

健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

リビング・UIL

2025年
10月発行

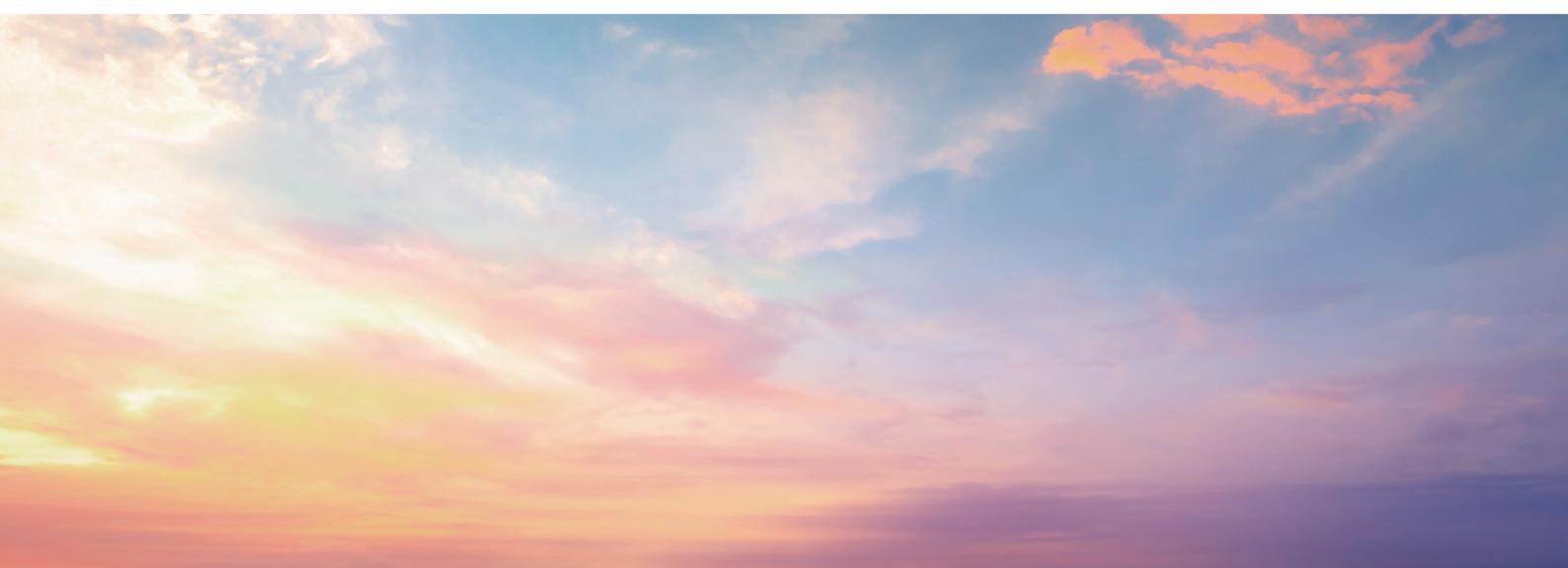
No.199

- 連載・電話・メール医療相談から
- 連載「四季の歌」虫のこえ
- 「第14回 日本リビングウイル研究会」の案内

【会報200号に向けて】

著名人が語った 「尊厳ある死」

柳田邦男さん 「ノンフィクション作家」
鮫島有美子さん 「ソプラノ歌手」



公益財団法人
日本尊厳死協会

JAPAN SOCIETY FOR DYING WITH DIGNITY



プレイバック!!

著名人が語った 「尊厳ある死」

1976年の協会設立直後から年4回発行してきた会報も、
次号で50年、200号を迎えます。

その節目に向けて、今号と次号の2回にわたって、
著名人が語った「尊厳ある死」のうちから

「もう1度読みたい」との声が多かったインタビューを厳選し、
その抄録をお届けします。1回目は柳田邦男さんと鮫島有美子さん。
「さよならも言えない別れ」と「両親の看取りのリアル」が胸に迫ります。

(インタビュー・構成／会報編集・郡司 武 写真／水村 孝)



柳田邦男さん

「ノンフィクション作家」

(会報184号～2022年1月発行～から抄録)

「さよならのない別れ」を
どう生き直すのか



「看取りさえも
できない別れ」

—コロナ禍による死は尋常な死ではない、と直感されたわけですね。

柳田 これまで、がんでの死などに向き合つてきましたが、これはじわ

—柳田さんはこの春、コロナ禍の中の「特異な別れ」をテーマとした「さよならのない別れ」というような内容の本を出版されます。この本の刊行は、どういう思いからでしたか。

柳田 直接的には、2020年の3月末に、喜劇役者の志村けんさんが亡くなられたことです。遺骨を抱いてお兄さまが自宅に帰られ、メディアに囲まれて「コロナで急に入院し、最期の別れもできなかつた」と言葉少なに語つたんですね。「靈安室で棺に納める時も火葬場でも立ち会えなかつた」と。それを見て、はつと気づかされたんです。人間にとつて、人生の最期、この世での最期に、大事な家族や愛する人たちと別れの言葉を交わすことができない、象徴的に言えば、さよならと言えない…。そういう別れが突然、日常の中に降つて湧いたように起こる。これは大変な問題だ、と思ったんです。

柳田 これまで、がんでの死などに向き合つてきましたが、これはじわ

じわと近づいてくる死でした。本人も家族も、あらかじめ考へながら「その時」を迎える。しかしコロナでの死は全く様相が違う。すぐに専門病棟に隔離され、面会も付き添いもできぬ、看取りさえもできない、別れの言葉もかけられない、お互にさよならのメッセージも交換できない、そういう状況なんですね、コロナの初期の頃は。

— 手を取り合ってとか頬を撫でるとかはできないですね。

柳田 欧米でもそうでした。イタリアでも医療崩壊が起こり、病院で亡くなるとロッカーの中に遺骨が入れられて、それが「再会する」最初の場であって、そのロッカーに泣きすがっている女性の映像をテレビで見ました。要するに、コロナでは、人間のコミュニケーションの基本である「対面」や「接触」が規制されてしまう。きわめて特異なことなんですね。

— 柳田さんは以前から、「人は物語を生きている」と言われています。そして、「その物語の最終章は自分で書く」ことを勧めています。つまり、最後は意志的に生き抜くということの重要性を説いているわけです

が、コロナは、その人それぞれの物語を突如として断ち切ってしまうということになるわけですね。

柳田 「最終章を自分で書けない」ということは人間の尊厳が損なわれるということです。

— 物語が切断される死、と言えば、1985年の日航機事故もそうでしたよね。一瞬で520人が亡くなりました。

柳田 日航機事故で、9歳のけんちゃんというお子さんを亡くされた美谷島邦子さんは、「甲子園野球を見に行きたい」という野球好きの息子の夢を叶えてあげようと一人旅をさせました。母親としては「なんで付き添つてあげなかつたのか」を悔やみ、羽田空港で見送りはしたけど、ほんとの意味の「さよならのない別れ」にやり場のない喪失感に襲われたのです。

歳月を経て、美谷島さんは、あるきっかけで、けんちゃんは行方不明になつたのではなく、自分の中にいると氣付くんです。「ぼくはここにいるよ。どこにも行かないよ!」という言葉が聞こえてくる。これは、人が「喪失」から立ち直つていくうえで決定的なくらい重要な意味を持っています。

『最終章を自分で書けない』 ということは人間の尊厳が損なわれるということ

— ところで、「さようなら」は精神性の命を見出していく作業——これが癒しの本質的なことであり、混とんとしてどう生きていけばわからないような中から抜け出していく大事な節目になるんですね。

まを受け入れて、自分と家族の将来に對してきちんと向きあう。まさにレジリエンスそのものなんです。

私の場合、次男が25歳で自死したシヨックは大きかつたし、今でも引きずっているものがたくさんあります。母の生き方が、気がつけば私子の死を息子の生の文脈で受け止めて生きてきた、と言つていいのかな。

— ところで、「さようなら」ですが、

非常に意味の深い言葉であると、柳田さんは書かれていますね。

— 「さうでなければならぬならば、の意味も」

— ところで、「さようなら」ですが、非常に意味の深い言葉であると、柳田さんは書かれていますね。

— さようなら、は節目の言葉ですね。

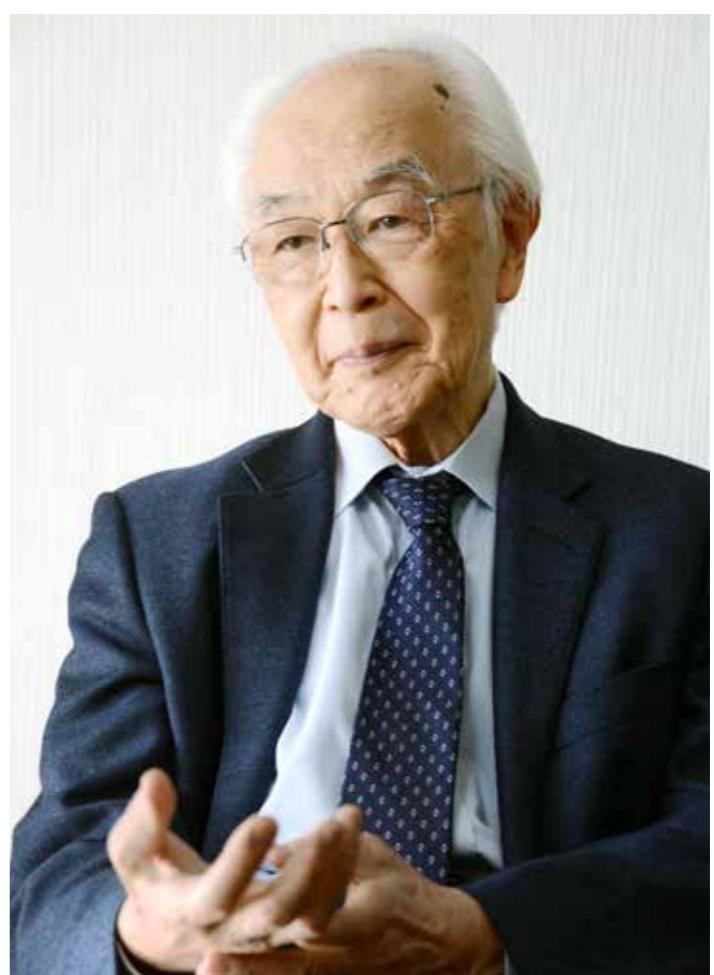
柳田 あるところで節目をつけて新しい人生を歩む、その「接続詞」が「さようなら」なんですね。ですから、「さよならのない別れ」というのは、とても辛いものなんです。あると同時に、さよならがない別れの場合、これからどうすればいいのか、どう生きていけばいいのかが、今、新しい課題になつてきているのです。



やなぎだ・くにお

1936年、栃木県生まれ。ノンフィクション作家。東大経済学部を卒業後、60年にNHKに入り、全日空羽田沖墜落事故やBOAC機空中分解事故などを取材。71年、これらの事故を追ったルポルタージュ『マッハの恐怖』で大宅壮一ノンフィクション賞。74年にNHKを退職し、以降、航空評論家として活躍。95年、次男が自死した体験を綴った『犠牲—わが息子・脳死の11日』を発表。この年、ノンフィクション・ジャンルの確立への貢献で菊池寛賞。以降、事故や災害、生と死、終末期医療など、現代における「いのちの危機」をテーマに書き続けている。著書に『空白の天気図』『がん回廊の朝』『脳治療革命の朝』など多数。

あるところで節目をつけて 新しい人生を歩む、 その『接続詞』が『さようなら』



— レジリエンス、つまり生き直す

— と云うことですね。

柳田 この語意は「さようであるならば」なんですが、もう一つ、「さうでなければならぬならば」という意味もあるんです。いろんな別れがありますが、これまでの人生と何らかの理由で別れ、次の新しい人生に入らなければならぬ場合があります。死別とかですね。そういう場合に「帰ってきて」とか「命を返して」とか叫ぶだけではなく、人間の力ではどうしようもない力で切斷された状況を、「さうでなければならぬならば」と一つの節目としてとらえる。これから的人生は自分で作つていかなければならぬ、という意味を含んでいるんですね。先ほど

の「人生の最終章を自分で書く」ことに通じます。

— さようなら、は節目の言葉ですね。

柳田 あるところで節目をつけて新しい人生を歩む、その「接続詞」が「さようなら」なんですね。ですから、「さよならのない別れ」というのは、とても辛いものなんです。あると同時に、さよならがない別れの場合、これからどうすればいいのか、どう生きていけばいいのかが、今、新しい課題になつてきているのです。

鮫島有美子さん

「ソプラノ歌手」

(会報190号～2023年7月発行～から抄録)

入会して少し安心した
感じがします



——鮫島さんは2012年3月に尊厳死協会に入会されていますが、そのきっかけは？

突然入会したというわけではなく、それまで、管で繋がれた「スパゲッティ人間」のようになつて生きいくことに対し、それはどうなんだろうとか、しばしば考えていたんですね。そんな時にどこかでたまたま尊厳死協会の存在を知つたんです。いつなんどき何が起るかわからないわけで、尊厳死協会のカードを持っていればやがて役に立つのかな、と。入会して「これで少し安心した！」という感じがしたのを覚えています。

「自宅で自然にさりげなく」

もう30年以上前になりますが、母方の祖母が99歳10か月で大往生しました。日本に（活動の拠点にしていたドイツから）帰つてくると会つて、亡くなる2か月前にも母と3人で祖母の部屋で会つたんです。頭ははつきりしていましたし、自分で食べることもできました。行つた時、大好きなうな重を半分ペロッと食べたのを見て、帰り道、母と「あんなに食べて大丈夫かしらね」とびっくりしていました。

「胃ろうを選択したんです」

——お母さんは、胃ろうについて、

ななものに繋がれて生きていたくはない」という考え方の人でした。たぶん

母は、そういうような話を父としていたんだと思います。娘である私は離れて暮らしていましたから「面倒は見てもられないね」という前提で話していました。

その後、母は口からの栄養摂取が

難しくなり、鼻管栄養となりましたが、鼻管栄養は何年も管を入れてお

くようなものではないと言われ、いろいろお医者さんと話して「胃ろう」を選択したんです。

——お母さんは、胃ろうについては、

どう思つておられたのですか。

鮫島 胃ろうをしたことは母には言いませんでした、というか言えませんでした。相談したら「胃ろうは嫌」と言つたと思うんです。

——胃ろうをすれば、体力的には維持されるんでしょうか？

鮫島 そうですね。胃ろうによつて

栄養状態が良くなり、「生きたい」という気力もわいてきたようになりますが、その後、次第に体が受けつけなくなり、胃ろうの分量も少しづつ減つてきて、父と同じように枯れ

るようになくなりました。2019年、歳も同じ94歳でした。

「父は『管に繋がれたようにして生きるのは嫌だ』つてはつきり」



さめじま・ゆみこ

東京生まれ。東京藝術大学声楽科、同大学院修了。1975年、二期会オペラ「オテロ」のデスデモーナ役でデビュー。ドイツを拠点にヨーロッパ各地で活動を始め、1982年、ドイツ・ウルム歌劇場の専属歌手に。1985年、初アルバム「日本のうた」を発売。1990年、NHK紅白歌合戦に出場。1992年から2008年まで日本の代表的オペラ「夕鶴」の“つう”を演じる。2009年と2019年の天皇陛下御在位20年記念式典と30年記念式典では「祝いの歌」と美智子皇后（現・上皇后）作曲の「おもひ子」を歌う。CDに「ザ・ベスト鮫島有美子が歌う日本のうた」など多数。CDブックに「おもひ子」（マガジンハウス）、「歌声の響」（朝日新聞出版）、「美智子さまと星の王子さま」（文藝春秋）。

りしたのを覚えています。子どもや孫、ひ孫と暮らしていく、自分で食べる事もできる。そういう状態で少しずつ食べる量も少なくなり、やがて自宅で自然にさりげなく亡くなる——祖母はそのような最期でした。

——お父さんの最期はどんなでしたか。

鮫島 父も大往生でした。94歳。亡くなつて9年になります。両親とも自宅に居たかったんでしょうけれど、日々の生活に支障も出てきましたので2人して同じ施設に入りました。

——お父さんの最期はどんなでしたか。

た。「サ高住」といわれる3部屋はある施設。父はペースメーカーを入れていましたが、元気でした。——鮫島さんも頻繁に帰国されて施設に向かつたんですか。

鮫島 そうですね。最初は2、3か月に1度くらいの頻度でしたが、最期の頃は3週間に1度くらいでしたね。だんだん食べる量が減つてしまつて、それも好きなものだけになり、最期はリンゴとニンジンのジュースに青汁を1杯入れるというような感じでした。それと生卵を1日に4個。

——残されたお母さんは、その後もその部屋に住まわれていたんですね。

鮫島 最初はそうでしたが、父よりも下の母は、それまで気が張つていたんでしょ？、「しつかりしない」と。その後、少しずつ認知症の気配が出てきました。同じ施設の「介護棟」に移りました。

飲み込む機能が衰えたり、膀胱炎にもなりました。車いすで外に散歩などはできましたが、尿路感染症は凄く高熱になるんですね。病院に運ばれて点滴を受けたり、寝たきりになつて衰えた筋肉のリハビリもしましたが、母は「生命維持装置みたい

——残されたお母さんは、その後もその部屋に住まわれていたんですね。

鮫島 最初はそうでしたが、父よりも下の母は、それまで気が張つていたんでしょ？、「しつかりしない」と。その後、少しずつ認知症の気配が出てきました。同じ施設の「介護棟」に移りました。

飲み込む機能が衰えたり、膀胱炎にもなりました。車いすで外に散歩などはできましたが、尿路感染症は凄く高熱になるんですね。病院に運ばれて点滴を受けたり、寝たきりになつて衰えた筋肉のリハビリもしましたが、母は「生命維持装置みたい

——残されたお母さんは、その後もその部屋に住まわれていたんですね。

鮫島 最初はそうでしたが、父よりも下の母は、それまで気が張つていたんでしょ？、「しつかりしない」と。その後、少しずつ認知症の気配が出てきました。同じ施設の「介護棟」に移りました。

飲み込む機能が衰えたり、膀胱炎にもなりました。車いすで外に散歩などはできましたが、尿路感染症は凄く高熱になるんですね。病院に運ばれて点滴を受けたり、寝たきりになつて衰えた筋肉のリハビリもしましたが、母は「生命維持装置みたい

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に「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

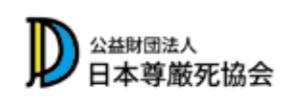
- 自宅(自分の家・子供の家・孫の家・親戚の家:具体的な名前 _____)
自宅以外(_____)
高齢者施設の居室 介護施設 病院 ホスピスや緩和ケア病棟
分からぬ その他(_____)

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

- _____



JAPAN SOCIETY FOR DYING WITH DIGNITY

最期の迎え方を選べる社会へ

生きる権利とは、誰もが自分の人生を自らの意思で生きる権利であり、その権利は、人生の最期を選ぶ自由についても言えます。世界では今、医療の発展や倫理観の変化とともに、延命措置の選択、自死の是非、安楽死の合法化など、多様な価値観が重んじられ、各国それぞれの発展を経てさまざまな制度が作られてきています。こうした中で、尊厳死や安楽死をめぐる議論は、「命の価値とは何か」「誰が死を決定する権利を持つのか」「命は誰のものか」といった根本的な問いを私たちに投げかけます。そしてこの尊厳死と安楽死の

間には、法的・倫理的・宗教的な「はざま」が存在し、その「はざま」には、人間の生と死の尊厳、自己決定権、医療の役割といった多くの論点が交差します。

現代の多様な価値観のもとでは、単に生命を維持することが幸福につながるわけではありません。最期の迎え方を個人が決定できる社会こそ、真に「生きる権利」が保証された社会と言えるのではないかでしょうか。来年11月に「尊厳死協会世界連盟 東京大会」を開催するにあたり、改めてこの根源的な問いを議題にあげ、考えを深めていきたいと思います。

第14回 日本リビングウイル研究会

テーマ

尊厳死と安楽死のはざま

日時 2025年12月13日(土) 午後1時～4時半
(オンライン同時開催)

場所 東京大学 伊藤謝恩ホール(文京区本郷7-3-1)

参加費 無料

申し込み 現地参加の予約は不要ですが、
オンライン参加は、
協会ホームページから
お申し込みください。

講師(敬称略)

松田 純 (静岡大学特任教授・名誉教授)

個人が死の迎え方を選ぶことは是か、ACPでなぜ家族の同意を必要とするのか、尊厳死・安楽死をどう考えるか、など。

三浦 靖彦 (医師、岩手保健医療大学教授)

生きる権利を語るには生命の長さだけでなく生命の質も考慮されるべき、苦しみながら生きなければいけない場合、生命は誰のものになるのか、など。

コーディネーター

満岡 聰 (医師、満岡内科クリニック理事長、日本尊厳死協会理事)

究極の現場から、VSED (Voluntary Stopping Eating and Drinking) という選択など。



■開催についての最新情報は
協会ホームページでご確認ください。 <https://songenshi-kyokai.or.jp/>

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

20

「人工透析についての重いさまざまな相談」

慢性腎不全になると、主治医から人工透析の開始を促されることが多いです。日本の透析患者数は年々増加し、導入患者の平均年齢も70歳を超えるようになりました。そんな中で、透析を始めるか否か、始めなければ自分で止める時期を決めたいと望む相談もあります。

【高齢者の透析開始に対しての疑問】

Q 84歳の夫は、心不全ステージ4で腎機能が低下してきているので、そろそろ透析を選択する日が近いと主治医から伝えられました。DVDを見せてもらひ夫は透析に前向きですが、週に3回、長時間の透析に耐えられるとも思えません。私も高齢になり、いつまで手助けできるか自信がありません。

A 透析を始める始めるに当たっては、本人の価値観や人生感が反映されます。透析は命を延ばすためではなく、残された時を有意義に過ごすための代替療法です。本人とともに支える家族の意見も大切です。開始後の中止は難しく「今は大丈夫だが、このような状態になったら透析を止めたい」など事前に共同意思決定書を主治医と取り交わすことをお勧めします。

【負担が多いだけの透析はやめたい】

Q 80歳の男性です。1年前から血液透析を始めました。最初から乗り気ではありませんでしたが、主治医から半年試してみてと言われて1年が過ぎました。透析の後は体がだるく外出もできず何の楽しみもありません。中止を申し入れたら、肺に水が溜まって息ができなくなり苦しむと言われました。私の辛い思いをスタッフも真剣に聞いてくれず、このままでは尊厳ある死なんて望めません。

A 透析中止の決断は重く簡単に答えが出せないのが現状です。一度始めたらやめられないのではなく、他によい方法はないか見直しを検討してもよいのではないでしょうか。近年、身体への

負担を少なくしながら効率的に老廃物を除去する方法や、自宅でできる腹膜透析など医療は進歩しています。人生の最終段階をより良く過ごすためにも、見直しを含めて主治医と話し合いを重ねてください。

【透析を中止して緩和ケアを】

Q 多発性囊胞腎で血液透析11年目になる57歳の男性です。今はまだ大丈夫ですが、この先、体が不自由になり自力で生活できなくなった時は透析を止めようと思っています。人工透析を中止すると数日間～2週間程度で死に至るそうで、呼吸困難や意識障害を起こして非常に苦しいと聞きました。その間、医療用麻薬などで苦痛を和らげてくれるような、緩和ケア病棟やホスピスに入院はできないでしょうか。

A 現在の日本における健康保険の決まりでは、がん、エイズ、末期心不全以外の病気の人は緩和ケア病棟、ホスピスに入ることはできません。一部の病院では、緩和ケア病棟やホスピスに入らなくても緩和ケアに近いケアの提供や、在宅診療で地域の医療チームと連携している所もあります。主治医に希望を伝えて情報収集しておくとよいでしょう。腎不全をはじめ、緩和ケアを必要とする病気の全てに対して、健康保険による診療加算拡大を早期に決定してほしいものです。

【保存的腎臓療法とは?】

超高齢者や重度の認知症、他の病気の併発などで透析を行うことが難しい場合は透析を受けずに、腎臓の機能をできるだけ維持しながら緩和ケアのみを受ける治療法です。本人のLWを基に人生の最終段階を、どこで、どう過ごしたいかをよく考え、本人、家族、医療従事者が一緒に話し合いを重ねて(ACP)納得できる最良の選択をしてほしいと願っています。 (医療相談員 平林池保子)

私が大切にしたいこと

医療・ケアについて

- 何よりも痛み、苦しみ、不快感を取除いてほしい これから予想される経過を詳しく知りたい
 医療者・介護者との信頼関係を築きたい 揺れる気持ちを受け入れてほしい

自立について

- できるかぎり自立した生活をしたい 自分で食事を口に運びたい できるかぎり自分で排泄をしたい

尊厳について

- 弱った姿を他人に見せたくない 人に迷惑をかけたくない 社会や家族の中で役割があってほしい
 私が生きてきた価値を認めてほしい 敬意を持って接してほしい

人間関係について

- 大切な人に伝え残しがないようにしたい 家族や友人と多くの時間を過ごしたい

環境について

- 落ち着いた静かな環境で過ごしたい 楽しくにぎやかな環境で過ごしたい 清潔を保ってほしい

気持ちについて

- 楽しみ、喜び、笑い、ユーモアのある生活を送りたい 病気や死を意識しないで過ごしたい 信仰に支えられたい

その他

ド
キ
リ
トリ

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)

LWのひろば

も前に、医師でもあつた森鷗外が非常に深く考えたうえで、小説『高瀬舟』を通して安楽死について問題提起したことについて、あらためて感じ入り、この小説の素晴らしさと凄さが少しづつわかつたような気がしました。皆さまにただお知らせしたくペンをとりました。

常に深く考えたうえで、小説『高瀬舟』を通して安楽死について問題提起したことについて、あらためて感じ入り、この小説の素晴らしさと凄さが少しづつわかつたような気がしました。皆さまにただお知らせしたくペンをとりました。

る過程は未知の世界ですから。誰だって元気なまま死にたい。誰だつて年を追うことに『死』に近づいていることも分かっています。ですから高齢者は健康に留意し、怪我をしないように気をつけながら日々を過ごしているのです。でも本当に『死』はどんなふうに訪れてくれるのでしょうか。誰も教えてくれません。それなら自分で勝手に『死』を仮想して、自分なりの準備をしておけば多少の不安は減るのではないかと、私は自分の臨終に際してのお願いを、その場に居合わせてくださるかもしれませんの方々宛てに記しておきました。例えは、回復にいたしました。例えば、回復はやめていただきたいこと。脳死を死と認めていただきたいことなどです。臨終目前の人間の人格、人権を認めさせていただきたいのです。

還暦を迎えたとき、私は人生二巡目に突入したと思いました。年祝いは満年齢ではなく数え年でするものと聞かされておりましたので、還暦とは61歳。つまり二度目の1歳を迎えるわけで、60歳までは成長を目指す人生ですが、61歳からは死を目指す人生と考えたからです。

死ぬなんて縁起でもないと、常套句のようにおっしゃる方がいらっしゃいますが、先日、以前はあまり考えずに読み流していた森鷗外の『高瀬舟』(1916年発表)を丁寧に読み進める機会がありました。110年

やいます。生きとし生けるものは皆、死を目指して生きているのではありませんか? たぶん考えたくもないと思つていらっしゃる方は『死』を嫌つてているのではなく、どう死ぬものなのか見当がつかなくて不安になつておいでなのでしょう。死に至

会報の多方面にわたる記事は、生きいく知識となり指針となります。ありがとうございます。ところで私は圧迫骨折を機に訪問医療に切り替え、親切な方々に支えられてひと安心しております。医師も延命措置拒否の私の気持ちを知ってくれています。けれども前号の会報(198号)の倉本聰さんの記事を読みますと、安閑としておれなくなりました。尊厳死に対する大きな「支え」というか「後ろ盾」がないと、医師も家族もなかなか判断がつかない、躊躇することになりかねません。それでは困ります。

倉本さんが書くコージさんのように、私も「痛みと苦しみを除いてほしい」と強く訴えます。そうしてその訴えに医療従事者がきちんと応えられるような体制でなければ、あつて無きがごとき尊厳死宣言です。息をしているだけの人間は嫌です。息がなくなつたときは生命の終了にしたい、という倉本さんの考えに賛成です。

編集部より

●投稿の募集 テーマは「私の入会動機」「一人暮らしの日々」など何でもけっこうです。600字以内で。掲載(写真含む)の方には図書カードを差し上げます。手紙またはファックス(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。

お力を貸しください!

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」と申し出でてくださる方もおられます。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貸しください。



会報198号の倉本聰氏の「提案通り、ホスピスや緩和ケアがもつと整備されれば、『自分の死について無頓着でいらした方々にも、それがどんなに重要なことかお気づきいただけるのではないか』と思うのであります。人生最期のひとときが仕合せであればと願うばかりでござります。

母は前から延命措置はしないでほしいと言っていたので、私たちきょうだいで話し合って延命措置はしませんでした」とのことでした。

私は「大丈夫よ。姉とはランチしながらいつもその話をしていたから」と話してあげました。白い棺のなかの姉は素敵なドレスをかけてもらい、色とりどりのお花に囲まれ幸せそうな顔で眠っていました。

来年の11月、死の権利協会世界連合の大会が東京で開催されます。私の心中で、安楽死の問題についてはまだ答えが見つかっておりませんが、先日、以前はあまり考えずに読み流していた森鷗外の『高瀬舟』(1916年発表)を丁寧に読み進める機会がありました。110年

母は前から延命措置はしないでほしいと言っていたので、私たちきょうだいで話し合って延命措置はしませんでした」とのことでした。

私は「大丈夫よ。姉とはランチしながらいつもその話をしていたから」と話してあげました。白い棺のなかの姉は素敵なドレスをかけてもらい、色とりどりのお花に囲まれ幸せそうな顔で眠っていました。

来年の11月、死の権利協会世界連合の大会が東京で開催されます。私の心中で、安楽死の問題についてはまだ答えが見つかっておりませんが、先日、以前はあまり考えずに読み流していた森鷗外の『高瀬舟』(1916年発表)を丁寧に読み進める機会がありました。110年

母は前から延命措置はしないでほしいと言っていたので、私たちきょうだいで話し合って延命措置はしませんでした」とのことでした。

私は「大丈夫よ。姉とはランチながらいつもその話をしていたから」と話してあげました。白い棺のなかの姉は素敵なドレスをかけてもらい、色とりどりのお花に囲まれ幸せそうな顔で眠っていました。

来年の11月、死の権利協会世界連合の大会が東京で開催されます。私の心中で、安楽死の問題についてはまだ答えが見つかっておりませんが、先日、以前はあまり考えずに読み流していた森鷗外の『高瀬舟』(1916年発表)を丁寧に読み

四季の歌

—その風景と背景

第三十四回

虫のこえ

文部省唱歌



あれ松虫まつむしが鳴いいている。
ちんちろちんちろ
ちんちろりん。
あれ鈴虫すずむしも鳴いき出だした。
りんりんりんりん。
秋の夜長よながを鳴いき通とおす。
ああおもしろい虫のこえ。
りいんりん。
きりきりきりきり
きりぎりす。
がちやがちやがちやがちや
くつわ虫むし。

あとから馬うまおい おいついて
ちよんちよんちよんちよん
すいっちよん。
秋の夜長よながを鳴いき通とおす
ああおもしろい虫のこえ。

(『尋常小学読本唱歌』明43・7)より

秋の夜長を彩る虫たちの競演が、小気味よくにぎやかに伝わってくる秋を代表する唱歌。2006年、「日本の歌百選」に選定されている。明治末期、小学3年生用に収録され、以後、一貫して音楽教科書に掲載されてきた。「小学生になつたら虫の名前や鳴き声を覚えてほしい」との願いからとされるが、戦時中の昭和17年発行の教科書には見当たらない。虫の声を楽しむような時世ではなかつたのだろうが、戦後の昭和22年に復活した。

歌詞の変更もあった。当初の「きりきりきりきりきりぎりす」は昭和7年、「きりきりきりきり こおろぎや」に改訂。「きりぎりすは、きりきりきりきりとは鳴かない」「古語のきりぎりすは、『こおろぎの』」などが理由とか。こおろぎ、では1音足りないので「や」を1音加えた。

この歌詞の中で「ああおもしろい」も印象に残るフレーズ。この「おもしろい」は笑える面白さではなく、趣が深い、風流などの意。秋の夜長、ひとり静かに虫のこえに耳を傾ける「こころの時」を持ちたい。

東北支部

0120-211-315 tohoku@songenshi-kyokai.or.jp

支部長から

「人生会議」は踊る!?

「人生の最終段階でどういった医療を受けたいか」という患者の意向を確認し、医療内容に活かしていく取り組みや意向確認の指針作成などが、入院通則改定で診療報酬上も求められるようになった。しかし「自院で確認した患者の意向」を他施設等と共有する取り組みは十分ではなく、2026年の診療報酬改定でどう促していくべきか。

去る7月31日、厚生労働省保健局診療報酬調査専門組織「入院・外来医療等の調査・評価分科会」が開催された。作成した指針に沿って、実際に意思決定支援がどれほど行われているのか(通則見直し前→後)進んでいるのかを、急性期一般1についてみてみる。【自院での意思決定支援の実施】2022年度(通則見直し前):30%程度→2024年度(通則見直し後):40%弱(10ポイント程度増)【施設等からの「患者の意向」に関する情報提供】2022年度(通則見直し前):20%弱→2024年度(通則見直し後):20%弱(大きな変化なし)。個人の感想「人生会議は踊る、されど進ます。」

(支部長 伊藤道哉)

第55回
「リビング・ウイル交流サロン」

日時○ 10月16日(木)午後2時～3時半(予定)

会場○ 仙台市市民活動サポートセンター
4階研修室5(「広瀬通」「東二番町通」の
交差点角。地下鉄南北線広瀬通駅
「西5番出口」すぐ)テーマ「積極的安楽死・医療ほう助
自殺の世界情勢最前線」

定員○ 事前予約 先着30人(申し込み順。無料)

リレーエッセイ
「LW(リビング・ウイル)のチカラ②」

「よく生きること!」それがすべて

岩手県遠野市の菊池俊彦です。東日本大震災で隣の釜石市にいる、いとこや叔母が津波にのまれて亡くなりました。「死」をこれほど身近に感じたことはありませんでした。

50歳の私は、何もできない自分に不満を覚え、亡くなつた人の代わりに「もっとよく生きる」ことが一番の供養だと信じて、次のことを決意しました。「人生に悔いが残らないように、したいことは、いつかではなく、今日しよう!」と。私は、いくつか、前々から思っていた「したいこと」がありました。
①中学校の初恋の人に会いたい②フルマラソンを走りたい③パンジージャンプしたい、です。

さっそく、①の初恋の人に連絡をとり名古屋ま

会員になってもLWの勉強は続きます ぜひご参加を

北海道支部

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

オンライン講演会

日時○ 11月8日(土)午後2時～3時半

演題○ 「アイヌ民族の伝統的死生観」

講師○ 本田優子(札幌大学教授、(一社)札幌大学ウレシパクラブ代表理事、札幌大学アイヌ文化教育研究センター長)

主催○ 日本尊厳死協会北海道支部

定員○ 500人(会員・
非会員を問わず無料)

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)



[講演要旨]

アイヌの伝統的世界観の根幹はアイヌ(人間)とカムイ(神)との関係性にあります。ここでいうカムイとは一神教の神ではなく人間の周囲環境総体を指し、それら全てに魂が宿ると考えられてきました。礼節を持ってカムイとの関係を築いてきた人間は、葬送儀礼の後、先祖の世界に向かいます。

アイヌの理想とする死に方は、「枯れ木が音もなく倒れるように」と表現され、私の恩師・萱野茂氏(1926～2006年)は常常、「寝たきり状態で何本もの管に繋がれながら死ぬのは人間の死に方ではない」と語られました。日本古来の考え方を参考しつつ、アイヌの伝統的死生観や葬送儀礼について紹介し、「人間らしい死」について考える機会にしたいと思います。

関西支部

0120-211-315 kansai@songenshi-kyokai.or.jp

市民公開講演会 in 神戸

テーマ「緩和ケアを正しく知ろう
～最期まで自分らしく
生きるために～」

日時○ 11月16日(日)午後2時～4時(開場1時半)

会場○ 神戸国際会館 901-902号
兵庫県神戸市中央区御幸通8丁目1番6号
078-231-8161

各線(JR、阪神、阪急、地下鉄)三宮駅より、
三宮地下街(さんちか)を通り、雨に濡れず
にお越しいただけます。地下街・地下通路
から[A8出口]【神戸国際会館】への矢印の
方向へお進みください。

講師○ 宇野さつき(ファミリー・
ホスピス神戸 垂水ハウス
ホーム長、
がん看護専門看護師)

セミナー(第3回)
最晩年の生き方を考える集い
～医療と介護から～

日時○ 10月28日(火)10時～11時

題目○ 安らかな最期を迎える
場所はどこですか?

講師○ 宮本礼子(支部長、医師)

対象○ 一般市民(会員、非会員を問わず。無料)

会場○ 札幌エルプラザ4階 大研修室
(札幌市北区北8条西3丁目)

定員○ 60人(申し込み不要、当日先着順)

連絡先○ hokkaido@songenshi-kyokai.or.jp

*参加者の皆さまの疑問にお答えします。

ホームページ動画セミナー
(北海道支部ホームページに掲載)

オンライン講演会(7月26日)

演題○ 「自宅での認知症の母の
介護と看取り」講師○ 大野 孝(札幌認知症の人と家族の会
会長)

1990年千葉大学看護学部看護学科卒業。2005年兵庫県立看護大学大学院看護学研究科修士課程修了。未熟児から高齢者、病棟、外来、教育現場、在宅医療とさまざまな場で働き、3人の子育てをしながら2006年にがん看護専門看護師の認定を受ける。

2021年6月に神戸で、ホスピス住宅 ファミリー・ホスピス神戸垂水ハウスをオープン。がん患者のみならず難病や認知症などさまざまな疾患の患者家族の在宅療養支援に関わっている。2017年佐川財団SGH看護特別賞受賞、2019年兵庫県看護功績賞受賞

参加費○ 無料(先着70人)

申し込み○ 0120-211-315(平日10時～16時)

講演(90分)のあと、参加者からのご質問に、宇野さん、関西支部の在宅医が丁寧にお答えします。介護施設での過ごし方、在宅ケアへの素朴な疑問などの質問でもOKです。

セミナー in 相模原市

日時○ 12月14日(日) 2時~4時(開場1時半)

内容○ 「もしバナゲーム」を体験し、もしもの時の話をしましょう

定員○ 50人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ ユニコムプラザさがみはら

セミナールーム1

相模原市南区相模大野3丁目3番2号

bono相模大野サウスマール3階

小田急線「相模大野駅」中央改札口より

徒歩2分

「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「在り方」についてさまざまなお話を得られる時間を提供します。 「もしバナゲーム」は、緩和ケアや地域・在宅医療

に取り組む医師らが立ち上げた一般社団法人iACPが開発したカードゲームです。人生の最終段階に「大事なこと」として人が口にする言葉が記してあるカードを選択する簡単なゲームです。マイスタープログラムを修了した支部理事が進行をサポートいたします。

関東甲信越支部 活動報告

命の危険にかかる暑さが続いた今夏の2か月間は、対面イベント活動を控えていましたが、9月より講演会をはじめ、サロン、セミナーなど多々開催しています。8月には外出することなく参加できるライブのオンライン講演会を2回行いました。いずれも各年代の方々にご参加いただき大変盛況でした。皆さまにお会いし、思いにふれられる各地での開催も行いつつ、どこにいても参加できるオンラインイベントも継続してまいります。
(支部理事 常藤弘子)

東海北陸支部

0120-211-315 tokai@songenshi-kyokai.or.jp

令和7年度リビングウイル研究会 東海北陸地方大会

日時○ 11月2日(日) 午後1時半~4時
(受付午後1時~)

テーマ「尊厳を保って
生き抜くための支援」

基調講演 講師○ 佐野潤一郎
(英米文化学会理事長)

講師の佐野さんは、2024年に卵巣がんで亡くなった妻の敬子さんの著書「病と向き合いながらーがんになった看護部長」(看護の科学新社)を手に、全国のがん患者イベント「リレーフォーライフ」などを回り、患者、支援者たちと笑顔で交流している。自身も膀胱がんの再発が見つかったが積極治療を望まないと医師に告げている。生きがいは「妻との約束を守り、命果てるまで、人々を苦しめるあらゆるものと闘い続けること」。

今年(2025年)3月から朝日新聞土曜版のコラム「それぞれの最終楽章」で体験と、その思いが連載(全7回)され、大きな反響を呼んだ。パワーポイント・配布資料なしで聴衆の心をつかむ講演の達人としても知られる。



会場○ ウインクあいち

(愛知県産業労働センター) 9階、
会議室902=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番出口から徒歩2分)

定員○ 100人(無料、事前申し込み不要)

【講演・催しの動画を視聴ください】

各支部では、さまざまな講演会や催しを開催し、その模様を動画で協会サイトにて公開しています。当支部では『過去の講演(動画)』から視聴できるようになっています。

今年8月時点での動画は、2020年9月の「緩和ケア学び隊ー意思決定を支援すること(講師:押富俊恵さん)」から、今年8月の「リビング・ウイル懇話会in富山ーあなたらしく生きるを支える、かかりつけ医・在宅医療の役割(講師:山田毅 やまだホームケアクリニック理事長)」までの37本。『尊厳死協会広報部YouTube』でも初期分を除く約30本が視聴できます。1時間ほどの講演を見るまとまった時間がない場合に、少しづつ視聴できたり、しっかり確認したいところを繰り返し再生し視聴できたりするのも利点です。ぜひ、ご視聴ください。

●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。

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・ウイル」について語り合いましょう。ご予約をお願いします。

日時○ 10月18日(土)、11月15日(土)、
12月20日(土) 午後1時半~3時

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」駅より徒歩1分
地下鉄大江戸線「本郷三丁目」駅より徒歩3分

長野市公開講演会

日時○ 11月2日(日) 午後2時~4時(開場1時半)

第1部 講演

講師 井 益雄(医師 上田市い内科
クリニック院長)

演題 「人生の最後に一番大切なものは
~40年の在宅医療を経て
お伝えしたいこと~」

第2部 もしバナゲーム体験会

内容○ もしバナゲームは、人生の最終段階における価値観や希望について、気軽に話し合うきっかけを作るための簡単なカードゲームです。

定員○ 60人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ 長野県高校会館 Rinks593 別館 大会議室
長野県長野市県町593
「長野駅」より徒歩20分
長野駅前発のぐるりん号で「議員会館前」
下車徒歩2分
長野電鉄「権堂駅」「市役所前駅」より
徒歩15分

横須賀市公開講演会

日時○ 12月7日(日) 午後2時~4時

第1部 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 「リビング・ウイルと人生会議」

第2部 講師 川名理恵子(日本尊厳死協会理事、元
横須賀市健康部地域医療推進課長)

演題 「最期まで住み慣れた場所で
~横須賀市の在宅医療・
介護連携の取り組み」

定員○ 120人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ ヴェルク横須賀 6階ホール
横須賀市日の出町1丁目5番地
京急本線「横須賀中央駅」東口より徒歩7分

人生会議を通じて尊厳死について話し合うことは、人生を終えるまでよりよく生きることに繋がります。

「死ねない老人」「続・死ねない老人」の著者でもある杉浦医師がリビング・ウイルについてお話しします。

また、横須賀市在宅医療・介護連携推進について長年取り組んできた川名理事が横須賀市の地域医療についてお話しします。

セミナー in 小山市

日時○ 10月13日(月・祝) 2時~4時(開場1時半)

内容○ 「もしバナゲーム」を体験し、もしもの時の話をしましょう

定員○ 16人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ 小山市市民活動センター
「おやま～る」研修室2
栃木県小山市城山町3-7-5
城山 サクラコモンビル2階
JR「小山駅」西口より徒歩5分

セミナー in 太田市

日時○ 10月26日(日) 2時~4時(開場1時半)

内容○ 「もしバナゲーム」を体験し、もしもの時の話をしましょう

定員○ 16人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ 駅なか文化館 第1会議室
群馬県太田市東本町16-4
各線「太田駅」南口より徒歩1分

セミナー in 高島平

日時○ 11月23日(日) 1時半~3時半(開場1時)

内容○ 「もしバナゲーム」を体験し、もしもの時の話をしましょう

定員○ 30人(無料、要予約、定員に達した時点で申込終了)

会場○ 高島平区民館 集会室(洋室)
東京都板橋区高島平3丁目12-28
都営地下鉄三田線「高島平駅」西口より
徒歩5分

四国リビングウィル研究会

日時○ 11月9日(日)13時～
会場○ 徳島市医師会会館 4階会議室
(〒770-0847 徳島市幸町3-77
☎ 088-625-4617)

講師○ 関本雅子(日本尊厳死協会
受容協力医師)

演題○ 「リビングウィルと
人生会議」
～人生を生きるために～

会場参加(無料、先着100人)、WEB参加(先着50人)
申し込み方法○ ①メール(yuimaru@titan.ocn.ne.jp) ②FAX(088-625-0936)。件名「四国リビングウィル研究会」、氏名、所属先、参加方法(来場・WEB参加)などを記入して下さい。③QRコード。尊厳死協会HP四国支部に掲載のポスターから読み取ってください。

申し込み締め切り○ 10月31日(金)。空席あれば
当日参加可能。徳島の会員の方には返信用ハガキ
を同封した封書を送ります。

お問い合わせ先○ 日本尊厳死協会四国支部徳島
(木下ファミリークリニック) ☎ 088-652-1045
主催○ 日本尊厳死協会四国支部

講師の関本雅子医師は1994年、神戸の六甲病院
に日本で16番目となる緩和ケア病棟を開設され
た。2001年10月、関本クリニックを開院して、当
時は珍しかった緩和ケア訪問診療を提供。院長を
譲った息子の関本剛さんが脳転移を伴う肺がんと
診断され、一緒に診療を続けながら2年半後に看取
った経験も持つ。

2023年5月から「かえでホームケアクリニック」の顧問として訪問診療を継続。紹介記事に「終末期の患者4000人の生に寄り添う 最愛のわが子も看取った緩和ケア医、関本雅子さん」(産経新聞)など多数。著書に『あした死んでも「後悔」しな

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。

松江市市民公開講演会

日時○ 10月13日(月・祝)午後1時～3時
(開場12時半)

会場○ 島根県民会館 大会議室

テーマ「人生会議、やってみん?」

講師○ 信友直子(映画監督)

2017年映画「ばけますから、よろしく
お願いします」が20万人を動員する大ヒ
ットになりました。文化庁映画賞・文化記
録映画大賞など数々の栄誉に輝いていま
す。

信友さんは現在、くれ観光特使、呉総合
計画審議会委員を務めています。

定員○ 180人(無料、予約不要)

地域セミナー in 米子市

日時○ 11月2日(日)午後2時～3時半
(開場1時半)

会場○ 米子商工会議所「会議室A」
鳥取県米子市加茂町2-204
(JR米子駅より徒歩15分)

講師○ 高橋浩一(医療法人和平会
折口医院院長、尊厳死協会
中国地方支部長)



高橋浩一
支部長

佐々木修二(医療法人寛謙会
在宅ケアクリニック米子理事長)

テーマ「住み慣れた自宅で最期まで、
を実現する方法」

定員○ 15人(無料、要予約)

地域セミナー in 岩国市

日時○ 1月17日(土)午後2時～3時半(開場1時半)

会場○ 社会福祉法人錦福祉会地域交流センター
山口県岩国市麻里布町3-5-30
介護老人施設ヴィータ1階 玄関隣り

講師○ 高橋浩一(医療法人和平会折口医院院長、
尊厳死協会中国地方支部長)

原田唯成(医療法人新生会いしいケア・
クリニック院長、尊厳死協会受容協力医師)

テーマ「最期は自宅で、を実現する方法。
人生会議のススメ」

定員○ 15人(無料、要予約)

支部長から

みなさんのお好きな食べ物はなんですか？私
どもは「在宅緩和ケア」を担当しているクリニ
ックです。はじめてお会いする患者さんに必ず「出
身地はどこですか？」、「思い出出す懐かしい食
物って、ありますか？」とおうかがいするようにし
ています。病状が次第に悪化し食欲がなくなっ
てきたときに、お好きな食べ物があれば食欲が出た
り元気が出ることも多いからです。その情報は、在
宅チーム(在宅医、訪問看護、ケアマネジャー、ヘル
パー事業所など)で共有するようにしています。

ちなみに、私が最後の晚餐で食べたいのは長浜
ラーメン(博多のとんこつラーメン)と広島の日本
酒です。これさえあれば大満足。あなたが最後の
晚餐で食べたい物はなんでしょうか？

(支部長 高橋浩一)

支部長から

このたび満岡聰医師の後を継ぎ支部長を拝命いたしま
した、熊本で小さなクリニックを営んでおります清藤です。
私はこれまで、地域の「かかりつけ医」として、患者さ
んの生活に密着し、外来診療や訪問診療を通じて日常
的な健康管理や治療などに携わらせていただいてきま
した。その中で、医療や制度だけでは支えきれない「小
さな声」が日々の暮らしのなかにはたくさんあることを

知りました。誰かの一言に救われたり、そっと寄り添う
まなざしに支えられたり、そんな営みのなかにこそ「そ
の人らしさ」や「尊厳」があると信じています。

九州という多様で豊かな地域で、それぞれの土地の文
化や想いを尊重しながら、「いのちの終わりを自分で選
び、語れる社会」を目指して皆さんとともに歩んでまいり
ます。よろしくお願ひいたします。(支部長 清藤千景)

地域のみなさんへ

リビング・ウィル「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

遺贈と相続寄付で 未来に希望を 送りませんか？

「遺贈をしたい」「相続寄付をしたい」とのお問い合わせが
このところ増えてきています。
それはいったいどういうことなのでしょうか。
わかりやすくご案内いたします。

人生最後の社会貢献

● **遺贈**とは、遺言によってご自身の財産のすべてか一部を特定の個人あるいは団体などに遺し、それによって社会貢献活動を支援することを言います。亡くなったあと、自分の思いを叶え、ご自分が生きた証や思いを未来に託すことができます。「人生最後の社会貢献」「未来への贈り物」とも言われます。この遺贈には原則として相続税はかかりません。不動産や株式などでもかまいませんが、詳しくは当協会にご相談ください。

遺贈寄付をなさる場合、まず遺言書の作成が必要です。遺言書には「公正

証書遺言」と「自筆証書遺言」がありますが、自筆証書遺言には「どんな財産があるのか」「誰にどこに、どれくらい遺贈するか」「遺言執行者を誰にするのか」「どのような思いで遺贈を希望するのか」などを自ら手書きで文章化しなければなりません。

控除され非課税

● **相続寄付**とは、相続人の意思で、相続された財産から寄付することを言います。相続財産を相続税申告期間内（亡くなった日の翌日から10か月以内）に寄付をし、税務署に申告すれば、寄付財産は相続財産から控除され非課税となります。

日本尊厳死協会にご寄付いただいた
遺産・相続財産には相続税がかかりません。

まず協会にご連絡ください

[本部連絡先] TEL: 03-3818-6563 FAX: 03-3818-6562
メール: info@songenishi-kyokai.or.jp

皆さまから寄せられる貴重なご遺贈・相続寄付は、最期まで自分らしく生き、尊厳ある旅立ちが保障される社会制度を確立するための大きな助けとなります。

「喪失と再生のアートラボ2025」のご案内

東京・足立区で開催されます。「自死」や「事故」で大切な人を失くした遺族の感情は文章や言葉では表現できないもの。遺族がいかに立ち直っていったかを含め、そうした一切を映像や遺品、音声で可視化した展示で、主催者の挑戦であり実験ともいえます。2回目の今回は尊厳死協会の会員も出展。自分の意思（リビングウイル）に基づいて、最期の時間（終末期）をいかに有意義に過ごしたかを具体的に展示します。会員のAさんは80歳で悪性リンパ腫に罹患。抗がん剤を含むすべての延命措置を拒

否。亡くなる3日前には家族で居酒屋に行ったほど最期まで人生をエンジョイしていました。その居酒屋のシーンも再現します。

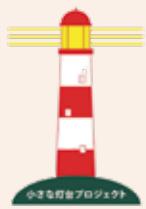
主催者の清水伶さんは、1976年東京生まれ。現代アート作家で映像作家。自死遺族としての体験から、さまざま「喪失」をテーマに作品を発表しています。

● 11月22日（土）～24日（月・祝）。10時～20時。会場は、BUoYギャラリースペース（東京都足立区千住仲町49-11-2F）。無料（予約不要）。問い合わせは尊厳死協会・丹澤まで（03-3818-6563）

「小さな灯台プロジェクト」ガイド

心を通り合わせる「伝心力」が 問われています—ACPのすすめ—

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



どこからが延命？

「どこから延命なのかわからなかつた」「リビング・ウイルを医師に受け入れてもらえたかった」……。「小さな灯台」にはこのような投稿が多く寄せられています。リビング・ウイルを書いていても、家族や医療者に、あなたの意思や信念や思想といった「心が伝わっていなければ、希望はかなえられないばかりか、関わる人たちにも悔いが残ります。これを解決しようとするのがACP（アドバンス・ケア・プランニング）です。

ACPは2018年度の診療報酬改定に明記され、はACPを含む意思決定支援の方針作成が入院基本料の算定はACPを尊重するはACCPを含む意思決定支援の方針作成が入院基本料の算定が決まり、大切な要件となり、大切な診療行為として義務化されました。国も

意味	リビング・ウイル	ACP
方法	人生の最終段階における事前指示書	本人を尊重した意思決定の実現を支援するプロセス
目的	意思を書面に記載	本人・家族・医療者との対話

意思・情動・信念・思想の共有

抑うつを減らす？

本人・家族・医療者が協働して繰り返し「どのような医療ケアを行うか」を話し合う中で、「家族の戸惑いや不安が軽減されます。「どこからが延命？」というような疑問もこの中で確認できるはずです。実際、ACPには「終末期ケアの質を向上させ、患者と家族の満足度を高め、家族のストレス、不安、抑うつを軽減する効果がある」とする海外の論文もあり、日本における検証・研究も待たれています。

※ACPについて2025年7月25日アップの「看取りのエピソード」「わかりにくいつどからが延命治療？」の中でコメントしています。

（小さな灯台プロジェクト・リーダー）

看護師 近藤和子

観なども遠慮なく伝えてほしいのです。それが「伝心力」=「心を伝える力」です。その過程で、お互いの心が通い合う関係が築かれるのだと思います。

ACPは家族のストレス・不安・

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。対象は令和7年6月1日から令和7年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。

池田 貴子	20,000	島袋 達子	50,000	ペンネーム「中西」	1,000	匿名・東京都	100,000
磯村 久子	70,000	清水 禮子	50,000	匿名・北海道	3,000	匿名・東京都	1,100
板橋 由里子	10,000	下村 正昭	2,000	匿名・青森県	70,000	匿名・東京都	5,000
海老原 正	10,000	高須 きみ子	10,000	匿名・茨城県	10,000	匿名・東京都	2,000
岡崎 格	50,000	中川 弘子	10,000	匿名・茨城県	3,700	匿名・東京都	1,000
小笠田 爵	10,000	中村 隆夫	3,000	匿名・埼玉県	5,120	匿名・神奈川県	3,000
織田 文恵	3,000	西村 圭子	3,000	匿名・埼玉県	8,000	匿名・神奈川県	10,000
梶原 壽恵子	10,000	西村 信子	10,000	匿名・千葉県	300,000	匿名・神奈川県	3,560
片桐 悅子	5,000	本田 崇	3,000	匿名・千葉県	50,000	匿名・愛知県	24,359
桂 倭子	30,000	三浦 知幸	10,000	匿名・千葉県	20,000	匿名・兵庫県	3,000
河原 みさ子	50,000	村上 淳子	10,000	匿名・千葉県	200	匿名・奈良県	3,000
木村 マリ子	10,000	八重樫 純子	30,000	匿名・東京都	90,000	匿名・広島県	30,000
草壁 三千代	10,000	山中 君美代	10,000	匿名・東京都	10,000	匿名・山口県	1,000
小杉 直	200,000	渡辺 昌	10,000	匿名・東京都	9,000	匿名・沖縄県	20,000
吳 東富	8,000	匿名・東京都	10,000	匿名・住所なし	10,000		
作田 絹枝	10,000	匿名・東京都	10,000	東海北陸支部扱い	3,000		
佐藤 澄子	10,000	匿名・東京都	20,000	谷口 雅夫	30,000	1,000,000	

谷口雅夫様から、100万円という多額のご寄付がありました。日本尊厳死協会の活動に役立ててほしいとの趣旨です。あらためてお礼を申し上げます。

ご支援のお願い

1976年に設立された日本尊厳死協会は2020年4月、一般財団法人から公益財団法人に生まれ変わり、新しい時代を迎えました。これからも「尊厳ある死」の社会実現のためにさらなる活動を続けてまいりますが、会員のみなさまの年会費(2000円)で全ての活動費を賄うことは難しいのが現状です。さらにきめ細かな、会員のみなさまに寄り添った活動をおこなうためにも、ご寄付をお願いできればと思います。ご協力をお待ちいたしております。

公益財団法人への寄付金と会費は、特定公益増進法人への寄付金として、税制上の優遇措置があります。なお多額のご寄付をいただいた個人、法人には紹録褒章の制度もあります。詳しくは協会のHP(<https://www.songenshi-kyokai.or.jp/>)をご覧ください。お電話でもお問い合わせください。

リビング・ウイル受容協力医師

第121報

2025年6月～2025年8月の間に
新しく登録なさった医師の方々です。

内:内科 循:循環器科 呼:呼吸器科 消:消化器科 呼内:呼吸器内科 消内:消化器内科 外:外科 整:整形外科 小:小児科 放:放射線科
リハ:リハビリテーション科 皮:皮膚科 肝:肛門科 泌:泌尿器科 心内:心療内科 脳外:脳神経外科 緩:緩和ケア科 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 訪:訪問診療 看:看とりをしている

医療施設名	診療科	医師名(敬称略)	施設所在地	電話
辻川ホームクリニック	在宅・総合・訪・看	山本 健	埼玉県蕨市中央5-19-16 プレミールJIN1F	048-446-6376
大野診療所	内・リハ・訪・看	柳町 知宏	茨城県鹿嶋市和824-1	0299-69-4724
鎌倉在宅クリニック	内・訪・看	西田 美幸	神奈川県鎌倉市雪ノ下636-10 立花大倉ビル3F	0467-24-5770
相模原東クリニック	内・循・訪・看	三谷 優太朗	神奈川県相模原市中央区相模原3-7-1 フェリッシュ相模原1F	042-711-7231
新横浜在宅クリニック	内・外・消・訪・看	阿部 裕	神奈川横浜市港北区新横浜2-3-3 新横浜ウエストビル4F	045-548-5228
やまと在宅診療所名取	内・緩内・訪・看	中保 利通	宮城県名取市増田9丁目2-2	022-397-6313
豊郷台クリニック	内・循内・訪・看	長尾 月夫	栃木県宇都宮市豊郷台2-21-3	028-643-8998
高須病院	内・訪・看	高須 伸克	茨城県鉾田市鉾田2570	0291-33-2131
丸の内在宅クリニック	内・小・緩内・訪・看	上垣内 隆文	三重県津市西丸之内5-9	059-271-7710

[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いないことがあるかと思います。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。

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
SUMITOMO MITSUI TRUST BANK

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

- 02 著名人が語った「尊厳ある死」
ノンフィクション作家 柳田邦男さん
ソプラノ歌手 鮫島有美子さん
- 08 第14回 日本LW研究会の案内
- 09 私の希望表明書
- 11 連載・電話・メール医療相談から
- 12 LWのひろば
- 14 連載「四季の歌」虫のこえ
- 16 支部活動・報告
2025秋～冬
- 22 「小さな灯台プロジェクト」ガイド
- 23 遺贈・相続寄付のご案内
- 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：7万2521人
(2025年9月1日現在)

次号は、
2026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。

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 ▶ 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」と印刷しています。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。



秋の空はるか
今号の1枚

記録づくめの夏もやつと終わる暑い夏を乗り切つての体調はいかがでしょうか。さて、会報も199号。協会設立から50年。年4回発行してきましたから、次号で200号を迎えます。今号と次号の巻頭は、これまでの巻頭インタビューからの「プレイバック」としました。柳田邦男さんの「さよならのない別れ」をどう生き直すのかを再構成しながら、一気に「あのコロナ禍の日々」に引き戻されました。発症がわかるとすぐにそのまま専門病棟に隔離され、面会も看取りもかなわぬまま孤絶状態で亡くなってしまう、初期はそんな特異なケースが多発しました。「さよなら」の言葉もメッセージも交換できない、そういう状況でしたね。その新型コロナ感染者が、このところまた増えてきているとか。どうやら「あの夏の日」のように遠くに去ったわけではなかつたようです。

(郡司)

リビング・ウィル —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・ ウィルの勧め

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・ウィル」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・ウィル」のことをお伝えいただければと願っています。

●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.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

フリーダイヤル 0120-211-315

●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

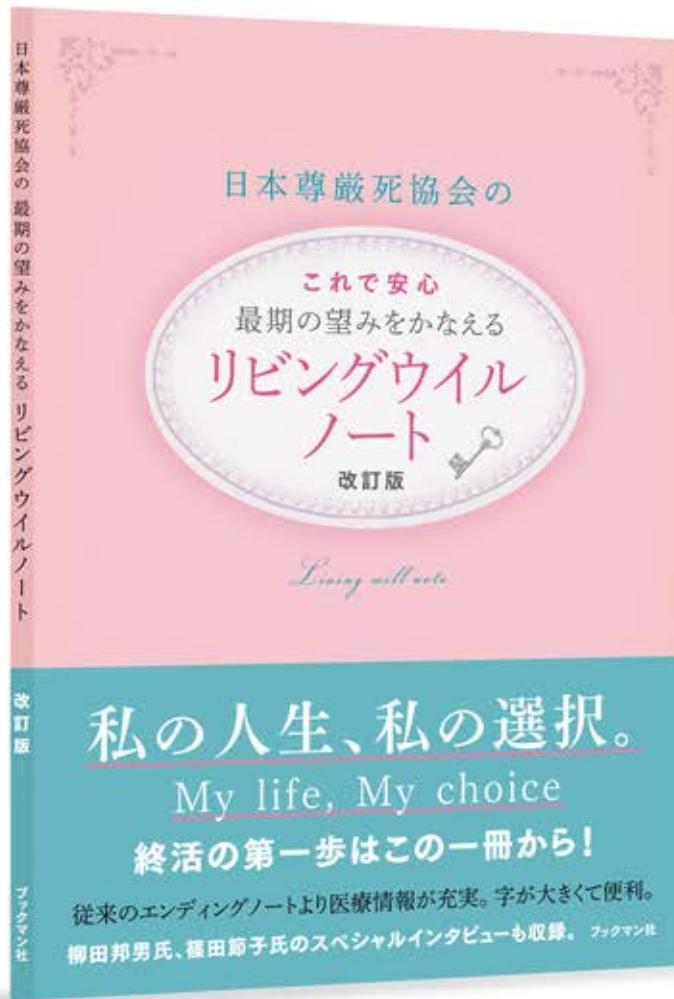
各支部HPへのアクセスは
本部HPからのリンクをご利用ください。
※お電話は平日午前9時半～午後5時。

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」がここにあります。



主な内容

- 尊厳死協会の会報「Living Will」のインタビューに登場された作家の篠田節子さん、柳田邦男さんの名言を再録。
- 知り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