浦医院、関東甲信越支部長)

演題◎ 「人生会議(ACP)を活用しよう!」

講演◎ 杉山 敦(医師、医療法人杉山外科医院)

演題◎ 「長野県の在宅医療とリビング・ウィル」

定員◎ 100人(無料、要予約、定員に達した時点で
申込終了)

会場◎ 松本商工会議所6階 601会議室
松本市中央1丁目23番1号
JR「松本」駅東口から徒歩10分

水戸市「もしバナゲーム体験会」

日程◎ 9月29日(日) 午後2時～4時
※開場1時半

定員◎ 60人(無料、要予約、定員に達した時点で
申込終了)

会場◎ 水戸市民会館 3階 中会議室303・304
「水戸」駅北口からバス約5分、
「泉町一丁目」下車すぐ

ACP(人生会議)のセミナーを受け、「もしものための
話し合い(=もしバナ)」を体験してみませんか。もし
バナゲーム(カードを使ったゲーム)を通じて、人生に
おいて大切な「価値観」や、自身の人生の最終段階の
「あり方」についてさまざまな気づきを得るきっかけに
なればと思っています。

関東甲信越支部 ☎ 03-5689-2100 ✉ kantou@songenshi-kyokai.or.jp

サロン in 本郷

「尊厳死」や「リビング・ウィル」について語り合いま
しょう。ご予約をお願いします。

日程◎ 9月21日(土) 午後1時半～3時
(7月と8月の開催はございません)

定員◎ 12人(無料、要予約、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
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

佐久市公開講演会

日程◎ 8月4日(日) 午後2時～4時
※開場1時半

講師◎ 杉浦敏之(医師、医療法人社団弘恵会
杉浦医院、関東甲信越支部長)

演題◎ 「現代医療の中で
安らかに旅立つには
～リビング・ウィルと人生会議～」

定員◎ 190人(無料、予約不要、直接会場に
お越しください)

会場◎ 佐久市佐久平交流センター
佐久市佐久平駅南4-1
JR「佐久平」駅蓼科口より徒歩約3分

オンライン講演会

日程◎ 8月18日(日) 午後2時～午後3時半

講師◎ 大城京子(居宅介護支援事業所「快護
相談所和び咲び」所長 介護支援専門員)

演題◎ 生活の場で行うACP
～介護現場の事例で学ぶ
意思決定支援～

アドバンス・ケア・プランニング(ACP:愛称「人
生会議」)とは、本人の思いを大事にしながら将来
の医療やケアを選び、実現するために話し合うこ
とです。ケアマネジャーの立場から事例を交え、
大城所長よりわかりやすくお話しいたします。

定員◎ 500人(会員・非会員を問わず無料)
形式◎ Zoomウェビナー

申し込み◎ 関東甲信越支部ホームページの
「イベント・講演のご案内」から
前日までにお申込みください。

大学生と考える 「リビング・ウィル」ワークショップ

「リビング・ウィル」「アドバンス・ケア・プランニング」
「安楽死と尊厳死の違い」などについて若い世代の人た
ちとの交流の場、分かち合いの場を持ち、考察の時間
をご提供したいと思います。

日程◎ 8月24日(土) 午後3時～4時半

定員◎ 12人(無料、要予約、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

関東甲信越支部 活動報告

関東甲信越支部は1都9県を所管し、講演会や
サロンなどさまざまなイベントを企画運営してい
ます。4月28日には春日部市で、支部長の杉浦敏
之医師、支部理事の岡崎史子医師の2部構成の公
開講演会を開催しました。尊厳死と安楽死につ
いての世界の状況や、尊厳ある生き方をするための
「人生会議」について講演され、「世界と日本の違
いに驚きました」「リビング・ウィルの重要性につ
いて深く理解できました」などの声が寄せられま
した。サロンにおいては都市部以外で開催する
「地域サロン」、カードを用いた「もしバナゲーム
サロン」などイベントも充実させ、リビング・ウ
イルの普及啓発のため精力的に活動しております。

国民の4人に1人が75歳以上という、超高齢社
会に突入する2025年問題を目前に控え、今後ま
す「尊厳ある死」について問われることになる
でしょう。元気なうちから自己意思を表明し
「最期まで自分らしく生き抜く」という、この当然
の権利がなかなか行使できない社会で、自分自身
の問題として受け止め、行動していかなければな
りません。私たち支部は、これからもリビング・
ウィルの社会的意義
について、さまざま
イベントを通して啓
発し、1人でも多くの方
が尊厳ある生き方を
実現できる社会を目
指して活動を継続して
まいります。

(関東甲信越支部理事 石田智彦 看護師)



関西支部 ☎ 0120-211-315 ✉ kansai@songenshi-kyokai.or.jp

地域セミナー in 大阪

日程◎ 7月13日(土) 午後1時半～3時半
(開場午後1時)

会場◎ JEC日本研修センター江坂 中会議室B
(大阪地下鉄御堂筋線江坂駅1番出口から
徒歩2分)

定員◎ 60人。参加無料。7月3日(水)から受け付け
ます。電話のみ(☎0120-211-315 平日
10時～16時。定員になり次第、締め切り)

テーマ「尊厳死と安楽死」

講師◎ 盛永審一郎(小松大学大学院
特任教授、富山大学名誉教授)



内容◎ 尊厳死・安楽死に関する世界の現状報告
と、「リビング・ウィル」・「尊厳死」の提唱
者であるL.カッター等の考えをもとに、
尊厳死と安楽死の理論を平易に説明。

※盛永さんは専門は生命倫理学、実存倫理学。著書に
「安楽死を考えるために」、『認知症患者安楽死裁判』、
「終末期医療を考えるために」(以上丸善出版)、「安楽
死法:ベネルクス3国の比較と資料」(東信堂)ほか。

緩和ケア講演会 in 京都

日程◎ 9月7日(土) 午後1時半～3時半(開場1時)

会場◎ キャンパスプラザ京都 6階 第3講習室
(京都市下京区西洞通塩小路下る東塩
小路町939。JR京都駅下車 徒歩5分)

定員◎ 40人(参加無料)

申し込み◎ 電話のみ
☎0120-211-315 平日10時～16時

テーマ「ひとりでは死ねない～
がん終末期の悲しみは愛しみへ」

講師◎ 細井 順(ヴォーリス記念病院
ホスピス医師)



内容◎ 「生きがい」や「死にがい」を思うことなく死の
床につく人が増えてきました。穏やかに人生
を振り返るために何が必要なのかを考えます。

※細井さんは、公益財団法人近江兄弟社ヴォーリス記
念病院ホスピス医師。岩手県盛岡市出身。1978年大阪
医科大学卒業、96年ホスピス医として淀川キリスト教
病院で学び、98年から2002年まで愛知国際病院。そ
の後はヴォーリス記念病院に勤務。12年にドキュメン
タリー映画「いのちがいちばん輝く日」を製作。

終活カレッジ in 大阪

日程◎ 9月9日(月) 午後1時半～3時半(開場1時)

テーマ「自分らしい
人生100年時代の終活」

定員◎ 100人(無料、要予約、定員に達した時点で
申込終了)

会場◎ 大阪梅田ツインタワーズ・ノース26階貸
会議室(大阪市北区角田町8番1号)
阪急大阪梅田駅(3階改札口)・
JR大阪駅(御堂筋南口)から徒歩約5分

講師◎ 第1部
長尾和宏(医師、日本尊厳死協会副理事長)

テーマ「人は自分の望む最期を叶え
死後も生き続けることができます」

第2部
寺田悦子(三井住友信託銀行梅田支店
主席財務コンサルタント)

テーマ「今から考える自分らしい終活～
知っておきたい相続のこと～」

申し込み◎ 関西ホームページまたはお電話で
☎0120-211-315

共催◎ 三井住友信託銀行

●講演会の動画公開を予定

6月9日(日)に京都で開催した講演会「最期まで自分
らしく生きる～尊厳死を考える」の講師・関本雅子医師(か
えでクリニック顧問、関西支部理事)の動画を7月下旬
以降にHPで公開予定です。

●住所を変更された場合はお知らせください

施設などによ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。

コラボ講演会傍聴記 満席の参加者にわかりやすく

3月30日(土)、立川市女性総合センターで、立川在宅ケアクリニック理事長で尊厳死協会評議員の井尾和雄医師と、尊厳死協会理事長の北村義浩医師とのコラボによる講演会が開催されました。テーマは「ACP普及のための市民講演会」で参加者は満席の150人ほど。

第1部は、4600件の看取り経験を持つ井尾氏が、「在宅看取りには3つの覚悟が必要」と述べ、①家で死にたい本人の覚悟②家で看取りたい家族の覚悟③家で最期まで支える医療・介護の覚悟、の3点をあげました。またACPとはA(あらかじめ)のC(死に方)P(プラン)というユニークな解釈はインパクトがありました。

第2部は、新型コロナウイルスに関するテレビ出演

などでおなじみの北村医師。とかく混同されがちな安楽死と尊厳死の違いについて、わかりやすく説明されました。「安楽死」は日本では認められておらず、協会はいくまでも「尊厳死」の普及啓発を進めており、そのため立法化にも取り組んでいること。さらに世界の「安楽死」事情を紹介し、その中でカナダの安楽死法案である「MEID」を具体的に解説されました。

(丹澤太良・記)



救急車を巡るエピソードには、紹介しきれないほどさまざまな状況があります。今回はリビング・ウイルと「心肺蘇生」との向き合い方について「知っておきたい3つの心得」をガイドしてみます。

①救急車を呼んだら心肺蘇生されるものと思いませんか?

心肺蘇生は救急救命士の義務です。心肺蘇生とは、心臓マッサージや強心剤の使用、電気ショックや気管切開等一連の医療行為です。

これは、尊厳死を希望して在宅医療を選択し、訪問診療・訪問看護を利用しながら介護する家族のルールです。頭でわかっている、でも「できるだけご本人の意思を尊重できるように」と、心肺蘇生を望まない人への対応体制が整理され、広がりつつあります。例えば、東京消防庁では一定の要件が揃い、運用フローに従えば、心肺蘇生を中止できるとなっています。

「看取りのエピソード」
(89歳の看取り・北海道)
ある日突然、介護士さんの目の前で倒れ、心停止したそうです。グループホームから連絡を受けた時にリビング・ウイルのことは伝えましたが、ホームの規則とこのことで救急搬送されてしまいました。

高年齢者の心臓マッサージは、肋骨が折れて皮下出血だらけになる可能性もあり、本人にとっては苦しいだけなのだという事実と知識を知っておきましょう。

これは、尊厳死を希望して在宅医療を選択し、訪問診療・訪問看護を利用しながら介護する家族のルールです。頭でわかっている、でも「できるだけご本人の意思を尊重できるように」と、心肺蘇生を望まない人への対応体制が整理され、広がりつつあります。例えば、東京消防庁では一定の要件が揃い、運用フローに従えば、心肺蘇生を中止できるとなっています。

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 リビング・ウイルを表明したのに救急搬送? 知っておきたい3つの心得



東海北陸支部 ☎ 0120-211-315 ✉ tokai@songenshi-kyokai.or.jp

リビングウイル懇話会 in 福井

日程◎ 7月28日(日) 午後2時～4時
(受付午後1時半～)

テーマ「健やかな晩年を生きるために～死生観とエンドオブライフケアについて～」

講師◎ 浅見 洋 (石川県西田幾太郎記念哲学館長、石川県立看護大学名誉教授)



内容◎ 生前の意思決定のために人生会議(ACP)が重要視されるようになってきた時代背景と、死生観の変容に焦点を当てます。そのなかで、最期までその人らしい生と死を支えること、ならびに見送った家族が生きていることを支えるケアについて考えます。

会場◎ 福井市地域交流プラザ研修室601A (福井市手寄1-4-1 AOSSA 6階 JR福井駅東口から徒歩1分)

定員◎ 50人(無料、事前申し込み不要)

令和6年度リビングウイル研究会 東海北陸地方会

日程◎ 10月20日(日) 午後1時半～4時
(受付午後1時～)

テーマ「重度障害者のケアのあり方と尊厳について」

中国地方支部 ☎ 0120-211-315 ✉ chugoku@songenshi-kyokai.or.jp

地域セミナー in 岡山

日程◎ 9月29日(日) 午後1時～2時半

会場◎ TKP岡山会議室カンファレンスルームC 岡山市磨屋町1-16 岡山磨屋ビル2階

講師◎ 小森栄作 (ももたろう往診クリニック 院長、尊厳死協会受容協力医師)

テーマ「住み慣れた自宅で最期まで。なんでもご相談ください」

※小森医師が在宅での看取りについて話し、疑問に答えます

定員◎ 15人(無料、要予約)

中国地方支部 活動報告

5月26日(日)、広島市中区アステールプラザ中会議室で、地域セミナー in 広島市中区を開催しました。多くは広島市内からでしたが、岡山県からのご夫婦、東広島市からの参加者もいました。

内容◎ 副腎白質ジストロフィー(ALD)の太田佑弥さんの母親・太田美穂さんと安藤明夫東海北陸支部理事との対談と支援者による報告、支援者バンドの演奏。

会場◎ 中日ホール&カンファレンスRoom 3 (名古屋市中区栄4-1-1 中日ビル6階 名古屋市地下鉄栄駅から地下街直結)

定員◎ 72人(無料、事前申し込み不要)

緩和ケア学び隊

日程◎ 7月23日(火) 午後1時半～3時

講師◎ 鈴木中人 (いのちをバトンタッチする会)

テーマ「いのちの授業～いのちの尊厳をみつめてみませんか」

日程◎ 9月24日(火) 午後1時半～3時

講師◎ 富士恵美子 (株式会社ななみ代表、看護師)

テーマ「神経難病のケアと生の尊厳」

会場◎ 青木記念ホール (名古屋市中村区中町3-30 地下鉄東山線中村公園駅から徒歩10分)

定員◎ 20人(無料、事前申し込み必要)

各イベントの問い合わせ

☎052-481-6501 (平日午前9時～午後6時)

前半は高橋浩一支部長から「住み慣れた自宅で最期までを実現するには」というお話。後半は質問タイム。①一人暮らしで認知症の人も「本当に最期まで自宅で」は可能なのか?②かかりつけ医はどうやったら見つけることができるか③「治療のさし控え」というのは病院側に要請してもいいものなのか等の質問に、支部長がていねいに回答しました。

日本尊厳死協会に対する要望も出ました。①一般市民に対して尊厳死を啓発するのは重要だが、それに対応してくれる医師が少ないのではないかと。②尊厳死協会の安楽死に対する立場をもっと明確にすべきではないか。現状ではまだまだ不十分な表明であるように思える——など。

参加者は15人ほどでしたが、充実したセミナーになったと思います。今後もこのようなセミナーを企画してまいります。

(支部理事 高橋裕子)

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わせてほしい 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)

- _____
- _____
- _____

どのように

リビング・ウイル受容協力医師

第116報

2024年3月～2024年5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
北島外科胃腸科医院	外・消	北島 滋郎	青森県青森市堤町2丁目13-6	017-734-7500
富沢ホームケアクリニック	内・消内	島田 憲宏	宮城県仙台市太白区富沢1丁目5-3-102	022-796-1720
祐ホームクリニック麻布台	内	日向 道子	東京都港区麻布台3丁目4-18 クリテック麻布台101	050-3823-0159
八木クリニック	内	三嶋 拓也	東京都港区南青山5-4-35-606	03-5469-8848
しろひげ在宅診療所	総合・緩和・精	山中 光茂	東京都江戸川区東瑞江3-55-11	03-5666-4675
在宅療養支援診療所 諏訪の森クリニック	内	木村 みどり	東京都立川市柴崎町2-17-21 2F	042-521-0022
相武病院	内	秋山 一也	東京都八王子市戸吹町323-1	0426-91-7788
公朋会 西嶋医院	内・小	西嶋 公子	東京都町田市成瀬台3-8-18	042-726-7871
ふじたあんしんクリニック	内・緩和・精・皮・整	藤田 正彦	神奈川県横浜市西区高島2-10-13-508	045-577-3980
クリニック医庵あざみ野	内・外	吉澤 康男	神奈川県横浜市青葉区あざみ野1-23-6	045-905-3533
ナーブ・ケア・クリニック	脳外	久保 篤彦	神奈川県横須賀市安浦町2-19	046-824-7638
保土ヶ谷北クリニック	内	石塚 直樹	神奈川県横浜市保土ヶ谷区西谷2-29-10	045-382-0321
東戸塚みどり在宅クリニック	内・緩和	竹田 亮平	神奈川県横浜市戸塚区品濃町513-7 4F	045-382-9770
湘南おおふなクリニック	内・泌	長谷川 太郎	神奈川県鎌倉市大船2-25-2 セルアージュ鎌倉大船1F	0467-44-1117
おひさまクリニック開成	内	羽尾 義輝	神奈川県足柄上郡開成町みなみ1-23-3 1F	0465-85-3228
さくら循環器内科	循内・内	上野 耕嗣	栃木県宇都宮市桜4-1-10	028-689-8305
済心ホームクリニック	呼外	田島 敦志	栃木県宇都宮市元今泉7-35-9	028-612-5043
はあと在宅クリニック	内・老精	渡邊 栄彦	愛知県清須市西田中山5	052-325-8332
まれケアクリニック	内	川森 俊人	愛知県あま市上菅津銭神10 武蔵銭神ビル2F	052-445-2112
正翔会クリニック一宮	総合	秋山 登	愛知県一宮市今伊勢町本神戸字前畑1	0586-82-8126
きたおわり在宅支援クリニック	内・脳外・心内	吉田 康太	愛知県一宮市多加木4-31-15	0586-85-6911
つおき高橋クリニック	内	高橋 宏明	三重県津市三重町津興433-87	059-246-7771
つくもクリニック	内・皮・精	新開 健司	大阪府大阪市城東区古市3-8 プロムナーデ関目7-106	06-6180-9559
酒井診療所	内	酒井 泰征 木村 和秀	大阪府大阪市平野区瓜破東2丁目7番55号 サンビレッジ1階	06-6700-0303
たいようさんさん在宅クリニック	内	白 成哉	大阪府守口市金下町2-2-13	06-4250-9233
しらさかハートクリニック	内・循・皮・訪問	白坂 明広	大阪府河内長野市あかしあ台1-8-16 西井あかしあ台ビル1階	0721-50-1555
太田医院	胃腸内・内・緩和	太田 俊輔	大阪府堺市東区北野田114-6	072-236-6222
なかつかさ内科・在宅クリニック	内	中務 博信	京都府京都市北区紫竹西桃ノ本町56	075-366-1268
ならやま診療所	内	田中 明美	奈良県奈良市右京3丁目2-2	0742-71-1000
西和往診クリニック	緩和・老内・脳外	尾崎 誠重	奈良県生駒郡斑鳩町小吉田2丁目7-15	0745-70-0002
風土記の丘診療所	在宅緩和・内・消内	総田 真也	和歌山県和歌山市岩橋1271-1	073-473-6070
西神戸ホームケアクリニック	緩和	松尾 圭佑	兵庫県神戸市西区学園東町6丁目7-7	078-798-6005
中村クリニック	外・内	中村 明裕	兵庫県淡路市岩屋2942-14	0799-73-2100
ふなもとクリニック	内・循・呼・アレ	船本 全信	兵庫県西宮市甲子園浦風町7-13	0798-81-1192
いまい内科クリニック	脳外	馬淵 英一郎	兵庫県宝塚市中州2丁目1-28	0797-76-5177
いまい内科クリニック	内・腎内・リウ	今井 信行	兵庫県宝塚市中州2丁目1-28	0797-76-5177
宝塚清光クリニック	内・外・肛外	打越 史洋	兵庫県宝塚市仁川団地4-14	0798-81-5541
くるす医院	内・呼内	来栖 昌朗	兵庫県姫路市広畑区西蒲田37-1	079-236-3700
京見の森クリニック	在宅・内	中村 雅彦	兵庫県姫路市勝原区熊見20-16	079-239-8803
中田医院	内	中田 一弥	兵庫県加古川市平岡町新在家3丁目286-5	079-422-3720
大西メディカルクリニック	総合	大西 潤	兵庫県加古郡稲美町国岡2-9-1	079-441-7741
魚川医院	内	青木 裕加	兵庫県高砂市米田町米田873-2	079-432-5226
青江クリニック	腎内	原口 総一郎	岡山県岡山市北区青江5-1-3	086-226-5022
あおい在宅クリニック	内・循	岡本 陽地	岡山県岡山市東区可知4-3-7 リヂェンス益野101	090-1339-1717
井上内科医院	内・呼・リウ	渡邊 正俊	岡山県玉野市玉2丁目12-10	0863-21-2074
JA広島総合病院	消内	藤本 佳史	広島県廿日市市地御前1-3-3	0829-36-3111
よしのがわ往診診療所	内	渡部 豪	徳島県吉野川市山川町湯立277-1	0883-36-1850
いろはホームケアクリニック	外	飯森 俊介	愛媛県松山市平井町甲2495-1	089-909-3688
愛媛医療生活協同組合 伊予診療所	内	舟戸 督力 山本 美奈子	愛媛県伊予市米湊816-1	089-982-1170
ちどりばし在宅診療所	内	小野 富士雄	福岡県福岡市博多区千代5-16-1	092-651-8101
くすのきクリニック	内・小	徳永 清治	長崎県島原市有明町大三東戊1365-1	0957-68-5500
高橋医院	内・胃腸・神	高橋 繁實	熊本県八千代市弥生町12番地1	0965-31-1555
在宅支援クリニック えがお	内・精・心内	山内 勇人	大分県佐伯市大字池田2260-1	0972-24-2020
医療法人 朝戸医院	内・外・眼	朝戸 末男	鹿児島県大島郡和泊町和泊14番地	0997-92-1131
ファミリークリニックネリヤ	内・小・脳内	徳田 英弘	鹿児島県奄美市名瀬和光町31-14	0997-57-7177
国民健康保険 大和診療所	総合	小川 信	鹿児島県大島郡大和村大和2420-2	0997-57-2053
くるるホームケアクリニック南風原	内・緩和・精	鳥越 桂	沖縄県島尻郡南風原町宇宮平87	098-882-7250
浦添総合病院	救急	米盛 輝武	沖縄県浦添市前田1-56-1	098-878-0231

【お詫びと訂正】前号(193号)24ページの受容医リストにある「いはら診療所」は「いらはら診療所」の誤りでした。

●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
だけ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 希望者はご連絡ください

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

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

●なお、これまで同様、コンビニや郵便局での振り込みも可能です。会報が緑色のビニール封筒で届きましたら年会費の納入時期です。封筒の表に「年会費払込票在中」と印刷してあります。銀行振り込みの場合は会員番号(00を省く)も記入して下さい。なお振込手数料は郵便局窓口で通帳なら203円、郵便局ATMが152円、コンビニが110円です。



「可憐に…」
今号の1枚

●「5類移行」になってコロナもだいぶ遠くに去った感がありますが、感染発生当初の志村けんさんや岡江久美子さんの死は、大きな衝撃と未知がゆえの不安をかきたてました。巻頭インタビューで大和田獏さんが、突然の妻の死に「人生ってこういうことがあるのか」と胸の内を語っています。ハキハキとした「元気印」の方だっただけに、その喪失感が胸を刺します。その死から早や4年、今「BAKUMIHO」という親子ユニットで芸能活動をスタートさせています。獏さんと娘で女優の大和田美帆さんの「ばく」と「みほ」。その間に「KUMI」が挟まれています。岡江久美子さんをあたたかも両脇から支え上げるように。コロナさなかの3年前に行われた第10回「リビングウイル研究会」のテーマは「レジリエンス」でした。コロナで多くの人が亡くなったパンデミックから立ち直る力、絶望から生き直す力とでもいうのでしょうか。残された「ばくみほ」という父娘のレジリエンス。その前途に明かりが絶えないことを。(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2024年7月 No.194 —

- 02 著名人が語る
「私のリビング・ウイル」
由紀さおりさん／大和田 獏さん
- 08 「モルヒネ友の会」が解散
- 09 電話・メール医療相談の結果
- 10 24年度事業計画・予算決まる
- 12 LWのひろば
- 14 連載「四季の歌」浜辺の歌
- 16 支部活動・報告
2024 夏～秋
- 21 「小さな灯台プロジェクト」ガイド
- 22 LW受容協力医師のリスト
- 23 私の希望表明書
- 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：8万606人
(2024年5月31日現在)

次号は、
2024年10月1日発行

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

編集後記

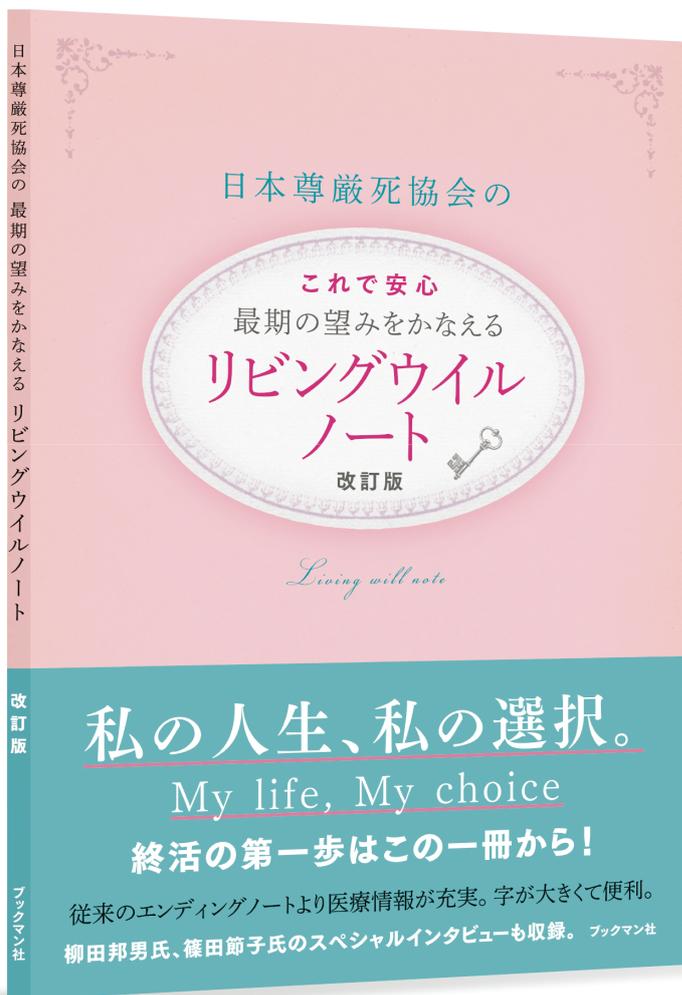
日本尊厳死協会の出版案内

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。