なぜあの有名人の死は見事だったのか

田村正和さん 享年77
渡哲也さん 享年78
橋田壽賀子さん 享年95

コロナ時代の新「逝き方の美学」

危篤は知らせない 訃報は公表しない 葬式はやらない 病院で死なない

愛する人の手を握りながら最期を看取る――これまではごく普通にできていたことが当たり前でなくなったいま、死の現場では理想の逝き方に変化が訪れている。人生の最期をどこでどう迎えるか、残された人をどう気遣うのか。自分らしく逝くことにこだわった著名人に学ぶコロナ時代の新作法。

《兄は幸せな人生を送ったと思います。仕事でもプライベートでも何事も自分のライフスタイルを崩さず全うしたと思います。葬儀も派手にせず静かに見送ってくれと家族に言っていたそうです。生前、兄に関わって下さった方々に、私からも心より厚く御礼申し上げます。　合掌》

自身のホームページでそう心境をつづったのは、俳優の田村亮（75才）だ。兄の田村正和さん（享年77）は、4月3日に都内の病院で心不全のため亡くなった。

'18年に出演した『眠狂四郎 The Final』（フジテレビ系）を最後にそっと芸能界から身を引いた彼の死が公になったのは、逝去から1か月以上経過してからだった。

生前の田村さんが、**「葬儀も派手にせず静かに見送ってくれ」と願っていたと弟が明かした通り、最後のお別れに立ち会ったのは、ごくわずかな人だった**という。

「晩年の田村さんは自宅から出ることもなく、病を患い死に臨む姿を見たのは、妻の和枝さんぐらいでした。**本人の希望で、訃報は親しい知人にも知らせず、家族だけで葬儀をすませたそうです。死の事実についても、できることならずっと公表しないつもりだったようです**」（田村家を知る知人）

コロナ禍に入ってから印象的な死に方をしたのは田村さんだけではない。

俳優の渡哲也さん（'20年8月逝去、享年78）や、脚本家の橋田壽賀子さん（'21年4月逝去、享年95）など、コロナ禍に私たちの前から姿を消した著名人たちは、自らの去り際にとことんこだわり、美学を持っていた。

その姿勢は、新しい理想の死に方の到来を物語っている。

＊

訃報をすぐに知らせない

――コロナ禍で増えたのは、こんな逝き方だ。

親しい親族や知人、友人は「死に目に会いたい」と思うのが当たり前。しかし現在は、闘病や逝去の事実をごく一部の親しい人にしか伝えない傾向が目立つ。

この背景には、コロナ禍で親族さえも病者と顔を合わせるのが難しくなったという事情がある。どうせ見舞うことができないなら、危篤も訃報も知らせない方がベターだという考え方だ。

前述の通り、田村さんの闘病はずっと伏せられていた。

昨年8月、肺炎で逝去した渡さんも、死が公表されたのは家族葬をすませた後だった。

「渡さんは生前、俊子夫人に『おれが死んでもすぐに公表せず、身内だけで葬儀をすませてから公にしてほしい』と伝え、香典や弔問、供え物は一切受け付けないよう申し付けました。誠実で人を思う渡さんだけに、コロナ禍で多くの人に見舞いや弔問の機会を与えて迷惑をかけるのを拒んだようです。

実際、舘ひろしさん（71才）や神田正輝さん（70才）といった石原プロの〝弟分〟ですら、家族葬に参列させませんでした」（テレビ局関係者）

こうした傾向は一般人にもみられる。在宅医療にかかわる長尾クリニック院長の長尾和宏医師が指摘する。

「私は去年の4月から約160人の患者さんを在宅で看取りましたが、ほとんどのご家族はごく限られた人にしか危篤や訃報を伝えませんでした。

ある企業の社長を看取った際も、一部の幹部にのみ訃報を伝え、社員には時間をおいてから知らせました。コロナ禍において、『訃報をすぐに知らせるのはごく一部の人にだけ』という配慮が広がっています」

「告別式に義理で来られるのは嫌だった」

盛大な葬儀やお別れ会を避けることも、新たな作法となりつつある。

「葬儀を知らせると、『呼ばれたからには行かないと』という気持ちになります。ですが、東京や大阪といった新型コロナの感染が蔓延している地域で行おうとすると、地方に住んでいる人は参列に葛藤が生じる。

そうした混乱を避ける賢明な方法は、家族葬をすることです。**コロナ禍の家族葬なら『なぜ呼ばなかったのか』と知人らが疑問を抱く可能性も少ない。**

実際に私が最近看取ったかたがたも、生前の交友関係や社会的地位などにかかわらず、ほぼ全員が家族葬を選びました」（長尾さん）

今年4月に急性リンパ腫で逝去した橋田さんは、「葬式や偲ぶ会はせず、死んだことを誰にも知らせないでほしい」と終活ノートに記していたという。

橋田さんが83才のときから12年間パーソナルトレーナーを務めた八代直也さんが語る。

「橋田先生からは、『私が死んだらあなたに取材が来るだろうから、そのときに伝えることをまとめておきなさい』と言われていました。

先生は『生まれたときもひとり、死ぬときもひとり』が口癖で、**『告別式やお別れの会を開くと、義理で来る人もいるかもしれない。それは嫌。悲しいと思ってくれる人は心の中で見送ってくれればいい』**とも仰っていた。その一方で自分が死んだ後に周りが困らないように遺言書を書き、それを定期的に見直していました」

死の準備を重ねた橋田さんが最期を迎えたのは、静岡県熱海市にある自宅だった。

「ママ！　ママ！」

傍らで寄り添う泉ピン子（73才）がそう声をかけると、橋田さんは少しだけ目を開き、それからゆっくり旅立ったという。

生涯にわたる「盟友」であるテレビプロデューサーの石井ふく子さん（94才）が振り返る。

「橋田先生が終活の話をするたびに、私は『そんな話やめて』と怒ったものです。そんななかで最後に橋田先生は、**『どうしても自宅に戻りたい』と熱海の病院から自宅に帰り、一晩過ごしてから亡くなりました。**

本人の強い希望でしたし、周りは自宅に戻った時点で覚悟を決めていました」

自宅に戻ったからこそ、実の娘のように慕った泉らが見守るなか、天寿をまっとうできたのだ。

コロナ禍において橋田さんのようなケースは、一般家庭でも増えている。

昨年11月、脳梗塞で富山県内の病院に入院していた男性（89才）が、兵庫県尼崎市に住む娘（63才）の自宅に引き取られた。コロナ禍で病院での見舞いができなくなり、娘が「最期は一緒に過ごしたい」と願ったのだ。

特急列車で2時間半かけて娘の家まで移動すると、入院中は何も食べられなかった男性が食事を口にして、満足そうに微笑んだ。移動後にすぐ亡くなると思われた男性は2か月ほど生き長らえ、家族に見送られて旅立った。

男性の在宅医療を担当した長尾さんが振り返る。

「この男性のように、家に戻ったら食事ができるようになり、満足して亡くなるかたは本当に多いです。橋田さんも亡くなる前に自宅に戻りましたが、人生90年生きようが、最期の一日でも自宅に戻って満足して亡くなることが大事です。しかもいまはコロナで病院では面会すらできず、自宅に連れて帰って看取る件数が増えている。私のクリニックでもここ1年で2割ほど、自宅での死を選ぶかたが増えました」

家族と同居していなくても、自宅で死ぬのが望ましい。

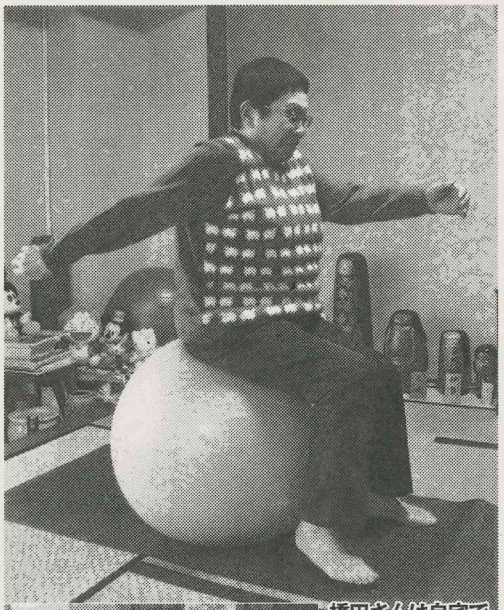
「ひとり暮らしには『孤独死』のイメージがあるが、必ずしもそうとは限りません」

こう指摘するのは、『うらやましい孤独死』（フォレスト出版）の著者で医師・医療経済ジャーナリストの森田洋之さんだ。

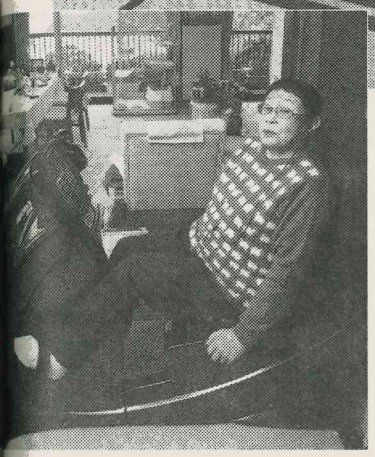
森田さんの知る北海道在住の80代男性はずっとひとり暮らしだったが、亡くなる直前まで大好きだった酒を飲み、近所に住む友人と楽しく語り合っていた。

男性は自宅で急逝し、3日後に遺体で発見されたが、地域の人々は「うらやましい死に方だ」と口々に言った。

「配偶者が亡くなったり未婚だったりして、高齢になってひとり暮らしをする可能性は誰にでもありますが、寂しい孤独死を迎えるとは限りません。むしろ病院や施設に入居した方が食事や行動を制限され、心身ともに衰え苦しんで死ぬケースが多い。ましてやいまはコロナで誰とも面会できず、ストレスがたまりやすくなっています」（森田さん）



橋田さんは自宅でもトレーニングに励んでいた。



救急車を呼ぶ前に「ちょっと待って」

死を間近にした高齢者が自宅で倒れるケースでは、**救急搬送のための119番が不幸な結果を招くことがある。**

『日本のいちばん長い日』などの著書がある作家の半藤一利さん（享年90）は今年1月、自宅で妻とおしゃべりをしたのちに倒れた。

「数日前から歩行困難になり、本人が死期を悟っていたことなどから、倒れた半藤さんを見つけた奥さんは、かかりつけ医に連絡。駆けつけた医師が老衰による死亡を確認しました」（出版社関係者）

長尾さんは「救急車でなくかかりつけ医を呼んだのは実に賢明な判断」と指摘する。

「救急車を呼んでいたら、『心肺停止をみたら蘇生』を義務とする救急隊員が延命処置を施したでしょう。その場合、入院して意識が戻らないまま管だらけで、その果てには延命治療となり、病院でたったひとり幸福とはいえない最期を迎えるケースもあります」

病院に入院せず、自宅で最期を迎えるためには、**日頃から体を鍛えておくことも肝要だ。**橋田さんは83才から週3回、1回1時間のトレーニングを欠かさなかった。

「30分はひざや股関節などの関節をほぐすコンディショニングを行い、後半はバランスボールやバーベルを用いたトレーニングでした。橋田先生は90代になっても20kgの錘（おもり）を持ってスクワットをして、『最後まで自分の足で歩いて、人に迷惑をかけたくない』とよく仰っていました」（八代さん）

年齢を重ねても体力を維持すれば、ピンピンコロリに近い死に方ができるという。

「老衰で亡くなるかたでも、死の2週間前まで体力があり、普通に外出してゲートボールをしたり、自転車に乗っていたというケースが多いんです。多くの場合、そこから2週間で一気に弱って自然に枯れるように亡くなる。つまり、老衰で亡くなる場合でも、それなりに体力を保てれば、〝準ピンピンコロリ〟で逝くことができます」（長尾さん）

振り返れば、**田村さんも、渡さんも、橋田さんも、生前から「理想の死に方」を周囲に語っていた。**

「大切なのは、自分がどのような最期を迎えたいのかを、普段から身近な人と話し合っておくことです。特に**コロナ禍では入院すると家族と会えず、苦しい死を迎えるリスクがある。どうすれば幸せな死に方ができるかをよく考えて、しっかり対話をしてほしい**」（長尾さん）

先人たちが身をもって示した理想の逝き方から、多くのことを学べるはずだ。

小室圭さん(29)ひた隠す 皇室強コネ就職

新垣結衣(32)♥星野源(40)「NYに逃げる」秘新婚ライフ

炎上スクープ

杏(35)悲憤!東出昌大(33)「養育費たった月1万円」

離婚から10か月、さらに大トラブルに!

新型コロナ ワクチン裏口接種「あの隣人も!」ズル実態

特別定価440円 6月10日号

女性セブン

Lil かんさい 青春ピンナップ

ヨーグルトにちょい足し最強食品ランキング

大谷翔平(26)恋の行方

阿部寛(56)「PTAパパに」

嵐5人揃って/ライブ映画秘話

羽生結弦(26)未公開映像流出の衝撃

岡田健史(22)両親との確執

勇気を出して 病院と薬を替えて本当によかった!

田村正和さん、渡哲也さん、橋田壽賀子さんほか コロナ時代の新「逝き方の美学」

後悔する人が続出中

人生最後にこんなにお金に苦しむなんて

年金が足りない/退職金が消えた/子供が働かない/生命保険で大損/認知症で口座凍結

いざとなったら「生活保護」があるから

大腸がんステージⅣの24才ママ「10年後のあなた娘に会いたい」

本のバリアフリーへの挑戦

コロナ巣ごもり 家事を始めた夫たち

東京五輪と日本の春 1964年プレーバック

いまこそ! 観葉植物丸わかりガイド

ひんやりパスタ50の味

実例をもとに考える"困った"をズバリ解決 老親にイラッとした時に効く言葉