

健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

リビング・ウイル

2024年
1月発行

No. 192

Living Will

No. 192 2024年1月発行

発行 公益財団法人日本尊厳死協会

編集 協会会報編集部

デザイン

FROG KING STUDIO

印刷

JPビスマール株式会社

第2弾

お笑いタレント

山田邦子さん

ものまねエンターテイナー

コロツケさん

「私のリビング・ウイル」を語る

- 年頭所感・北村義浩理事長
- 連載・電話・メール医療相談から
- 連載「四季の歌」お正月

出版案内

日本尊厳死協会がお勧めする必読の書

訪問診療のいい医師を探せる! 看取り実績がわかる!

好評発売中!

さいごまで自宅で診てくれる

完全保存版

いいお医者さん

2024年版

在宅医療ガイド

週刊朝日ムック

定価1210円(税込) B5判・172ページ

- インタビュー **新田恵利** タレント・元「おニヤン子クラブ」
母を6年半、在宅介護し、自宅で看取りまで
- 対談 長尾和宏医師が聞く! 在宅医療のニューリーダー **佐々木淳** 医師
- 在宅医療の現場 医師の熱意と家族の覚悟が、そこにある
- がん終末期 病院から退院を促されたら…
- 家族の疑問に答える在宅医療Q&A
- いくらかかる? 在宅医療にかかるお金



日本尊厳死協会副理事長
長尾和宏 医師

訪問診療のいい医師を探せる! 看取り実績がわかる!

在宅医療ガイド

さいごまで自宅で診てくれる
完全保存版 いいお医者さん
2024年版
週刊朝日ムック

平穏死10の条件 長尾和宏 医師

家族の疑問に答えるQ&A
なぜ救急車を呼んではいけない?

インタビュー **新田恵利**

自宅で母を看取って

がん終末期
病院から退院
どうしたらいい?

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

このリストから
「いい在宅医」が見つかる!

看取り件数がわかる

全国

リスト

ここでもしか読めない!

2745 診療所・病院

医療機関名	所在地	電話番号	診療科目	在宅医療 対応状況	看取り 実績	医師 人数	看護師 人数	薬剤師 人数	理学療法士 人数	作業療法士 人数	言語聴覚士 人数	その他 人数
北海道												
朝日在宅クリニック	札幌市中央区●●西24-1-83	011-533-2205	内科	○	187	64	59					
あさひ診療所	札幌市●●区●●南24-5-XX	011-X24-XX26	内科	○	61	20						
浜崎宮ヶアクリニック	札幌市中央区●●東24-2	X00-8XX-XX23	内科	○	531	71	69					
朝日在宅医療クリニック	札幌市中央区●●西24-5-X4	011-XXX-5XXX	内科	○	577	135	135					
接地区診療所	札幌市●●区●●東24-X-53	011-XXX-9XXX	内科	○	473	27	0	27	25	1		
在宅医療クリニック	札幌市中央区●●西24-X-15	011-XXX-9XXX	内科	○	297	37	24	13	48			
△△診療所	札幌市●●区●●東24-X-1XX	XX1-2X5-XX98	内科	○	758	131	113	18	394			
○△ファミリークリニック	札幌市●●区●●東24-X-1XX-821	000-2XX-X66X	内科	○	259	150	145	5	145	1		
▽▽クリニック	札幌市●●区●●東24-X-8-1	011-7X8-XX97	内科	○	739	25	12	13	20	3		
△△家庭医療クリニック	札幌市●●区●●東24-X-1XX	011-9X3-3XX2	内科	○	33	33	33	0	216	1		
●●総合クリニック	札幌市●●区●●東24-X-9	011-XXX-7XXX	内科	○	0							
□□診療所	札幌市●●区●●東24-X-XX	X11-X9X-3X2X	内科	○	139	31	31	0	47			
在宅クリニック○	札幌市●●区●●東24-X-32	XXX-XX8-2X61	内科	○	928	59	5	54	101	3		
▽▽診療所	札幌市●●区●●東24-X-98-X	011-2XX-XXXX	内科	○	145	63	63	0	81			

※日本尊厳死協会では扱っておりません

お求めは
お近くの書店、
ASA(朝日新聞販売所)へ
お申し込みください。

朝日新聞出版ホームページ、またはお電話でも受け付けております。
TEL03-5540-7793(直販担当、平日10~18時)

朝日新聞出版より直送の場合、下記送料がかかります。

●代金引換払い

(お電話での注文の場合)

・ご注文金額が2,500円(税込)以上の場合、送料300円(税込) / 1回

・ご注文金額が2,500円(税込)未満の場合、送料800円(税込) / 1回

公益財団法人
日本尊厳死協会

JAPAN SOCIETY FOR DYING WITH DIGNITY



年頭所感

メディアを含めた 普及啓発活動を推進し 「尊厳死法制化」をめざす

(公財)日本尊厳死協会理事長

北村義浩



撮影／水村 孝

新年明けましておめでとうございます。

公益法人としての日本尊厳死協会は4年目の春を迎えます。昨年6月

に岩尾總一郎前理事長(現名誉会長)から理事長職を引き継ぎました。新たな気持ちで役職員一同、業務を遂行してまいります。

協会発行の事前指示書であるリビング・ウィル(LW)は、本人の自律性に基づく終末期医療に備えた意思表明書として、社会的に高く評価されております。そのLWを一昨年、今の時代に沿った「LW改訂版」として公表させていただきました。

この改訂版は、法が想定する本人意思確認方法としてきわめて有効性の高いものであると考えており、なるべく早く尊厳死法制化に取り入れていただくべく、議会対策を進めてまいりたいと考えております。

啓発活動の方向を 早急に示したい

協会の主たる活動である「LWの普及啓発」ですが、3年以上にわたる長引くコロナ禍で、会員向け講演会や座談会などの開催が難しかったこともあり、十分な活動が行われなかったことは誠に残念であります。そうしたなか、一昨年から「MY LIFE! MY CHOICE! (マイライフ! マイチョイス!)」(TBSラジオ、ラジオ大阪)という尊厳死の啓発ラジオ番組を始めるなどの試みを

行ってまいりました。また昨年、月刊誌「婦人公論」に、「ご遺族アンケート」からの特設サイト「小さな灯台プロジェクト」に寄せられたエピソードを紹介しつつ、ご両親や配偶者を見送った貴重な体験を読者の皆さまと広く共有しています。こうしたメディアを活用した普及啓発活動について、その継続も含め、今後の具体的な活動の方向を早急に示したいと考えています。協会のホームページ <https://songenshi-kyokai.or.jp/> には、前記ラジオ放送のアーカイブをはじめ、尊厳死に関する国内外の最新情報、協会受容協力医師の案内、「小さな灯台プロジェクト」など、多くのコラムを掲載しています。今後もSNS、ブログ、YouTubeなどを活用し、有用な情報を発信してまいります。

最後になりましたが、会員数の減少が続いているなか、活動の維持・拡大を図るには、皆さまからのご寄付や遺贈などのサポートが必要です。協会への一層のご支援をお願い申し上げますとともに、会員の皆さまのご健勝をお祈りし、年頭のあいさつといたします。

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2弾

2022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。

今号も、前号に続いてそのお話を掲載いたします。

ご登場いただくのはお笑いタレントの山田邦子さんと、

ものまねエンターテイナーのコロッケさん。

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

お笑いタレント

山田邦子さん

「終末期医療などへの指示書も
医師に聞きながら書いています」

安東 1980年代、山田邦子さんをテレビで見ない日はない、いや見ない時間はないといった感じでしたよね。

山田 昭和は裏番組に出てもよかったのよね。だからいろんな番組に出

て、寝る時間もなかったくらい働きました。体も壊しました。

安東 そういうこともありましたが、ところでそもそもですけど、この業界に入るきっかけは何でしたか。

山田 クラスの人気者で、勘違い

してそのままデビューしちゃったって感じよね。今でも勘違いかも…。

安東 いやあ、もう、謙虚！何をおっしゃいますか。

山田 いやいや、師匠もいなければタレントスクールに行ったわけでもなく、「ぼっと出」だからね。最初、三枝さん(現・桂文枝さん)と出遭った時なんか、「あ、サンシ、サンシ」って言って…。

安東 ハハハ、可笑しい。

山田 そしたら三枝さんがこっちを向いて「おおよ」って言うてくれたの。すごい感動して、こういう人になろうと思った。

安東 すごい、なるほど。人気者だったのは高校の時ですか。

山田 いや、小学校の時からですね。ギャグ、ものまねを始め、中学、高校、短大とずっと。短大の時には服装が制服じゃないから、あっちこっちのテレビに出て、ものまねをやっていました。

安東 その頃、テレビ見てて、「かわいいのに面白い」みたいな空気でしたよね。

山田 まあ、その頃はトンチンカンでミーハーだし、今となれば、周りのスタッフに感謝しかないで

すね。沢田研二さんが目の前に来たので「ジュリー、ジュリー」って言うたりして…。

安東 周りがびっくりしたでしょ。

山田 デコピン(相手の額を指で弾く)されましたよ、ハハハ。だって小さい時から大好きな人が、そこにいるんだよ、そこに。こんな刺激的な毎日って、ある？ま、嬉しい人生だと思っています。

「いよいよ自分たちの番がきたかと」

安東 そんな中、大切な人との別れもあったわけですね。

山田 このところ渡辺徹ちゃんとか笑福亭笑瓶とか亡くなってますでしょ。笑瓶さんはポツクリ。ほんとにショック。いよいよ自分たちの世代の番がきたかな、と思いますね。

安東 笑瓶さんは、私も番組で、よくしていただきました。

山田 私なんか機嫌が悪いと楽屋でひっくり返って「もう出ない！」とか言うわけね。すると笑ちゃんが来て「はい、笑ちゃん来たでー、メイクしてやるで、唇も塗ってやるで」とか言うから、笑っちゃうわけ。すると「はい、笑ったな、はい、起



やまだ・くにこ

1960年、東京生まれ。川村短期大学卒業。80年に芸能活動を開始し、翌81年のデビュー曲「邦子のかわいい子ぶりっ子バスガイド編」で有線大賞新人賞。その翌年に「オレたちひょうきん族」「やまだかつてないテレビ」などで人気を博す。88～95年、NHK好きなタレント調査8年連続1位。2007年に乳がんが発覚し、がん啓発活動に力を入れている。2018年に長唄名取「杵屋勝之邦」を襲名。

きて起きて、本番やでー」とか言っ
て起こして、背中を押すわけね。
安東 いやあ、泣ける。

山田 これまでいろんなお葬式に行
って「まだ呼ばないでくださいよ」と
思っていたんだけど、笑ちゃんの時
に初めて「待っててね」って思った。
安東 はあーっ。なるほど。私も駆
け出しのアナウンサーの頃、笑瓶
さんはいつも気を使ってくださいま
したね。

山田 先に逝った人たちのそういう
ところは学んで、気をつけられると
ころは気をつけ、人生を楽しむとこ
ろは楽しんでいこうと思いますね。
安東 ご自身もご病氣されましたよ
ね。



「クラスの人気者」だったこ
ろの邦子さん。「そのままデ
ビューしちゃいました」

山田 46歳になったところに乳がんを
やりました。ずーっと元氣印だった
ので、まさか自分が、と思いました
けど、振り返ると、寝てなかった。
それと暴飲暴食。それを悔い改めま
した。親には丈夫に生んでもらった
けれど、その歳あたりからはもう自
分の責任ですよ。

安東 お父さまとの別れはどういう
状況でしたか。

山田 父もポックリでした。お
父さん子でした。父は早くに両親を
亡くして、いろんなところにもらわ
れたりしたから、家族を作りたいか
ったのね。家族大好きで、女子高の
校門で待つて一緒に帰るとか。修
学旅行とかも外泊だから行かなくて
いい、とか言うのよ。1年かけて説
得しました。嬉しかったあ、京都、
奈良に行けて。それで京都の宿に來
ちゃってるのよ。

安東 え？ちょっと待つてください、

先に逝った人たちに学び、 気をつけながら、人生を 楽しんでいこうと思っています

修学旅行の宿に、ですか。

山田 「いやあ、近くに用事があつ
たからさあ」とかなんとか言って。

安東 ハハハ、そんなわけないで
しょ。笑うしかない。

それでご病氣のほうですけど、ど
うなんですか。

山田 乳がんは15年以上経ったので、
1年ごとの人間ドックで経過を見
ながら、ということに今はなってい
ます。

『最後の学習』 なんだと想着て……

安東 人生のフィナーレについて
考えるようなことはありませんか。

山田 もう考える歳になりましたね。
母がいよいよ介護が必要になり、し
やべることも動くこともできなくな
ってきました。すごいおてんばで元
氣だったのよ。それが「お母さん」
と呼んでもわからなくなつて。医療

なども次の治療の段階に進むのが大
変なの。指示書を残してなかったか
ら。

安東 ご本人が判断できないわけで
すからね。

山田 だから、ドクターと弟と3
人で話し合いながら決めていくとい
うやり方。どうしても後手後手にな
りますよね。母は1日1日老いてい
くけれど、最期のあり方を子どもに
見せてくれているんだ、「最後の学
習」なんだと思つて、ちゃんと送ろ
うと思つています。（このインタビ
ューの後、10月にお母さんは亡くな
られました。89歳でした）

安東 ご自身の意思表示もしてるん
ですか。

山田 そうなの。だから自分も早く
やつておこうと思うの。遺書とか終
末期医療などへの指示書も医師に聞
きながら書いています。

安東 まだ自分先ですよ。

山田 いやあ、もう芸能界43年にな
るのよ。体はガタガタよ。朝なんか
顔もガタガタでもう見せられない
のよ。やる気出すまで時間もかかる
し、これが大変なのよ。

安東 今日はたくさんのお話、
ありがとうございました。

インタビュー

コロツケさん

ものまねエンターテイナー

「先に進むために 『しょんなか』と諦めることも大事」

安東 コロツケさんという芸名で
すけど、どういいうきさつで付けた
んですか。

コロツケ 若い頃、友だちと遊ん
でいた時に顔をコロコロ変えてた
んで、それで「コロツケ」と。ま
あいろいろ説があるんですが、それ
が一番説明しやすいかな、と。

安東 諸説あるとは聞いてたんです
が、改めて聞いてみました。それで、
ものまねですけど、どういいうきつ
かで始められたんですか。

コロツケ 熊本の高校の時にもの
まねを引っさげて、夜のスナック
などに行つてたんです。未成年なん
で酒じゃなくコーヒーなど飲みな
がら、ものまねしてたら、ウケま
してね。それまで新聞配達をしてた

んですけど、ものまねやって、タ
ダでピラフとか唐揚げとか食べさ
してくるんですよ。「好きなだけ
食べていいよ、ものまねやってくれ
ればいいから」って言われて。

安東 それは嬉しいですよ。

コロツケ 中学の頃からやつてた
んですが、クラス以外ではやつて
なくて高校に行つてからスナック
などでやりだしたんです。熊本の夜
の世界ではそれなりに有名になつて
ましたね。

安東 それで東京に出ていかれたわ
けですね。

コロツケ 出ていって赤塚不二夫
さん、タモリさん、所ジョージさ
んのラジオ番組に出たんですが、
所さんに「似てるけどおもしろくな

いねー」（所さんの口調
で）と言われて。

安東 あ、今の、所さん
に似てます!!（笑い）

コロツケ ハハハ。そ
うか面白くないんだ、と
思つて熊本に帰つて、や
かに手を載せてアチ
アチアチつてやるブル
ースリーのものまねな
どを考え、それらを引
つさげてまた東京に出て
いったんです。

「いつまでも くどくど 考えるより……」

安東 いろいろ聞いてま
すと、コロツケさん、
ポジティブですよ。

コロツケ うちの家系だと思いま
すね。おばあちゃん子で育ったんで
すけど、なんか困ったことなどある
と「しょんなか」って言うんですよ。
仕方ないということですね。熊本弁
で「しょんなかたい」。いつまでも
食らいついていてもしょうがないか
ら「次行こう」ということ。

安東 ははあ。それじゃあ、おばあ



お母さんと2人で。「ポジティブな家系だと思
います」とコロツケさん

さんが亡くなった時は、大変でした
でしょ。

コロツケ 亡くなる前に入院して
いた時、東京でいろいろ思つたりし
てましたけど、ばあちゃんは、たぶ
ん、後ろから肩叩いて「なーん、わ
たしやあ先逝つたけど、あとで来る
とき会おう」って言うくらいの感じ
の人でしたね。

安東 うーん、なるほど。

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・ウィル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・ウィルと「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

コロッケ だから、いつまでもくどくど考えていないで前を向こうと思いました。じいちゃんが戦争で亡くなった時に、焼け野原で、お母ちゃんたち4人の子どもの手を握って「しよんなかたい」と言ったそうです。そう、うちの母に教えてもらいました。

安東 コロッケさんも、その言葉に支えられ助けられてきたわけですね。

コロッケ 立ち止まって考えるのも大事だけど、先に進むために諦めることの大事さもあるんだということですよ。すべて諦めちゃダメですよ。今諦めて次に行かないとダメになる、未来が見えなくなる、そういうこともあるんじゃないですかね。

「エンタメの未来を作りたいな」

安東 コロッケさん、まだ若いから先は長いですが、これからやってみたいことは何ですか。

コロッケ プロデュース業を始めたいです。アカデミーを作ってエンタメの未来を作りたいなど。お芝居、殺陣、ダンス、ものまね、

生涯芸人でありたいし これから何か世の中の 役に立てることをやりたい



ころっけ

1960年、熊本県生まれ。80年、「お笑いスター誕生」でデビュー。ちあきなおみ、美川憲一、松山千春、北島三郎、五木ひろしなど300種以上のものまねレパートリーを持つ。85年、「ものまね王座決定戦」で注目を集め、ものまね四天王の一人として活躍。「文化庁長官表彰」「日本芸能大賞」など多くの賞を受賞。俳優としても活動している。

喜劇…。せっかく自分でやってきたものを生かしていきたくって。ただお芝居するんじゃないかと、どうすれば面白い人に見えるか。まあ、コロッケイズムを広げたいですね。

安東 それは壮大ですね。コロッケイズムの継承ですね。

コロッケ まだ「五木ロケット」(五木ひろしさんの形態模写)の継承者はいないんですよ。

安東 ハハハ、変化している五木さんのものまねはいないでしょうね。

コロッケ ダンスのうまい子も出てきているんで、誰かが継承してくれるんじゃないかと思っています。僕が常々言っているのは「基礎をしっかりと覚えてからやりましょう」ということですね。なんでもそうでしょうけど。

安東 最後になりますけど、ご自身のフィナーレはどうありたいと思っていますか。

コロッケ 生涯芸人でありたいというのと、何か世の中の役に立て

ることをやりたいなと思っています。自分では決めています。まだ発表したくはないですね。そこにたどり着くにはまだまだ頑張っていかなければ。今63歳なんで、リアルに動き出すのは75歳くらいかな。

安東 やがて「あ、コロッケさん、このことをおっしゃっていたんだ」と思うまでには、私も長生きしないかと。楽しみにしています。

今日は楽しいお話、ありがとうございました。

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。



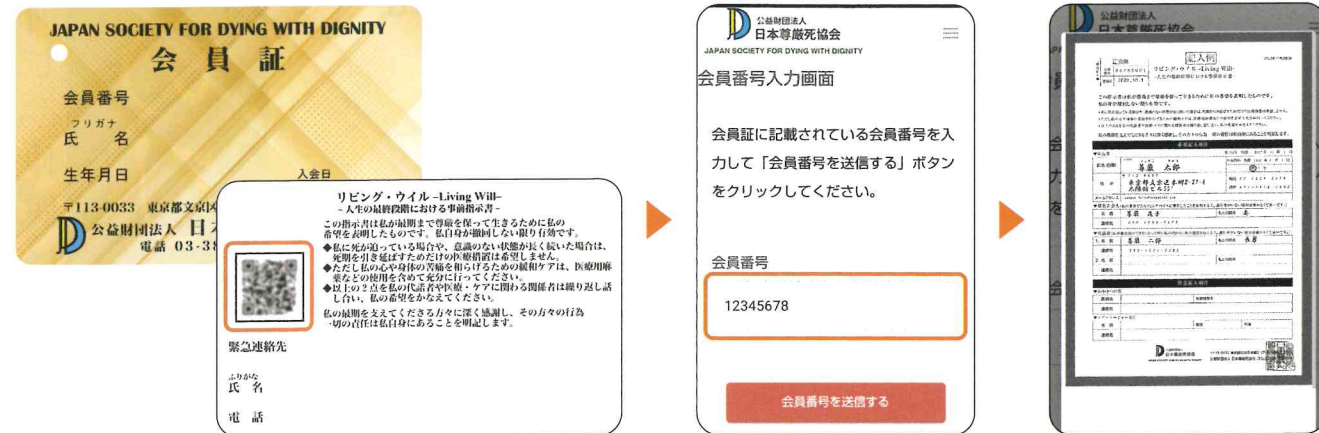
※「My LIFE! My CHOICE!!!」の放送時間は、TBSラジオは毎週日曜の午前5時より、ラジオ大阪は毎週土曜の午前11時15分より。番組公式HPは<https://www.tbsradio.jp/mylife/> 番組公式HP、日本尊厳死協会のHPから動画視聴ができます。

リビング・ウイルが表示される会員証ができました!!

表示させるには枠のついたQRコードの会員証が必要です。再発行ご希望の方は、どうぞ

マイページ登録を行わなくても、協会に登録されているリビング・ウィルを表示することができるようになりました。新しい会員証の裏面にある、枠のついたQRコードをスマートフォンに読み込ませます。

すると表示された画面が出てきますので、会員番号を入力します。そうすることで、ご自身のリビング・ウイルを表示させることができます。



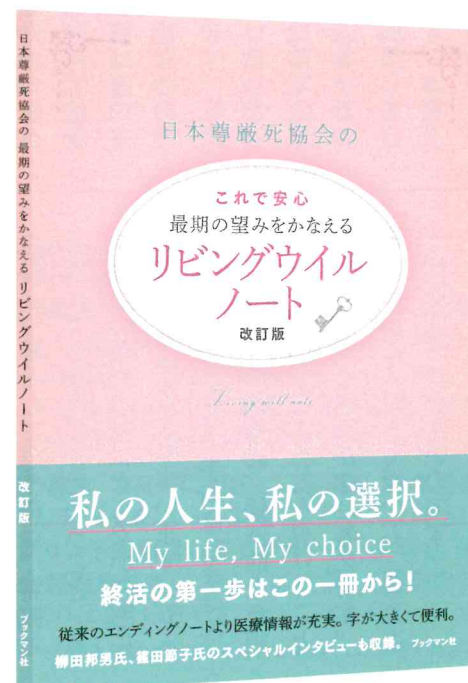
日本尊厳死協会の出版案内

最期の望みをかなえる

リビングウイルノート

好評
発売中!

最期まで「自分らしく生きる」がここにあります。



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。

発行：ブックマン社 定価：1300円（税別）A4判104ページ

私の希望表明書 ②

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

キ
リ
ト
リ

LWのひろば

健康寿命と自然死

今野淳子 77歳 北海道

新潟から憧れの北海道に移り住んで60年近くになります。55歳まで教員生活をし、息子をもうけ育て、今はひとり暮らしを楽しんでいます。夫は早くに亡くなりました。

今、町のイベントなどに参加したりしながら思うのは、健康寿命を1年でも長くということと自然死です。聞くところによると、オランダやカナダでは10歳になると「どんな死に方をしたいか」子どもに考えさせるようです。死後の臓器移植も「したくない人」だけが署名するそうです。日本は逆に「移植を希望する人」が署名します。欧米のように、移植することによってより多くの人生をかけるという考えに賛同し、私

も臓器移植を希望し、献体にも協力しています。

先年、故郷・新潟の叔母に尊厳死のことを伝えました。息子にも伝えていますが「考えてみる」と言っていました。尊厳死を希望するのと、当人はもちろん見送る人も、あれこれ苦しみことから解放されるのではないかと思います。今、町の天文同好会に入会し、専門家から宇宙のことをたくさん教えてもらっています。これからは自己の生命と同時に、宇宙も地球も大切に生きてゆきたいと思っています。

睡眠に悩んでいます

岸 伸輔 83歳 栃木県

心が不安定でまったく食欲がありません。これは精神的なものと思ひ、

以前通院したところのある精神病院に行き、薬を処方してもらいました。しばらく服用しましたが効果が表れないので、かかりつけの内科で症状を話しました。すると医師は開口一番「糖尿病にはいいんじゃないの」と柔和な顔でおっしゃいます。私はそれを聞いて心がホッとしました。医師は「それでは薬を出しますので精神病院の薬は飲まないでいて」とのこと。今、その薬を服用していますが、症状は一部残っています。

現在の最大の悩みは「睡眠」です。眠くならないこと、明け方まだ暗いうちに目が覚めてそれで以降眠れないこと。暗い中で夜が明けるのを待つ「待ち時間」が落ち着かないのです。けっこう辛いことです。

体を疲れさせれば眠れるようになるのでは、と少し離れた由緒ある神社に自転車で行き、参道の坂道を上り下りし、本殿に向かって「治してください」と願います。そんな日々ですが、救いは妻が明るいことです。

大海原に散骨を！

松原昌子 77歳 東京都

さまざまな病気で50代から6回（がん2回）も手術をし、そのつ

ど生き延び、妹にはさんざん世話になりました。今、病院通いをしながらひとり暮らしで思うのは、将来どうなってしまうのかということ。意識のない寝たきりにならないうちに「自死」を考えてしまっています。がんが再発したら、もう手術はしません。子どもたちの精神的、経済的な負担にならないようにしてあげることが、最後の子孝行かなと考えます。ホームにも入りたくないし、ほんとは葬儀も要らないのです。

子どもの頃、毎年、神奈川の葉山の家でクラゲに刺されながらもひと夏を過ごした楽しかった思い出。大海原の海洋散骨葬を望みます。遺品はすべて処分します。何枚かの写真を持って、あの森戸海岸に会いにきてくれたら、きつと心で通じ合えることがあるでしょう。それで十分なのです。私の心の中には天国も地獄もありません。だから骨1本のかけるも残したくないのです。人に魂があるというのであれば、宇宙に帰りたいというのが本心です。「人は宇宙から来て、宇宙に帰る」とか。今いちばん心に響く言葉です。もうやり残したことは何もありません。もう家族に感謝あるのみです。

竹林の雪景色 京都・嵯峨野の「竹林の小径」が 白く静まりゆく



夫の最期に教えられ

前川栄子 82歳 大阪府

夫が70歳で亡くなったのは18年前、私が63歳の時でした。日本尊厳死協会を知ったのは、その10年ほど前になります。主人がテレビで見て「入会したい」と言い出したのです。私は「2人とも元気だし入会方法もわからないし」と聞き流していましたが、夫は「新聞でも見た」と言い、問い合わせてすぐに入会。私

にも勧め、2人で入会しました。その1年ほど後、お酒も飲まないのに夫に肝臓がんが見つかり、診てもらっていた担当医師の勤務先が変わると、遠いところまでその医師を慕ってついていくような人でした。入退院を繰り返して、退院してから車でも通い、その医師には尊厳死協会のことも話し、カードも見せていたそうです。

最期の時に息子と呼ばれ、医師からすべてを聞かれました。医師は十分に理解してくださった上で、希望に沿うような治療を行い、苦しみも緩和していただき、その直前の日に亡くなりました。夫の最期のあり方を「遺言」と思い、息子にもそろそろ入会を勧めております。尊厳死協会に入会していたおかげで、長く看病することもなく、本人もそれほど苦しまずに旅立つことができた。今、それが何よりだったかなと思っています。

私は若い時から書道が趣味で、それを生きがいにひとり暮らしをしています。同級生も1人欠け2人欠け、だんだん減ってきて寂しい思いですが、入会しているという安心感に支えられて、元気に暮らしています。

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。手紙またはファクス(03-3818-6562)、メール(info@songenshi-kyokai.or.jp)で。

● 写真の募集 4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に、「ひろば投稿」と明記のこと。締め切りは2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。会員のみなさまのお力をお貸しください。



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

第二十七回

お正月

東くめ 作詞
滝廉太郎 作曲

もういくつねると お正月しょうがつ
お正月には 風たこあげて
こまをまわして 遊びあそましょう
はやく来い来い お正月

もういくつねると お正月
お正月には まりついて
おいばねついて 遊びましょう
はやく来い来い お正月

(「幼稚園唱歌」明34より)

お正月を待ちこがれる、子どもたちの弾むような息づかいが伝わってくる詞だ。風、こま、まり、そしておいばね。「おいばね」とは2人で交互につきあう羽根つきのこと。この唱歌を繰り返し口ずさむことによって、お正月の定番のイメージが強く形成され伝承されていったことは間違いない。風、羽根つき…が、お正月の必須アイテムとなっていた。

作詞は東くめ(1877～1969年)。和歌山の元新宮藩家老の長女として生まれ、東京音楽学校(東京藝大音楽学部の前身)でピアノと唱歌を学び、音楽教師などを務めた。文語体の歌詞が多かった時代、子どもの話し言葉で書かれた歌詞は画期的だった。90歳まで現役のパiano教師として活動していたという。作曲は音楽学校の2年後輩にあたるあの滝廉太郎(1879～1903年)。「鳩ぽっぽ」「雪やこんこん」も二人の作品だが、2作品とも文部省唱歌のそれとは違う。時は移り、子どもたちの遊びは大きく変わっても、お正月を待ちこがれる思いは変わらない。

東北支部

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

第48回「仙台駅横
リビング・ウィル交流サロン」

日程◎ 1月19日(金) 午後2時～3時半(予定)
※いつもの「午後2時開始」となります。
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「リビング・ウィルと
ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」

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。

いま、関心を集めているACP。「人生会議」とも呼ばれます。ただ肝心なのは、本人のリビング・ウィルがあつての“会議”であることです。

リレーエッセイ

「LW(リビング・ウィル)のチカラ⑭」

念願の外科医から「在宅ケア医」へ

秋田県の市原利晃支部理事(医療法人社団隆仁会 理事長)は、「ブラック・ジャック」というマンガの主人公のような外科医に憧れていました。祖父の病気がきっかけでした。念願かない、実際に外科医として活躍します。ところが、手術でも治せない数多くの症例に出会います。末期患者の方から「うちに帰りたい」と言われた時に、医療機器が外せないため「それは難しい」との返事もしていました。

しかし手術には限界があっても、患者さんのためにできる医療はある、と気づかされます。たとえば、隣の岩手県盛岡市では同じような患者さんを「在宅医療」で対応できていることを知ります。なぜ秋田県ではできないのか。手術には限界があっても、医療でできることはたくさんあるのです。医学は病名をつけるためのものではなく、症状を緩和して日常生活の充実のためにあるのではないのか。そう考えて外科医から「在宅ケア医」への転身を図りました。いまでは、秋田県初の在宅医療の専門診療所として知られています。そこでのアドバイスがあります。「在宅ケア」につなげるためにはACPが大事だということです。患者さんの医療のためにこそ、患者さん本人の希望を文書にしたリビング・ウィルを持つ…。それぞれが生き方を見つめ直すことが必要では、と訴えています。

リレーエッセイ

「LW(リビング・ウィル)のチカラ⑮」

「最期まで成長できる」と教えられた

青森県の馬場祥子支部理事(緩和ケア医)は、緩和ケアに30年以上携わってきました。そのなかで

の忘れられないエピソードを紹介しています。

29歳の女性のケースです。14歳でユーイング肉腫と診断され、積極的な治療を受けてきましたが、もう残された治療法はないと医師から告げられます。医師から見放されたと感じ、引きこもりのようになっていましたが、疼痛がひどくなり、母親に連れられ、馬場医師のいる緩和ケア科に入院します。ところが彼女は自分の殻に閉じこもり両親は翻弄されています。馬場医師もハラハラしながら、どう対応するか悩んでいました。

ある日のこと。彼女の病室にいた馬場医師に、彼女は突然きつい口調で尋ねます。「先生はどうしてここにいての?」。とっさに「あなたのことをもっと知りたくて」と答えていました。「ふ～ん」と言って彼女は黙りました。それから2週間後「自分の布団で寝たい」と自宅に戻り、訪問診療が始まります。彼女は自分の部屋で馬場医師にいろいろ話そうようになります。そこには、殻に閉じこもっている彼女はいません。いろいろ話したあと「いまは幸せ、いい風も入ってくるし…」と穏やかな表情を見せていました。

ある日、容体急変の知らせが入ります。急ぎ訪問すると一過性の意識消失。意識が戻った彼女は、枕辺に集まった家族に、「いまのはリハーサルだよ、みんな演技下手だね」と話し、みんなに泣き笑いが起こりました。その数時間後、家族の介助で水を飲み、ずっと眠るように旅立ちました。

ひとは最後まで成長できるのだということを、馬場医師は教えられたのです。

【支部長から】会場が一体となった福島大会

毎年、東北6県の持ち回りで開催している「支部大会」。今年は11月5日(日)、福島市の「コラッセ福島」で開催しました。「東北リビングウィル研究会」との併催です。第1部の基調講演は、岩手県の県境の山地に400年近く続く真宗大谷派碧祥寺のご住職による、「どのように生き、どのような最期を迎えたいか」。軽妙にして真摯なお話…。会場には、笑いと共感の盛り上がりがありました。第2部のシンポジウム「生と死に向き合って」には、さまざまな分野の方が登壇。地域の在宅医療に熱心に取り組む、外国のドキュメンタリー映画にも取り上げられた支部理事の医師。全国でも珍しい、患者さんの話や悩みを傾聴する臨床仏教師。罹患したがんと共に生き、日々を大切に暮らす患者の会の代表者。いつしか会場は、参加者が一体となった感動に満ちていました。

この当日の雰囲気や、ぜひ「録画動画」で体験してください。支部ホームページやYouTubeで視聴できます。東北はもちろん、全国の皆さまもどうぞご覧ください。

また、好評の、東北支部理事が執筆する「リレーエッセイ リビング・ウィルのチカラ」も、これまでの15回すべてをホームページに掲載しています。

(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◎ 1月13日(土) 午後2時～3時半

テーマ「在宅終末期患者さんの想いに
寄り添う腹膜透析医療」

講師◎ 益満美香

(川原賢・泌尿器科
クリニック看護師)

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】

近年、腎不全患者の新規透析導入年齢は、男女ともに65歳以上が70%以上で、医療依存度の高い超高齢者や終末期の患者も多い。そのため、高齢腎不全患者にとり、血液透析あるいは腹膜透析のどちらを選択するかは重要なことである。

腹膜透析には以下のメリットがあり、患者は自宅や施設でその人らしく過ごすことができる。

- ・倦怠感や血圧低下がない
- ・カリウム制限がなく生野菜や果物が食べられる
- ・血液透析のように針を刺される痛みがない
- ・自宅や施設での透析が容易
- ・月1回程度の通院のため、仕事や趣味の継続、旅行などが可能

病院で終末期を迎えて亡くなる血液透析患者が多いが、自宅や施設で「緩和的腹膜透析」を行い、穏やかに看取られる方も増えている。本講演では腹膜透析患者の終末期医療についても詳しく紹介したい。



【テレビ出演】

宮本支部長が北海道文化放送

「談話のりさんプラス」に出演(2023年10月27日)。

テーマは「尊厳死を考える」で、以下概要です。

どう死ぬかは、どう生きるかにつながる話、1年に1回ぐらいは死ぬことを考えてみよう。日本には延命医療を受けている人がたくさんいるが、尊厳死を望む人が増えてきている。自然死した人は、亡くなったあとも顔が穏やか。日本では「死」について語ることはタブーだが、元気なうちに、家族が集まる時に、終末期医療について話し合おう。理想の終末期医療・尊厳死のためには、自分が努力しなければダメ。今、私たちにできることは、皆がリビング・ウィルを書き、リビング・ウィルを認めてくれる病院や施設に入ること。延命しないことが常識になったら、尊厳死の立法化は不要になるだろう。

(出演: 佐藤のりゆき、
宮本礼子、田村麻由美)



【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)

北海道支部主催講演会(2023年8月26日)

テーマ「私は生きる、自分の意思で、
自分らしく
～今、わたしたちができること、
やすらかな最期を迎えるために～」

講師◎ 宮本礼子、田村麻由美、佐藤のりゆき

●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。

地域サロン in 上田

日程◎ 2月25日(日) 午後1時半～3時

定員◎ 30人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 上田市勤労者福祉センター 第1会議室
長野県上田市中央四丁目9番1号
「上田」駅 お城口から徒歩15分
またはバス停「房山」すぐ

五味 秀幸 理事の急逝に哀悼

関東甲信越支部理事の五味秀幸医師が10月21日に逝去されました。享年74。宇都宮市医師会会長、栃木県医師会副会長などを歴任され、地域医療の充実に貢献

地域サロン/オンラインサロン/ もしバナゲーム体験サロン

各地でのサロンやオンラインサロン、もしバナゲーム体験サロン等のイベントを企画しています。QRコードを読み取るとHPのイベントページで最新情報をご覧になれます。ご参加をお待ちしています。



されました。協会の活動にも長年にわたりご尽力いただきました。心より御礼申し上げます。

東海北陸支部

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

リビングウイユル懇話会 in 浜松

日程◎ 2月3日(土) 午後2時～4時半
(受付午後1時半～)

会場◎ アクトシティ浜松コンgresセンター
53・54会議室
静岡県浜松市中区板屋町111-1
(JR浜松駅から徒歩5分)

定員◎ 84人(無料、事前申し込み不要)

テーマ「ACPとリビングウイユル」

講師◎ 竹内和彦(浜松北病院 院長)
浜松医科大学准教授、
浜松赤十字病院内科、
患者支援センター長などを
経て令和3年9月から現職。
専門は内科(地域ケア科・
老年内科・循環器)



内容◎ 国策としてのACP(アドバンス・ケア・プランニング=人生会議)とリビングウイユルを踏まえ、講師が父親の在宅看取りを通して感じた在宅ならではの最期について話します。講演後、羽田真博・支部理事(訪問

看護ステーションや居宅介護支援事業所などの運営をするソフィアメディ株式会社COO、看護師・理学療法士・介護福祉士)を交えて、人生の終末期における医療介護との上手な付き合い方について考えます。



緩和ケア学び隊

日程◎ 1月23日(火)

講師◎ 服部 文さん(一般社団法人 仕事と治療の両立支援ネット ブリッジ代表)

内容◎ 治療しながら社会に生きる
～仕事と治療の両立支援で目指すこと。

日程◎ 3月26日(火)

講師◎ 佐野夢果さん(車いすユーザーの高校生)
両日共に 時間◎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)

各イベントの問い合わせ(緩和ケア学び隊は事前申し込みを)

☎ 052-481-6501(平日午前9時～午後6時)

内容◎ 話題提供 午後2時～2時半

テーマ「認知症カフェ
～認知症の人との対話～」

演者◎ 矢吹知之(高知県立大学社会福祉学部准教授)

シンポジウム◎ 午後2時45分～午後4時

司会◎ 桜井 隆(さくらいクリニック院長、
関西支部理事)

シンポジスト◎ 矢吹知之

田中章太郎(たなかホームケア
クリニック院長、関西支部理事) 他

関東甲信越支部

☎ 03-5689-2100 ✉ kantou@songenshi-kyokai.or.jp

終活カレッジ in 日本橋

日程◎ 2月26日(月)

午後1時半～4時(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◎ 野村コンファレンスプラザ日本橋
6階大ホール
東京都中央区日本橋室町2-4-3
YUITO日本橋室町野村ビル
地下鉄銀座線・半蔵門線「三越前」駅
(A9出口)徒歩1分。

講師◎ 第1部 長尾和宏

(医師、日本尊厳死協会副理事長)

演題「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 武田 清(三井住友信託銀行
日本橋営業部 上級主席財務コンサルタント)

演題「今から考える 自分らしい終活
～考えてみませんか これからのこと～」

第3部 質疑応答

申し込み◎ 関東甲信越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

サロン in 本郷

「尊厳死」や「リビング・ウイユル」について語り合
いましょう。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◎ 1月27日(土)、2月24日(土)、
3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)

日本尊厳死協会の内

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、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

地域サロン in 八王子

日程◎ 1月26日(金) 午後1時半～3時

定員◎ 20人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 南大沢文化会館 第1会議室
東京都八王子市南大沢2-27
「南大沢」駅から徒歩3分

地域サロン in 前橋

日程◎ 1月30日(火) 午後1時半～3時

定員◎ 20人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 前橋けやきカンファレンス
前橋市表町2-2-6 前橋ファーストビル6階
「前橋」駅北口から徒歩6分

江東区公開講演会

日程◎ 2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「住み慣れた地域でやすらかに
旅立つには」

講師◎ 中島昌人(医師、医療法人財団啓明会
中島病院 院長)

演題「リビング・ウイユルからACPへ」

定員◎ 500人(無料、予約不要、
直接会場にお越しください)

会場◎ 江東区文化センター ホール
地下鉄東西線「東陽町」駅から徒歩5分

水戸市公開講演会

日程◎ 3月17日(日) 午後2時～4時
(開場1時半)

会場◎ 水戸市民会館 大会議室
「水戸」駅北口からバス約5分
「泉町一丁目」下車すぐ

テーマ「ACP(人生会議)って何?」

講師◎ 杉浦敏之

講師◎ 平野知子(看護師、那須南病院)

定員◎ 200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 甲府

日程◎ 2月11日(日) 午後1時半～3時

定員◎ 20人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ やまなし地域づくり交流センター 大会議室
甲府市丸の内2-35-1
「甲府」駅南口から徒歩10分

地域サロン in 柏

日程◎ 3月10日(日) 午後1時半～3時

定員◎ 20人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

会場◎ 貸会議室KOUWA 会議室Bルーム
千葉県柏市柏4-5-10 サンプラザビル4階
「柏」駅東口から徒歩4分

関西支部

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

関西リビングウイユル研究会

日程◎ 2月17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
JR「三田駅」、神戸電鉄「三田駅」から
西へ徒歩約11分(約850m)
または神姫バスで「三田駅」から約5分
(「総合文化センター前」下車)

九州支部 活動報告

コメディ仕立てで好評だった公開講座

11月4日(土)、オープンしたばかりの長崎市の出島メッセで、日本尊厳死協会がながさきと勇美記念財団の共催で、ながさき市民公開講座「在宅医療推進フォーラムin 長崎～リビング・ウィルを考える～」と「シン・ピンコ口4 延命治療の非開始・中止とは？」が開催されました。

第1部「リビング・ウィルを考える」では2022年に改訂、実施されたリビング・ウィルの内容について本部理事・九州支部長の満岡が解説し、長崎支部の活動について白髭豊・ながさき会長が報告いたしました。

第2部では、尊厳死協会関西支部や関西在住の在宅

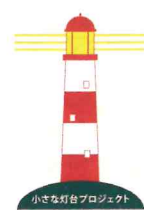
医療介護に携わる多職種で構成されている「劇団ザイタク」による演劇～シン・ピンコ口4 延命治療の非開始・中止とは？～が上映されました。ビデオ上映の最中に出演者が実際に登場するという演出で、リビング・ウィルの解釈、アドバンス・ケア・プランニング(ACP、人生会議)を進めていく際のポイント、延命措置の非開始・中止、さらには意思決定支援などについて考えるものでした。わかりやすいコメディ仕立てだったことや、進行の桜井隆、白山宏人両医師(ともに関西支部理事)の軽妙な語り口などもあり、大変好評でした。

(支部長 満岡 聡)



「尊厳ある最期」をイメージできるように

2022年に本格スタートしたプロジェクトは3年目を迎えます。「看取りのエピソード」は300件を超え、月間3万件のページビューがあるサイトに成長しました。



発展に向けてご支援ください

「小さな灯台プロジェクト」ガイド

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

「専門職に聞く」という新コンテンツを創りたい

そこで、リビング・ウィルを前提

「看取りのエピソード」

(87歳母の看取り・岡山県)

最期は自宅で看取りましたが、退院時には本人を交えて病院の医師、看護師、在宅訪問医師、ケアマネジャー、訪問看護師、ソーシャルワーカー、栄養士、訪問薬剤師などでミーティングを行い、在宅でのケアプランを確認しました。介護は主に私がしていました。毎日訪問看護に来ていただき心強く思いました。

「寄付のお願い」

「小さな灯台プロジェクト」は日本財団助成金事業としてスタートしましたが、助成期間が終了し、新しい試みを実施するのが難しい状況です。

「小さな灯台」の火をさらに輝かせるために皆さまのご支援・ご寄付をお願いいたします。尊厳死協会を通じてのご寄付となりますので「小さな灯台プロジェクトへの寄付」と明記ください。詳しくは下記HPをご覧ください。

<https://songenshi-kyokai.or.jp/donation/application>

益田市公開講演会

日程◎ 2月24日(土)午後2時～3時半
(開場1時半)

会場◎ 益田駅前ビルEAGA 3階会議室
島根県益田市駅前町17-1
JR益田駅から徒歩1分

定員◎ 150人(無料、要予約、
定員に達した時点で申込終了)

テーマ「人生会議を知ろう
～慢性疾患管理とACP～」

お話1◎ 「益田圏域の医療・介護の課題について」
大場裕子

(益田保健所 医事・難病支援課長)

お話2◎ 「訪問看護が感じている課題について」
斎藤貴美子(益田市医師会 訪問看護
ステーション管理者)

講演◎ 「益田の医療を見つめて」

講師◎ 松本祐二(医療法人たいじん堂 松本医院、
中国地方支部副支部長)

申し込み◎ 中国地方支部ホームページ
またはお電話(0120-211-315)で。

【講師紹介】

松本祐二医師は、島根県益田市で江戸時代から続く
医院を継承し開業中。開業医を取り巻く終末期のあれ
これを綴った書籍『黄昏(たそがれ)時の診察室』を山陰
中央新報社から出版しています。当日は、人生の「黄昏
時」を迎えた患者に向き合う日々の体験や思いをお話
いただきます。

四国支部

☎ 087-833-6356 ✉ shikoku@songenshi-kyokai.or.jp

四国リビングウィル研究会

2024年2月4日(日)に、愛媛県松山市コムズ
で令和5年度四国リビングウィル研究会を愛媛
支部がお世話いたします。当日は四国支部総会
の後、佐藤由美子氏を講師にお招きし、心を癒す
「音楽療法」についてのセミナー(ハイブリット)を
開催いたします。

日程◎ 2月4日(日)午前10時半～12時

会場◎ 松山市男女共同参画推進センター コムズ
コムズフェスティバル会場
愛媛県松山市三番町6丁目4番地20
☎ 089-943-5776/5777
FAX 089-943-0460

テーマ「音楽療法のか
～最後に聴きたい曲は何ですか～」

講師◎ 佐藤由美子(音楽療法士)

定員◎ 会場100人(無料・事前申込)
Web配信(ZOOM・無料・事前申込)

中国地方支部 活動報告

関心高かった広島公開講演会

10月22日(日)、石飛幸三医師をお招きし、広島国際会議場にて「平穏死のすすめ」という講演会を実施しました。高名な先生の講演とあって開場前から多くの方が見えました。また石飛医師は広島出身ということで、同級生の方々も駆けつけました。

先生のユーモア溢れる語り口と懐かしい動画に、これからの自分を重ねているようでした。元気なうちに家族で人生会議を開きたいと言いながらお帰りになる方も。アンケートも多く寄せられ、関心の高さも。下記はアンケートの抜粋です。

- 平穏死は自分の大切な人生を最後まで生き抜くことなのだと実感しました。
 - 自分はどのような終末を送りたいかを考えるいい機会になりました。
 - 日頃から親しい人には自分の考えをはっきり伝えた方がよいと思いました。
 - 人間本来の生き方、死に方がよく理解できました。
 - 自分の人生の終い方を改めて考えてみたいと思いました。
 - 信仰心を持ち、自然の恵みや神仏に手を合わせる心が大切なのだと思いました。
 - 人の痛みが分かる心を自分自身ももっと育てていきたいと思いました。
- 講演を聴き、アンケートを拝見して「尊厳死を求めることは、人間として素直に生きることである」—そんなことを実感した講演会でした。

(中国地方支部理事 山本省二)

※コムズのHPをご確認いただき、コムズフェスティバルの案内から会場参加、Web参加の申し込みをお願いします。

<https://www.coms.or.jp/coms/>

四国支部 活動報告

愛媛支部では、2023年10月6日に昭和大学医学部医学教育学講座客員教授の高宮有介先生をお迎えし、「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～」と題したセミナーを、ハイブリッド形式で開催しました(参加者72人)。マインドフルネス(過去の経験や先入観といった雑念にとらわれることなく、現実をあるがままに受け入れられている状態)の実践と尊厳ある生を支えることが本セミナーのテーマでした。今回私どもが耳にする新たな考え方として、聴衆の心に響くセミナーとなりました。

(愛媛代表 薬師神芳洋)

会報のメール配信登録のご案内

会報「リビング・ウイル」を メールマガジンとしてお送りしています

入会ご希望の方にお送りしております「入会のご案内」の中に、「リビング・ウイル—Living Will—」があります。その記入欄に、「氏名」「住所」とともに、2017年7月改訂版からメールアドレスをお書きいただく欄を設けています。

お書きいただく方はまだ少なく、入会者の5割ほどにとどまっていますが、それでもメールアドレスの登録は1万件を超えました。「会報のメールマガジン配信」も2018年の会報7月号（6月25日配信）から開始いたしました。現会員の方で希望される方は、日本尊厳死協会のHP（ホームページ）からアクセスして、メールアドレスの登録を「メールマガジン登録」からお願いします。ご登録次第、配信を開始いたします。

発行の目的

会員が必要とする情報を逐次配信する連絡ツールとしても活用します

登録のメリット

協会から送られる情報を共有し、会報をいち早く読むことができます

発行日と頻度

会報は1月、4月、7月、10月の各1日発行の年4回ですが、メールマガジンは前月の25日ごろに配信します

料金

無料

会報をいち早く
読むことができます



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

15

「尊厳死を理解しない医師とどう関わればいいでしょうか」

主治医に尊厳死協会の会員であることを伝えた時、協会の存在を知らない、または尊厳死について深い考えを持たない医療従事者がいることを目の当たりにし、自分の意思を尊重してもらえないのではないかと不安を抱く相談が寄せられます。

今回は、そのような事例と共に、信頼できる医療従事者のチェックポイントについてお伝えします。

【事例】

がんが見つかり大きな病院に通院しています。何度目かの診察の時に尊厳死協会の会員であることを伝えました。会員証を見せると「これは何ですか？」というので「私の希望表明書」も添えて説明すると、「息子さんはよく承諾しましたね」という反応でした。主治医は尊厳死に対し反対のようですが、今後このような医師と、どのように関われば良いものかと悩みます。

Q 尊厳死協会のことを知らない医師や医療従事者がいるのですか。

A 「尊厳死」という言葉の認知率が高いのですが、尊厳死協会の存在を知らない医師や医療従事者は少なくありません。

Q リビング・ウイルを見せても、延命治療が行われてしまう可能性はあるのでしょうか、途中でやめてほしいというのは無理ですよね。

A 本人の思いだけでは、なかなか尊厳死できないのが現状です。急な病気で救急車で運ばれたりするとしっかり意思確認されないまま延命措置が開始されることもあります。延命措置が始まってしまうと本人や家族が希望しても中断することは難しいのが現実です。

Q では、どうすれば自分の思いを、主治医に理解してもらえますか。

A 何度も話し合いを繰り返し、信頼関係が築かれることでお互いに理解を深めることができると思います。次のようなチェックポイントを参考にしながら、望む医療を叶えてくれる医師の見極めをされてはどうでしょうか。

- 1 親身になって診察してくれる。
- 2 わかりやすく説明してくれる。
- 3 患者の話を聞いてくれる。
- 4 患者の目を見て診察してくれる。
- 5 質問しても嫌な顔をしない。
- 6 患者自身が受けたい治療に寄り添ってくれる。
- 7 決して患者を抱え込まず、専門医療機関などを紹介してくれる。

さて、どれだけあてはまりましたか？

医師や医療従事者を信用できず悩まれる場合はセカンドオピニオンを検討したり、受容協力医師に相談することを選択してみてください。

医療従事者の中には尊厳死について正しく理解を深めていない方もいるでしょう。

この事例の相談者のように主治医に会員証を提示し、初めて医師が尊厳死協会の存在を知ることが少なくありません。しかし、知らなかった医師に知る機会をつくり、自ら医療の選択を投げかけるというとても大切なことをされています。

健やかに生き、安らかな最期を自分自身で守ることができるよう、「尊厳死を受け入れてくれる」医師との出会いが、運次第という現状を変えられるのも「命の主人公」である、お一人お一人なのです。

医療相談
(通話無料)

0120-979-672

月・水・金曜日
午後1時～5時(変更あり)

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9月1日から11月30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。

青木 安子	3,000	杉野 明	300,000	渡會 武嗣	10,000	匿名・東京都	1,000
秋山 孝	2,000	高田 一弘	50,000	ペンネーム	3,000	匿名・神奈川県	3,000
池田 桂子	5,000	高野 季久美	3,000	「I.N」		匿名・神奈川県	10,000
伊原 洋三	5,000	竹村 嘉津代	2,000	ペンネーム	5,000	匿名・神奈川県	30,000
江本 幸男・稚子	10,000	徳里 喜代子	3,000	「おいちゃん」		匿名・愛知県	5,000,000
大関 溥子	30,000	富澤 量子	20,000	ペンネーム	3,000	匿名・岐阜県	20,000
加藤 恒幸	10,000	長坂 素子	1,000,000	「チミタン」		匿名・滋賀県	8,000
神谷 傳造	50,000	中山 清子	10,000		1,000	匿名・北海道	10,000
川口 惣治郎	10,000	成島 利子	10,000		10,000	匿名・兵庫県	10,000
木下 明子	2,384	西村 信子	10,000		10,000	匿名・兵庫県	10,000
久保田 正則	2,000	橋本 正身	50,000		200,000	匿名・兵庫県	4,200
齊藤 登	50,000	東 良江	30,000		10,000	匿名・山口県	100,000
齊野 豊子	3,000	廣瀬 千代子	10,000		50,000	匿名・熊本県	3,000
佐野 智	10,000	前野 松子	30,000			匿名・東京都	関東甲信越支部扱い
澤田 雅哉	7,348	目黒 美和子	20,000		1,000,000米ドル	高久 夏江	30,000
菅原 清	16,015	吉池 薫	10,000			匿名・東京都	45,000
杉浦 純子	10,000	和田 瑞枝	50,000			匿名・東京都	10,000

多額のご寄付が寄せられました

東京都にお住まいの60歳代の女性会員から100万米ドルという多額のご寄付がありました。「母を取った経験から、私は自然の摂理に沿って穏やかな最期を迎えたいと考えています。寄付は、日本尊厳死協会の活動に役立ててほしい」とのことでした。お礼を申し上げます。

寄附金領収書発行についてのお知らせ

① 当協会への寄附金と会費は、 確定申告により税制上の優遇措置が受けられます。

- 当協会は、税額控除対象法人として認定を受けています。これにより、確定申告の際に「税額控除」と「所得控除」の有利な方を選択いただけます。
- 本部が所在する東京都にお住まいの方は、個人都民税の寄附金控除も受けられます。

② 領収書の発行

- 寄附金受領証明書（領収書）の発行は、寄附金と会費の合計が10,000円以上の方とさせていただきます。以外の方でも必要な方には個別に発行いたしますので、本部事務局（03-3818-6563）までご連絡ください。
- 寄附金受領証明書（領収書）は、令和6（2024）年1月下旬をめどに郵送いたします。

リビング・ウイル 受容協力医師

第114報

2023年9月～11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 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：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
モミの木クリニック	総合	福井 謙	福島県郡山市鳴神1-1-1	024-926-0131
総合南東北病院	外	佐藤 直	福島県郡山市八山田7丁目115	024-934-5322
野々市よこみやクリニック	内	南 英夫	石川県野々市市郷2-220	076-248-0086
東京品川病院	緩	平田 敦子	東京都品川区東大井6-3-22	03-3764-0511
ほくれあ会ひきのクリニック	内・緩	引野 雅子	神奈川県茅ヶ崎市新米町1-1山治ビル2階東	050-1561-0985
湘南鎌倉総合病院	腫内	引野 幸司	神奈川県鎌倉市岡本1370-1	0467-46-1717
高田医院	内・緩内	高田 賢	神奈川県茅ヶ崎市南湖6-17-18	0467-82-2541
医療法人刀水会 齋藤記念病院	消・外・透析	齋藤 卓	埼玉県川口市並木4-6-6	048-252-8762
埼玉西協同病院	内	関口 由希公	埼玉県所沢市中富1865	04-2942-0323
仁真会辻川ホームクリニック	内	辻川 昭仁	埼玉県蕨市中央5-19-16プレミールJIN1F	048-446-6376
あしたば会富士在宅診療所	内・心内・老精	新井 隆康	静岡県富士市本市場新田32-5 STビル1F	0545-63-6939
おかにし内科	内	露木 義章	静岡県島田市南原85-8	0547-38-7211
糖尿病・甲状腺クリニック	内・消内	堀口 潔	大阪府池田市室町2-2	072-753-3090

● 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。

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します。

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

●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・ウィル」を持ち、安心し
た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。

事務局から 会費の自動払込のご案内 希望者へご連絡ください

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。
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。



『新春を彩る』
今号の1枚

●冬の寒さはこれからが本番と
いうのに、暦の上ではもう「新
春」です。「シンシユン」と口ず
さむだけで、光や空気が一変し、
いつせいに新春の輝きを放ちだ
したように感じるというのも、
なんとも不思議な気がするもの
です。新年が明けました。会員
の皆さま、あけましておめでと
うございます。新しい理事長の
もと「健やかに生き、安らかな
最期を」の実現に向けて活動を
前に進めていきたいと思ってい
ますので、よろしくご協力お願い
いたします。

さて今号の「四季の歌」は「お
正月」です。風、こま、まり、
羽子板……。歌は、特に懐かしい
歌は、脳を刺激し血流をうなが
し、記憶を呼び覚まし、情緒を
豊かにし、認知症にもいいとさ
れます。高齢者施設などで、こ
の会報の「四季の歌」を手にみ
んなで歌っています。などのお
便りも届いています。「もうい
くつ寝ると……」と歌えば、あ
のお正月を待ちこがれた幼い日
々の、弾むような息づかいがよ
みがえってほくそ笑みか。(郡司)

※表紙の下方にQRコードを付けましたので、ご利用下さい。

Living Will 目次

— 会報2024年1月 No.192 —

- 02 年頭所感
- 04 著名人が語る
「私のリビング・ウィル」
- 09 私の希望表明書
- 11 会員証の再発行について
- 12 LWのひろば
- 14 連載「四季の歌」
お正月
- 16 支部活動・報告
2024 冬～春
- 21 「小さな灯台プロジェクト」ガイド
- 22 会報のメール配信の案内
- 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
出版案内

裏表紙

協会会員：8万3594人
(2023年12月7日現在)

次号は、
2024年4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