健やかに生き、安らかな最期を

Living Will

リビング・ウイル

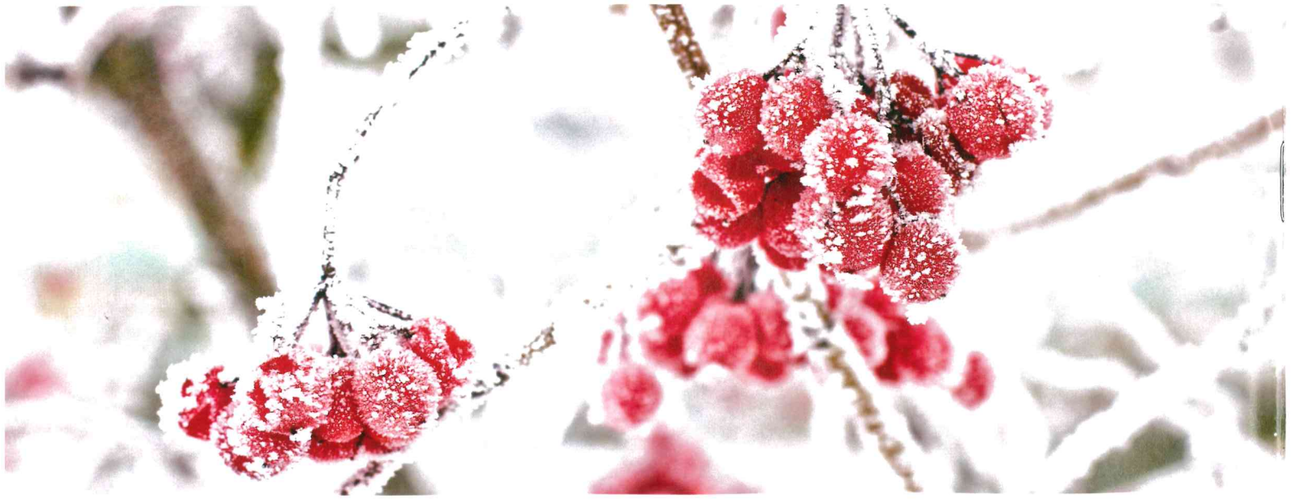
2019年
1月発行
No.172

新春対談

松尾幸郎さん
岩尾總一郎 理事長

最期のあり方は これでいいのか？

○支部活動のお知らせと活動報告
○明石のぞみ・受容協力医の地域活動
○連載「四季の歌」冬景色



一般財団法人
日本尊厳死協会

Living Will No.172 2019年1月発行

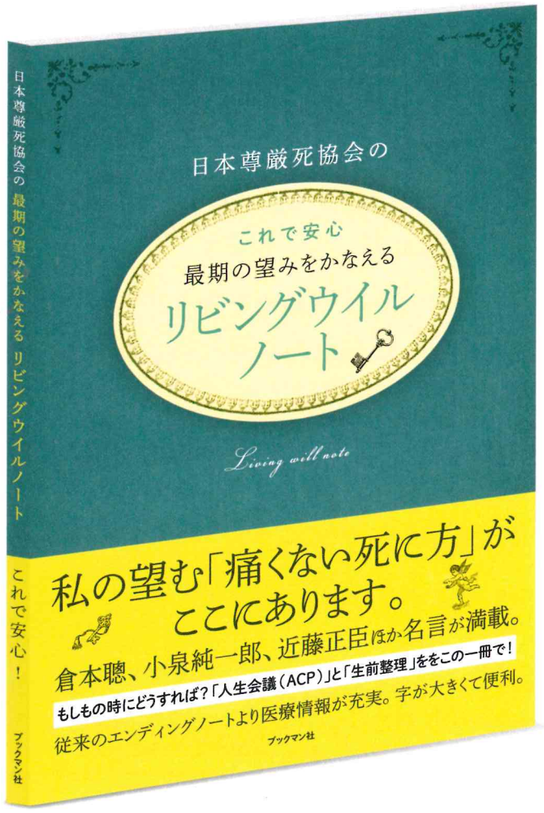
発行 一般財団法人日本尊厳死協会 編集 協会会報編集部 デザイン FROG KING STUDIO 印刷 JPビズメール株式会社

日本尊厳死協会の出版案内

1月下旬
発売予定

最期の望みをかなえる
リビングウイルノート

私の望む「痛くない死に方」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、小泉純一郎・元首相や脚本家の倉本聰さん、俳優の近藤正臣さん、秋野暢子さん、仁科亜季子さん、作家の北方謙三さんの名言を再録。
- 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などのほか、「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：1100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。1100円（税・送料込）。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。

年頭所感

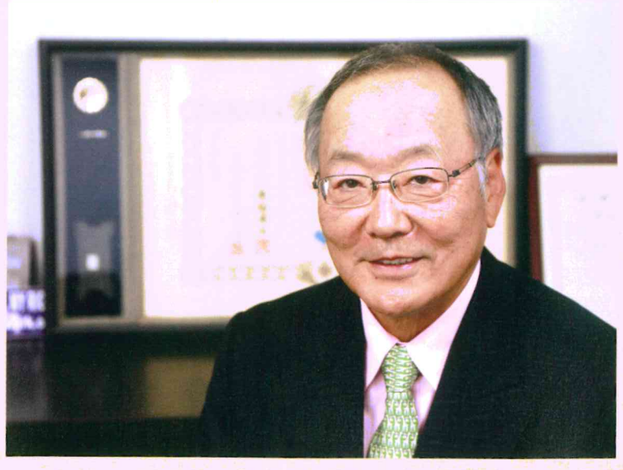
ACP、死の権利……問われる協会活動の真価

理事長　岩尾總一郎

新年あけましておめでとうございます。今年は4月には「平成」が終わり、5月からは新しい年号が始まる節目の年になります。

協会会員の皆さま、いかがお過ごしでしょうか。現在、会員数は約10万9000人で、協会設立以来の延べ人数では26万7000人に上りました。現在会員の平均年齢は78・5歳。最近5年間の新入会者の平均年齢は71・7歳ですが、30年前の入会者の平均年齢は63・7歳でしたから、今より8年ほど若くしての入会だったことがわかります。ちなみに入会から死亡退会までの期間は12年4カ月になっています。

昨年の出来事を、まず国内から振り返ってみます。3月に厚生労働省が「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」を発表し、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）の普及に乗り出しました。ACPとは、患者本人と家族が医療関係者や介護提供者などとともに、現在の病気についてだけでなく、意思決定能力が低下する場合に備えて、あらかじめ、終末期を含めた今後の医療や介護について話し合うことや、意思決定が出来なくなったときに備えて、本人に代わって意思決定をする人を決めておくプロセスを意味しています。ACPにより作成される文書は、本人が、家族、医療関係者、介護提供者と話し合った結果に基づいて作成される書面であり、医療施設や介護施設にとっての事前指示書に該当します。



写真／白谷達也

地域での草の根活動にご参加とご協力を

協会のリビング・ウィル（LW）は、病気のあるなしにかかわらず、いつかは理性的判断ができなくなることがあることを想定し、自分自身の人生の終末期には、このようにして欲しいと希望を述べておく書面ですから、特定の医療施設や介護施設を想定しているものではありません。当然のことながら、会員のLWはACPの中に織りこむことができますので、入院、入所の際はLWを施設側にお渡しください。

海外に目を向けますと、昨年は2年ごとに開催される「死の権利協会世界連合」の総会が南アフリカのケープタウンで開催され、世界連合の理事として出席いたしました。この2年間、海外では、ローマ法王の尊厳死を是認する発言（この結果、イタリアでは終末期の延命措置中止が法制化）があり、カナダでは安楽死合法化、オーストラリアではビクトリア州での自殺ほう助法成立の一方でニューサウスウェールズ州では1票差で否決されるなど、「死の権利」についての法制化の動きが各国でありました。世界の尊厳死法制化の動きと日本での法制化の動きに大きなギャップを感じる年でもありました。私は3期6年の世界連合理事任期が満了しましたので、四国支部長の野元正弘協会理事を後任として推薦し、アジア地域代表として執行部入りしました。

「超高齢多死社会」の今、私たち協会活動の真価が問われます。今年は理事・評議員の改選年にも当たります。協会会員の皆さまには、より多くの方に広く知っていただけるような、お声かけやお誘いなど、地域での草の根活動にご参加とご協力を、切にお願いいたします。

新春対談

松尾幸郎さん 岩尾總一郎理事長

最期のあり方はこれでいいのか！

「病院で24時間、ただ天井を見るばかりの8年間でした」と妻・巻子さんとの闘病の日々を語る松尾さん(82)。書籍やテレビドラマにもなったその物語や、西部邁さんの自裁という形での最期の問題提起、「終の棲家」への思いなどについて、岩尾理事長と熱く語り合った。

構成／会報編集部・郡司 武　写真／岩尾總一郎

岩尾　松尾さんには、この会報「リビング・ウイル」の一部を英文に翻訳していただき、協会では、それを海外読者に向けて発信しています。私とは、2012年にスイスで開かれた「死の権利協会世界連合」の総会でご一緒し、それからずっと、この翻訳をお願いしていますから、もう7年ですね。

松尾　そうなりますね。私は商社マンとして20年ほどアメリカに暮らしておりました。そして65歳になった2001年に引退して、妻の巻子の希望もあり、二人の故郷の富山に戻りました。老後はゆっくり、生まれ育った富山で過ごそうと。

　ところがその5年後の2006年に、巻子が交通事故に遭いました。普通なら即死でしょうが、救急車で富山大学病院の救命室に入り、一命は取り留めたものの、全身まひで、手足も首も動かない。声帯を損傷して声も出ません。人工呼吸器や胃ろうを装着し、24時間寝たきりの状態になってしまいました。これから二人でのんびり過ごしていこうと思っていたのに……。私は毎日病院に通って看病しました。まさに毎日毎日が勝負でしたね。

岩尾　そうでしたか。手も動かないし声も出ない巻子さんとのコミュニケーションは、どのようにされてたんですか。

松尾　体は動かないけれど、巻子の意識は幸いはっきりしていましたし、耳も目も大丈夫でしたので、会話補助器というのを使って、たった一つ動く瞼のまばたきを〝信号〟にコミュニケーションをとりました。そのあたりのことは、2010年に、交通事故などに詳しいジャーナリストの柳原三佳さんが『巻子の言霊―愛と命を紡いだ、ある夫婦の物語』(講談社刊)と題して刊行され、それが原案になって、NHKBSのドキュメンタリードラマ「まばたきで愛しています―巻子の言霊」(2012年放映)にもなりました。

岩尾　たしか木内みどりさんが巻子さんの役でしたね。木内さんには会報のインタビューにもご登場いただき、そこで松尾さんについて「交通事故被害者の悔しい思い、終末期医療に対する法整備のない日本の状況を、看病しながら世に訴える運動を続けられた。わたしの敬愛する日本人です」と話されています。松尾さんの役は、亡くなられた夏八木勲さんでした。

「『こ・ろ・し・て・く・だ・さ・い』に心臓の鼓動が突然早まり……」(松尾)

「私が訳さないで誰が訳すのか」

松尾　そうでしたね。木内さんは「(巻子役は)女優という枠を超えた得難い体験だった」と、あとでおっしゃっておられました。ありがたい言葉です。

　巻子と私は「ママミー」「ダディ」と呼び合っていましたが、ある時、まばたきでのコミュニケーションで、「ま・み・い・を…」と、懸命にまばたきを繰り返し、それに続いて「こ」が現れたんです。心臓がドキドキし、鼓動が突然早まるのを感じました。そして「ろ」が選択されたとき、怖くなりました。「ま・み・い・を・こ・ろ・し・て・く・だ・さ・い」。私は思わず、ナースコールを押していました。

　その巻子は2014年の5月に亡くなりました。病院で24時間、ただ天井を見るばかりの8年間でした。私はその間に、日本尊厳死協会のことを知りまして、そこから岩尾先生との出会いが始まったわけです。

岩尾　そうでしたね。スイスの世界大会の総会で松尾さんは、「In Search of Gentle Death」の著者Richard Coteとお会いになり、その400ページにもなる大部の翻訳をしようと大変な努力をなさっていましたね。『安らかな死を探し求めて』というタイトルで、3年前にアマゾン社から自費出版されましたけど、その強い動機は

松尾幸郎
(まつお・ゆきお)
1936年、富山県滑川市生まれ。富山高校、早稲田大学政経学部に学び、20歳代でアメリカに留学。商社マンとして45歳から20年間ニューヨークに駐在し、商社ヤマタネのアメリカ法人社長を最後に退職。2001年に故郷の富山に戻るが、2006年、妻(巻子)が自動車事故に遭い全身まひに。まぶたの開閉しかできない妻との闘病記は『巻子の言霊』(柳原三佳著・講談社)として出版され、NHKBSのドラマにもなり話題に。2012年、スイスで開催された「死の権利協会世界連合」で日本人代表としてスピーチ。2015年、長女が暮らすアメリカのニューメキシコ州に移住。現在も意欲的に翻訳等の活動を続ける。

岩尾總一郎
(いわお・そういちろう)
日本尊厳死協会理事長、医師。1947年生まれ。慶應義塾大学医学部卒業。元厚生労働省医政局長、慶應義塾大学医学部客員教授。

何だったんですか。

松尾　巻子のような最期の生き方がはたして良いのか、世界に似たような事例はないのか、それが関心の中心でしたね。著者はアメリカのジャーナリストで、5年かけて各国を回って、「尊厳ある死」に関わる運動家とか患者、家族に取材してきた人です。そこには巻子の死に方と共通共有するものがありましたので、もっと多くの人に知ってもらいたいという思いが次第に強くなり、「私が訳さないで誰が訳すのか」という思いから翻訳を始めたわけです。毎日毎日、病院から帰って翻訳を続けました。1年半かかりました。

「西部邁氏の思いは私もよくわかります」

岩尾　なるほど、そうでしたか。

日本では先ごろ、評論家の西部邁さんが、自殺というか自裁という形で亡くなり、各方面に重い問題提起をしました。そのことについて松尾さんも、ちょっと書かれていますね。

「娘の家とは10軒離れていて、孫たちの世話が日課になっています」と話す松尾さん

松尾　西部氏は「僕は、死すべき時は、取るべき方法で死ぬ、それを僕はSimple Death（簡便死）と呼んできました」と述べてるんですね。西部氏のような主張はまさに「死に方の選択の権利」であって、西部氏一人の独創的な主張ではなくて、世界には同志がいっぱいいます。私としては、まず私の翻訳した『安らかな死を探し求めて』を読んでいただきたかった。西部氏は北海道出身で奥さんも同郷です。いろいろ相談しながら講演や著作をしてきたという、その奥さんを数年前に亡くされた。私も4年前に同郷の妻を亡くしました。西部氏は、いつしか後を追いたいという気持ちがますます強くなっていったんじゃないでしょうか。「人生を全うした」という思いは、私もよくわかります。

岩尾　松尾さんは『Crossing the Creek』という本を翻訳し、『小川を渡ることとは』として出版しました（※）。「本書は妻・巻子への供養です」と巻頭にあります。

松尾　著者はアメリカの看護師で、副題に「死に向かうプロセスを理解するためのガイドブック」とあります。この本は、医者や看護師、介護士だけが知っていればよいという本ではないと思いました。みんなが読んで、「死に向かうプロセス」とはこういうことなのか、食欲や呼吸、睡眠はこうなっていくのか、ということを知っておくべきだろうと思って、世に送ろうと決めたんです。タイトルですけど、直訳すれば「小川を渡る」ですよね。日本人なら「三途の川」が頭に浮かびます。著者は小川を渡って次の世界に行くという思いからこの題にしたわけで、まさに「三途の川」ですね。

岩尾　今、松尾さんは、アメリカに移住し、娘さんの家と10軒ほど離れたそばに新居を構えています。老後を過ごす場所として、ここアメリカ・ニューメキシコ州のアルバカーキーはどう思われますか。

松尾　ここは日本とは全然違います。四季の変化はあまりないし、乾燥していますから。でも生活費は安いし、住むにはいいところだと思いますね。私の場合、ここに来たのは、あくまでも娘や孫がそばにいるということからです。

岩尾　日本では老後は施設に入るのが多いですが、こちらはどうですか。

松尾　そういう施設はありますけれど、規模は小さいようですね。

岩尾　医療体制やケアはどうなっているんですか。

松尾　ここでは主治医（ファミリードクター）をまず決めないといけない。その主治医からそれぞれ病状に合った病院を紹介されるシステムになっています。最初、断られましてね。「もう十分に患者はいるので手に負えない」と。でも、やっと主治医が決まりました。

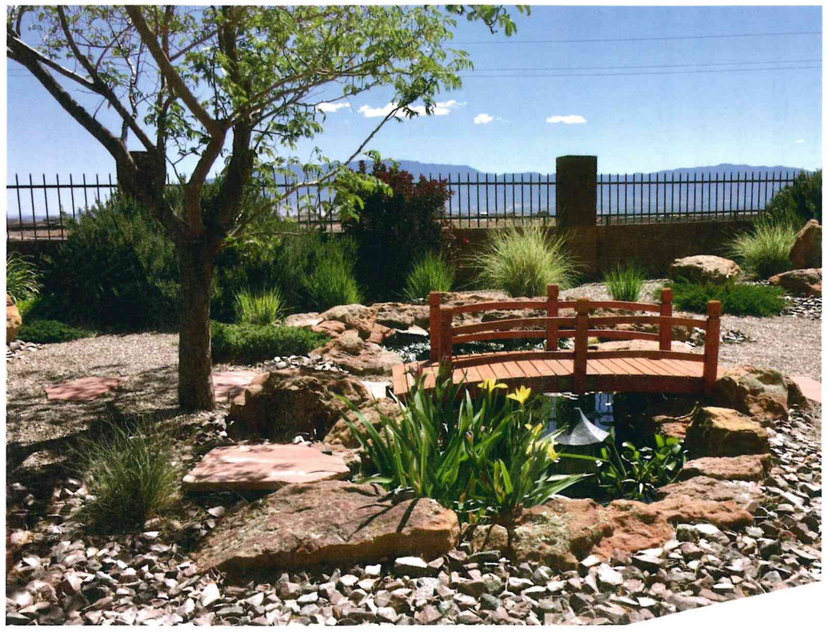
岩尾　それはホッとしましたね。松尾さんのように、施設ではなく、娘や孫の近くで老後を過ごすというのは、一番幸せかもしれませんね。

娘夫婦と孫２人に囲まれて

「故郷の立山連峰に似た山並みを借景に」

松尾　この家を買ったのは、実は3軒目でした。前の家はどうもしっくりこなくて。この家に出会った時に「終の棲家はこれだな。この家で死にたい！」と思って決めました。1階にある寝室の窓から、3000m級のサンディアマウンテンの山並みが見えるんです。裏庭に日本風に池を造り、コイと金魚を飼い、借景としてこの山が見える。私が生まれ育った富山の立山連峰に似たような山並み…。そんな故郷に似たところで、娘や孫に看取られて死ぬ。そう思い定めています。

「娘や孫の近くで老後を過ごすというのは一番幸せかもしれませんね」（岩尾）



サンディアマウンテンの山並みをバックに日本風庭園が潤いと郷愁をかもし出す（撮影・松尾幸郎）

「死の権利協会世界連合」の理事に就任して

リビングウイルの正しい理解へ広報が必要

愛媛大学医学部客員教授（日本尊厳死協会理事）野元正弘

この初秋に、1976年から2年ごとに開催されている「死の権利協会世界連合」に出席しました。私は2010年の東京大会以来で2回目の参加。今回は南アフリカのケープタウンでの開催でした。経由したシンガポールは日本と同様に暑かったのですが、到着した南アフリカは冬で、外出にはコートが必要になるほどでした。

会議は9月6日に始まりました。岩尾總一郎・世界連合理事の6年間の任期満了に伴い、私が後任として推薦され、翌日の総会で承認されました。また新たに参加を希望する2つの組織がプレゼンテーションを行いましたが、討議の結果、今後2年間の活動を注視して次回に審査することとなりました。会議では、悪性脳腫瘍のため安楽死を希望してカリフォルニアからオレゴン州へ転居したブリタニー・メイナードさん（当時29歳）の母親デビー・ジグラーさんが、その後の活動を発表しました。また、オーストラリアのキャンベラ州で安楽死法を成立させたジーン・アーサー氏が活動を報告しました。いずれも活発な社会活動家です。

安楽死合法化の国は少数派

この「死の権利協会世界連合」は日本が提案し、第1回大会を東京で開催して始まっています。一つの国から複数の団体が参加しており、いずれの団体も「ｌｉｖｉｎｇ ｗｉｌｌ」を尊重する点では一致していますが、目指しているところは異なっており、情報交換を主な目的とした参加条件の緩やかな団体です。日本尊厳死協会は「ｌｉｖｉｎｇ ｗｉｌｌ」を尊重し、望まない延命治療を行わずに自然死を選択する団体ですが、現在「世界連合」を主導するグループは、安楽死の合法化を目標としています。その安楽死の合法化にも複数の目標があり、主流は死が間近で避けることができないときには医師の診断と援助のもとに自らが服薬して安楽死するもので、死期は半年以内を条件としています。

安楽死を合法化している国や地域はヨーロッパ、アメリカ、オーストラリアで、世界全体では少数派です。安楽死合法化の活動の趣旨は「慈悲と思いやり」が基本となっていますが、自殺ほう助は日本を含め多くの国では犯罪とされており、延命治療を希望しない「ｌｉｖｉｎｇ ｗｉｌｌ」とは異なるものです。混同されやすいので、引き続き広報が必要となるでしょう。

世界大会に出席した野元正弘氏（左）と岩尾總一郎氏

世界各国からの参加者で会場は熱気に包まれた

キリトリ

私の希望表明書

私は、協会発行の「リビング・ウイル（終末期医療における事前指示書）」で、延命措置を受けたくないという意思をすでに表明しています。それに加えて、人生の最終段階を迎えた時に備え、私の思いや具体的な医療に対する要望をこの文書にしました。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

希望する項目にチェックを入れました。

1．最期を過ごしたい場所（一つだけ印をつけてください）

□自宅　□病院　□介護施設　□分からない
□その他（　　）

2．私が大切にしたいこと（複数に印をつけても構いません）

□できる限り自立した生活をすること　□大切な人との時間を十分に持つこと
□弱った姿を他人に見せたくない　□食事や排泄が自力でできること
□静かな環境で過ごすこと　□回復の可能性があるならばあらゆる措置を受けたい
□その他（　　）

※以下「3」と「4」は、「ただ単に死期を引き延ばすためだけの延命措置はお断りします」という表現では伝えきれない希望や、「止めてほしい延命措置」の具体的な中身を明確にするためのものです。

3．自分で食べることができなくなり、医師より回復不能と判断された時の栄養手段で希望すること（複数に印をつけても、迷うときはつけなくてもよいです。）

□経鼻チューブ栄養　□中心静脈栄養　□胃ろう　□点滴による水分補給
□口から入るものを食べる分だけ食べさせてもらう

4．医師が回復不能と判断した時、私がして欲しくないこと
（複数に印をつけても、迷うときはつけなくてもよいです。）

□心肺蘇生　□人工呼吸器　□気管切開　□人工透析　□酸素吸入
□輸血　□昇圧剤や強心剤　□抗生物質　□抗がん剤　□点滴

5．その他の希望

【用語の説明】

●**心肺蘇生**：心臓マッサージ、気管挿管（口や鼻から気管に管を入れる）、電気的除細動、人工呼吸器の装着、昇圧剤の投与などの医療行為。

●**人工呼吸器**：自力で十分な呼吸ができない状態の時に、肺に機械ポンプで空気や酸素を送り込む機器。マスク装着のみで行う場合もあるが、重症の際はチューブを口や鼻から入れる気管挿管を行う。1～2週間以上続ける場合は、のどに穴を開ける気管切開（喉仏の下から直接気管に管を入れる）をしてチューブを入れる。

●**胃ろうによる栄養補給**：内視鏡を使い、局所麻酔で胃に管を通す手術を行う。その管を通して栄養を胃に直接注入すること。

（発行　一般財団法人 日本尊厳死協会）

LW受容協力医師制度の展望

ルポ――「高齢者本人の意思はどうなのか」をさぐりつつ 多摩ニュータウンの高齢者医療に寄り添う

若かった街にも高齢化が進行する多摩ニュータウンで、30年近く、「24時間365日体制」のチームケアを提供し続ける天本病院の明石のぞみ医師。その活動と思いをルポする。

東京・多摩ニュータウンの小田急唐木田駅から歩いて5分ほどにある天本病院は、地域の高齢者医療・介護のトータルケアサービス拠点病院だ。

1980年に開設された当初から、「高齢者本人の意思を尊重し、高齢者にふさわしい医療を提供したい。認知症になっても地域で最後まで過ごせるような支援をしたい」との思いをずっと追及してきている。そんな天本病院に明石のぞみ医師（62）がやってきたのは29年前。開設して9年目のこと。33歳の若き女医は、聖マリアンナ医大の医局からの派遣という形だった。

「不純な動機だったんですよ。結婚して子どもが生まれ、まだ小さかったので『勤務は9時5時。自宅から近くて、当直なし』という条件を自分なりに考え、それに合っていたので、ラッキーと思ってきたんです」と当時を振り返る。大学病院の医局時代は、実母や義母の助けを借りて、なんとか育児と両立させてはいたが、「大学病院で働きながら乳飲み子を育てるのは無理なのかな」との弱気も少し頭をもたげていたところに、タイミングよく医局から話があったのだった。

来てみて「びっくりした」という。「介護職の人たちが一番元気なんです。これまで、そんな病院見たことなかったので、これは凄いな、と」。当時は〝定期往診〟と言っていた訪問診療にも、天本宏院長（当時。現在は理事長相談役）に「出ろ、出ろ」と言われて、どんどん出向いたという。「最初は、どこに高齢者の方がいるんだろうと思いました。だって、ニュータウンを歩いていてもあまり見かけませんし。でも、若かった街も次第に老いてきていて、家に一歩入ると、いらっしゃる。私たちはあくまでも患者さんを診るんですけど、ご家族を含めて信頼関係を築き上げていくことが何よりも必要なんだなあ、と実感させられました」。その時の経験が、ずっと生き続けているという。

多摩ニュータウンの高齢者医療のパイオニア・天本病院

年間300人を看取る地域高齢者医療の中核

1970年代から一大プロジェクトとして住宅開発が進んだ多摩ニュータウンの高齢化は、明石医師がきた1990年当時、すでに見えていて、天本院長からは常々「このニュータウンの高齢化は今後ますます進行する。この街に高齢者医療が無くてどうするんだ。住み慣れた地域で最後まで暮らしたいという人を支援していくんだ」と言われ続けてきたという。こうした、高齢者が増え往診もあるという「医療環境」ではあったが、明石医師に特に違和感はなかったという。生まれ育った青森・津軽地方で、医師だった父親が僻地医療に奔走している姿を見てきたからだった。「ホントは、青森で父の後を継ぐはずだったんですけど、父から『住んでる人が少なくなってしまったから、もう来なくていいど』って言われましてね」と笑う。

最初こそ「9時5時」の勤務だったが、子どもも少しずつ大きくなり（現在は循環器科の若き女医）、手がかからなくなると、勤務時間の〝しばり〟もとれて、天本病院の中核として忙しくなっていった。その天本病院を含む医療法人財団天翁会も、同じ地区に、介護老人保健施設、在宅療養支援診療所、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所、グループホームなど19の事業所を展開し、多摩市内と稲城市の一部を中心とした多摩ニュータウンの高齢者医療・介護のまさに中心・パイオニアとして大きく成長していく。

医療法人の副理事長と多摩事業部の責任者を兼ねる明石のぞみ医師。受容協力医師には松根敦子・元尊厳死協会副理事長に誘われて2002年から。玄関には地域からの感謝状が掲示されていた（写真上）

「家族に迎合してるような医療では」と

一方の明石医師も2016年に天翁会の理事長に就任、その年に東京・阿佐ヶ谷を拠点とする社会医療法人河北医療財団と合併。現在は、その副理事長であり、多摩事業部の事業部長も兼務する。この1年、ここ多摩事業部だけで302人を看取った。訪問診療で111人、訪問看護で57人、天本病院で81人、老健施設で41人など。ほぼ1日に1人を看取っていることになる。

高齢者医療は、常に看取りを伴う。「そこで最も大事なことは？」と問うと、明石医師は「リビングウイルですね。高齢者本人の意思をどう捉えるかですよね」と言う。若かった頃は家族の意向だけを聞いていた感じだったという。そこには高齢者本人の意思（リビングウイル）はなかったかもしれない。「いったい本人の意思はどうなのか。私は何のために誰のために医療をしているんだろうと、悩んだり疑問に思ったこともあった」そうだ。家族に迎合しているような医療をしてるんじゃないか、と。

「もちろん家族の意向も大事ですが、今はね、患者さん一人の時を見計らって、『ね、どうしたいの？』って聞いて、さっとカルテに記入しておく」のだという。最期をどう生きていきたいか、最期はどうありたいか。「最期は？って聞くと引いちゃうので、その言葉は使いません。どこでどう暮らしたいの？っていう言い方で、聞くんです」。

〝不純な動機〟でやってきた多摩ニュータウンだったが、明石のぞみ医師はそこに広く溶け込み、この地の高齢者・終末期医療を中心になって支えていた。

会報編集部・郡司 武

LWのひろば

思いは同じ　仲間は全国に

死の直前に届いた会員証

伊藤敦子　72歳　静岡県

私たちがもし尊厳死協会に入会していなかったら、私は今も後悔の日々を送っていたでしょう。「余命3カ月」と言い渡された夫の苦しみに添うことすらできなかったかもしれません。悩み苦しみながら様々な本を読み、「尊厳死」に行き着いた夫は、まず半年続けた抗がん剤治療を止めました。

そして、余命をいかに生きるべきかという迷いが吹っ切れ、死に対する恐怖を遠ざけ、残される家族への思いを自分の言葉で伝えることができ、自然への畏れと憧憬が強くなり、住み慣れた自宅から旅立てました……。半年前に永久の眠りについた夫の心中には、長年ともに暮らした私にも計り知れないような苦悩があったに違いありません。夫は、思い通り生ききれなかったかもしれませんが、自分自身で終わり方を決めることができました。

素晴らしい訪問医療チーム、心温まる触れ合い、笑顔でのお別れ、エンゼルケア（逝去時ケア）。これらは私たち夫婦が望んでいた人生の締めくくりでもありました。尊厳死協会の会員証が届いたのは、夫が亡くなる2日前でした。2人で「これで安心、良かったね！」と言い合いながら、それぞれカードに署名しました。記念すべきその日から半年余り。会員証は、夫が夫らしく終止符を打った証であり、私にとっては残りの人生の礎となりました。

一人暮らし支える読書

吉開靖之　82歳　長崎県

一人暮らしをして22年になります。その間の11年間、両親の希望にそって在宅で介護をして看取りました。世の風潮として、介護の悲惨な面が強調されていますが、私には辛い反面、副産物もいくつかありました。それが今、1人暮らしの生活のなかで私を支えています。

①料理など家事ができるようになりました。両親に食べさせることに喜びを感じ、それまで料理などしたことがなかったけれど、本で学びました。

②介護中、毎日2時間は自分の時間を持ち、読書に耽りました。医療、介護、料理などの本も読み、読書の幅が広がりました。特に終末期の介護では、気が動転しないように終末期関連の本を読みました。『人間はどうやって死んでいくのか』『死に方のコツ』『最新緩和医療学』など。それらによって、肉体的・精神的な苦しみはほとんど緩和されることを知りました。

4年前、尊厳死協会の会員になりました。老いて死にゆく両親の姿を見て、いずれ私もそうなるわけで、だからこそ「存命の喜び、日々楽しまざらんや」と思いました。現在は、読書による偉大な人々との出会いが、私の一人暮らしを支えています。

自由気ままに生きて

梅沢広志　70歳　福島県

70歳を目前にして尊厳死協会に入会させていただきました。以前から尊厳死には興味がありましたが、実際にはよくわかっていなかったかもしれず、ドイツ文学者の池内紀氏の著書を読んで、即入会しました。

私自身、とても優しい女房と結婚し、自由気ままに生きてきました。70歳を過ぎたら、いつあの世に行くことになっても後悔しないようにと思いながら、今までやってきました。私の望みは、死後、人様から「あれだけ好きなように生きてきたなら悔いのない人生だったでしょう」と言われることです。

ここ30年来、ロードバイクを趣味にして、ヒルクライム（ロードバイクでの登坂競技）やロングライドを楽しみ、時間があれば100キロも150キロも乗り続ける体力もあります。ここ数年で、念願のヨーロッパアルプスヘイタリアのスキー旅行で2回、自転車を楽しむために1回と行ってきました。これからどうなるかはわかりませんが、心構えだけは、貴協会の趣旨を理解し、残る人生を楽しんで生きていきたいと思っています。

「ひろば」の坂本氏に共感

匿名希望　74歳　女性

前々号になりますが、LW170号「ひろば」に『自裁』と『自殺』というタイトルで載っていた坂本勲氏の考え――もはや食事も果たせず下の締まりも無くなって、明らかに終末期に至っているのなら、生きるに執着することなく、自然のものは自然に還すという周りの者の覚悟と潔さ、そして何よりも当人の決断こそが貴重なのではないかと私は思います――に、スカッとしました。

長兄の49日が終わった翌日、次兄の死を知りました。集まった親族の中で尊厳死の話が出ましたが、頭もよく弁も立つ弟に反論され、私はうまく説明することもできませんでした。もんもんとしたとても悔しい思いを胸に、ただ黙って帰宅しましたら、会報が届いていて、坂本氏の投稿を読んだのです。

しかしもう、親族には何も言いません。根本的に考えが違うのですから。私と全く同じ考えを持っている方がいらっしゃることを会報で知り、もうそれだけで十分です。親族から「ちょっと変わってるねえ」と言われても、私は私の思いを貫きます。会報に大きな力をいただきました。ありがとうございました。

柿の綿帽子
秋を追いやるように
白い冬がかぶさる
撮影／上坂 誠

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.com）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宛に、「ひろば投稿」と明記のこと。締め切りは2月15日です。

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

第七回

冬景色

文部省唱歌

さ霧消ゆる湊江の
舟に白し、朝の霜。
ただ水鳥の声はして
いまだ覚めず、岸の家。

烏啼きて木に高く、
人は畑に麦を踏む。
げに小春日ののどけしや。
かえり咲の花も見ゆ。

嵐吹きて雲は落ち、
時雨降りて日は暮れぬ。
若し燈火の漏れ来ずば、
それと分かじ、野辺の里。

（『尋常小学唱歌（五）』大2・5）より

晩秋から初冬にかけての小さな湊の入江や里の情景をうたったこの「冬景色」は、小学唱歌を代表する1曲。2007年に「日本の歌百選」に選ばれた。1番の「さ霧（狭霧）」の「さ」は接頭語。霧は秋の季語で、その霧が消えた初冬の早朝の入江の張りつめた空気が伝わってくる。白い霜と水鳥の声…目と耳から立ち上がる情景描写は巧みだ。2番は里の集落の穏やかな昼さがり。麦踏み、小春日和が、のどかさを醸し出す。3番は雲が垂れこめ、時雨で薄暗くなった里に燈火がかすかに漏れている。なんとも寂しい初冬の夕暮れ。厳しい冬がそこまで迫っている。

作詞・作曲は不明だが、多くの小学唱歌の名曲を手がけている高野辰之（作詞）、岡野貞一（作曲）とも推測される。高野辰之記念館が郷里の長野県中野市にあり、〈兎追いし、かの山…〉の「故郷」など日本の情景の懐かしさを求めて、多くの人が訪れている。

会員になってもLWの勉強は続きます ぜひご参加を

北海道支部

☎ 011-736-0290 ✉ hokkaido@songenshi-kyokai.com

冬季講演会

日程◎２月11日（月）午後１時半～３時半（予定）
会場◎札幌エルプラザ（JR札幌駅北口近く）
札幌市北区北８条西３丁目

テーマ「認知症高齢者の終末期医療」（仮）

講師◎**宮本礼子**　医療法人風のすずらん会
江別すずらん病院認知症疾患医療センター長

定員◎300人（無料）

おしゃべり広場

日程◎１月15日、2月19日、３月19日、
いずれも火曜日、午前10時～正午
会場◎札幌エルプラザの４階研修室
（JR札幌駅北口近く）
定員◎先着20人（無料・予約不要）

東北支部

☎ 022-217-0081 ✉ tohoku@songenshi-kyokai.com

第31回「仙台駅横 リビング・ウイル 交流サロン」

日程◎１月25日（金）午後１時半～３時
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〈知ってください　協会の「尊厳死」登録と「法定遺言書」の違い〉
どこが、どう違うのか、目的から費用まで、とことん話し合います。

お誘い合って、どなたでもどうぞ。参加費無料

東北支部 活動報告

「長寿多死社会」講演のあと 即日入会者が５人

戦後のベビーブームで生まれた団塊の人たちが、あと数年で後期高齢者となります。わが国の平均寿命は年々伸び、かつてない超高齢多死社会になると予想されています。東北地方も例外ではありません。岩尾總一郎理事長にこの「長寿多死社会」というテーマを示し、演題名をお願いしたところ、「そうだ、長寿だよね、長寿」と納得でした。

講演会や研究会などは、題名、タイトルが命です。せっかく、いい内容でも、得心がゆかないタイトルですと、出かける気がそがれてしまいます。「平均寿命が伸びて、多死社会」でもいいのでしょうが、岩尾理事長にとって「多死」の独り歩きが気になっていたようです。そこに「長寿」が加われば「長寿多死」となり、悪いイメージ「多死」が払拭されたようです。

10月28日の日曜日、仙台市福祉プラザ「ふれあいホール」で開かれた「第５回 日本リビング・ウイル研究会 東北地方会」は、宮城県医師会、仙台市医師会、河北新報社の後援も得て、「どうする？長寿多死社会」のテーマで開かれました（写真）。

第１部の基調講演では、岩尾理事長が「リビング・ウイルの勧め―長寿多死社会の処方箋」と題して、わが国の人口動態、医療の対象者など全体像の推移をグラフなどで紹介。日本の人口と医療環境の過去・現在・未来を示した上で、当協会が時代に沿った「リビング・ウイル」を目指し、「長寿社会の処方箋」として役立ってきたし、健やかに生き、安らかな最期を迎えることへの手助けとなっていることを話されました。

第２部の討論では、森田潔（気仙沼市医師会会長）、佐藤冨美子（東北大学大学院医学研究科教授）、京野アイコ（主婦）のパネリスト３氏に岩尾理事長も加わり、「長寿多死社会」の処方箋の内容を深めました。

会場には、会員の他に医療・看護職員ら135人が熱心に傾聴し、会終了後に５人もの即日入会者がありました。　（支部長・橋村 襄）

関東甲信越支部

☎ 03-5689-2100 ✉ kantou@songenshi-kyokai.com

公開講演会 in 大宮

日程◎３月２日（土）午後１時半～４時半
会場◎ソニックシティ市民ホール
さいたま市大宮区桜木町1-7-5
☎048-647-4159
JR大宮駅西口下車　徒歩３分

テーマ「**穏やかな最後を迎えるために**」（仮）

講師◎**鈴木裕也**
日本尊厳死協会副理事長　医学博士

テーマ「**住み慣れた地域で人生を安らかに全うするには**
―終末期医療について―」

講師◎**杉浦敏之**
日本尊厳死協会
関東甲信越支部理事
医学博士

定員◎180人（無料・申込不要・先着順）

《地域サロン》のお知らせ

みなさんでお話する集いです

サロンin豊洲

日程◎１月18日（金）午後２時～４時
（開場午後１時半）
会場◎豊洲シビックセンター 8階（第5会議室）
江東区豊洲2-2-18　☎03-3536-5061
東京メトロ有楽町線・新交通ゆりかもめ豊洲駅下車　徒歩1分
定員◎18人（無料・申込不要、先着順）

サロンin相模大野

日程◎２月26日（火）午後２時～４時
（開場午後１時半）
会場◎ユニコムプラザさがみはら セミナールーム
相模原市南区相模大野3-3-2-301
☎042-701-4370
小田急線相模大野駅下車　徒歩3分
定員◎40人（無料・申込不要・先着順）

サロンin本郷

日程◎１月11日（金）、26日（土）、
２月８日（金）23日（土）、
３月８日（金）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　日本尊厳死協会内（地下鉄丸ノ内線か大江戸線本郷三丁目下車すぐ）電話予約が必要です。支部までお願いします。

《公開出前講座》のお知らせ

出前講座in築地

日程◎３月８日（金）10時～12時（開場９時半）
会場◎中央区立築地社会教育会館　視聴覚室
中央区築地4-15-1
地下鉄東銀座駅・築地市場駅下車　徒歩5分
定員◎60人（無料・要申込）中央区高齢者福祉課
（☎03-3542-4801）

テーマ「終活講座・リビングウイルについて」（協会支部理事がお話します）

関東甲信越支部 活動報告

樹木希林さんや 大橋巨泉さんを例に熱弁

10月25日（木）午後、大井町駅前きゅりあん大ホールに長尾和宏・尊厳死協会副理事長を講師に迎え、公開講演会を開催しました。300人ほどの聴衆を前に、これだけPRを続けてきてもリビングウイルの普及は精々３％程度であり、法制化の動きも遅々として進んでいない状況も併せて訴えました。

途中、参加者に向け、次のような質問をぶつけました。「がんで亡くなるのと、認知症で亡くなるのとどちらを望みますか？」と聞いたところ、おおよそ７対３で、がんで亡くなるほうを選んだ方が多くなりました。この結果に長尾氏は、鹿児島県の鹿屋市で同様の質問をしたところ、結果は真逆で、認知症で亡くなりたいと答えた人が7割を占めたと話し、それは鹿屋市が街ぐるみ・地域ぐるみで認知症予防やその対策に力を入れていて、認知症への理解がエリアに浸透し、住民の不安を取り除いているから、との解説も加えていました。

最近亡くなった樹木希林さんや川島なお美さん、大橋巨泉さんの最期についてもスライドを交えながら医師の立場から読み解きました。橋田寿賀子さんが雑誌に寄稿した安楽死待望論は協会としては容認していないことや、自然死・平穏死は尊厳死とほぼイコールであることも強調されました。

自身の経験として、本来枯れるように亡くなるのが自然である患者に対し、不必要な点滴を行って溺れさせてしまったように思い、反省しているとの弁もありました。そして最後に、「50代になったらリビングウイルを書きましょう！」と聴衆に呼びかけました。　（支部理事・吉成健吉）

東海北陸支部

☎ 052-481-6501 ✉ tokai@songenshi-kyokai.com

第11回岐阜地区リビングウイル懇話会 in 岐阜

日程◎２月17日（日）午後１時半～４時
会場◎ハートフルスクエアー G大研修室
☎058-268-1050
岐阜市橋本町（JR岐阜駅隣接施設）

講演◎「人生の終末期を自分らしく迎えるために――アドバンス・ケア・プランニングを3者（患者、家族、医師）で」

講師◎**平川仁尚**
名古屋大学大学院医学系研究科准教授

定員◎120人

日本医師会生涯教育認定講座

後援◎岐阜県医師会、岐阜市医師会、中日新聞

地域サロンへのお誘い

日程◎２月26日（火）午後１時半～３時
会場◎名古屋市中村区の青木記念ホール
（地下鉄中村公園駅から徒歩5分）

終末期医療、在宅介護などを語り合いませんか。
希望者は支部までご連絡ください

東海北陸支部 活動報告

40人近い理容師さんを前に講演

日ごろ、散髪をお願いしている理髪店のマスターから「よく口にされている『尊厳死』について一度、同業仲間にも話していただけませんか」と依頼を受け、即刻、OKしました。

愛知県理容組合名東支部の皆さんは、毎年、秋季セミナーを開き、保健所や消防、警察などから業務に関する衛生上の話、防犯、防火の注意などを聴いているそうです。しかし、最近では「いつも同じ話だなあ」の声が出るようになり、尊厳死協会の客の私に出番がまわってきたという次第です。

企画の段階で「重い話」という声もあったようですが、マスターが「高齢社会。終末期問題は避けて通れないんだぞ」のひと言で実現しました。会場には40人近い理容師さんたち。終わった後の感想は「お決まりの話よりよかった」「本人の意思というが、家族の意見は無視できないよなあ」「そこが今回の講演のキーポイントなんだぜ」などだったそうで、出前講座の新分野開拓の必要を教えられました。（支部長・小林 司）

中国地方支部

☎ 082-244-2039 ✉ chugoku@songenshi-kyokai.com

公開講演会

日程◎１月27日(日)午後１時半～３時半（１時開場）
会場◎広島県民文化センター　５階502号室
広島市中区大手町１丁目５-３

テーマ「**あなたにとって老衰とはなんですか？**」
～できれば老衰でさようならしたい～

講師◎**土手慶五**　広島市立安佐市民病院
副院長・循環器内科主任部長

定員◎先着100人。予約不要。

中国地方支部 活動報告

HPでお近くの受容協力医確認を

2018年は、10月末で鳥取県1施設、島根県２施設、岡山県50施設、広島県5施設、山口県37施設の合計95の医療施設に、受容協力医の新規登録をいただきました。1施設に複数の医師が在籍をされている施設もあります。支部の今年度の目標としては道半ばといったところですが、今後は鳥取県に注力し、受容協力医を一人でも多く登録いただけるよう活動していきます。

受容協力医の新規登録や変更などは年４回発行の会報誌で紹介しておりますが、お近くの医師をご確認いただくのは、ホームページ（HP）が便利です。支部→中国地方支部→患者の思いを尊重するリビング・ウイル受容協力医リスト、とクリックしていただき、パスワードとして半角小文字でjsdd（ジェイエスディーディー）と入力ください。受容協力医の先生にはホームページへの掲載を希望されない方もいらっしゃいますので、もしリストに掲載がない場合は支部までお問い合わせください。

尊厳死協会中国地方支部内のLW受容協力医リストについての確認URLは以下です。http://www.songenshi-kyokai.com/branch/chugoku/login.html

関西支部

☎ 06-4866-6365 ✉ kansai@songenshi-kyokai.com

日本尊厳死協会 なら設立記念 市民公開講座

テーマ
「**死ぬときくらい好きにさせてよ**
～『良い人生だった』と、言えるために～」

日程◎２月２日（土）午後２時～４時
（開場１時半）
会場◎奈良市中部公民館５階ホール
（奈良市上三条町23-4）
近鉄奈良駅から徒歩5分、JR奈良駅から徒歩10分

講演１ 平穏死10の条件
講師◎**長尾和宏**
日本尊厳死協会副理事長・関西支部長
長尾クリニック院長

講演２ 人生の最終段階を自分らしく過ごすために
～転ばぬ先のリビングウイル～
講師◎**宮城信行**
日本尊厳死協会なら会長、宮城医院院長

パネルディスカッション
「死ぬときくらい好きにさせてよ」を考えよう ～リビングウイル×ACP～
座長◎**四宮敏章**
奈良県立医大、緩和ケアセンター長
パネラー◎**宮城信行**／**森本広子**　ゆい訪問看護ステーション所長／**小出久美子**　飛鳥の会／**竹内奉正**　関西支部理事
アドバイザー◎**長尾和宏**

定員◎350人（無料、先着順）

申込方法◎FAX 06-4866-6375、Eメール、ハガキで、氏名、住所、電話番号、会員・非会員を記入して支部事務所まで。支部HPからもどうぞ。

第3回 関西リビング・ウイル研究会

テーマ「**医学生、看護学生と語る長尾和宏『死の授業』**」

日程◎３月16日（土）午後１時半～３時半
（開場１時10分）
会場◎JEC日本研修センター江坂 ５階大会議室
定員◎50人（無料、関西支部へ要申込）

サロン交流会

テーマ「人生の最終段階を考える
～尊厳死・安楽死・鎮静～」
日程◎２月23日（土）午後１時半～３時半
会場◎関西支部（担当は小澤顧問）

テーマ「好きなように死なせてくれない」
日本の終末期の実態って何？
日程◎３月23日（土）午後２時～４時
会場◎関西支部（担当は竹内理事）

※定員はいずれも13人（無料、関西支部へ要申込）

定例サロンへのお誘い

日程◎毎月第２、４火曜日　午後１時半～４時
１月８日、22日、
２月12日、26日、
３月12日、26日

関西支部 活動報告

大腸がんになった医師の話に共感

９月29日の土曜日、和歌山県民文化会館で開かれた「市民公開講演会in和歌山」には、大型台風の接近にも関わらず100人を超える方が参加され、盛況な講演会となりました。

講師の林靖二先生（元和歌山済生会病院院長）は、「元気に長生きし、安らかに死ぬために～大腸がんになった医者の話～」というテーマで、ご自身が大腸がんになられて、それまで以上に食事、運動に気を使っていることや、現在もストマ（人工肛門）をしながら富士山にも登山したという前向きで力強い生き方を熱く話され、会場に共感と感動を与えました。

２部では、和歌山県の受容協力医師である坂口健太郎先生、安川修先生に長尾和宏支部長を加え、会場とのクロストークが行われました。「尊厳死を叶えるためにはどうすればいいんですか」との質問には、「市民の皆さんも、これからは病院や医者を選ぶ勉強が必要になってきます」との本質に迫る回答も、大らかなユーモアに包まれて語られました。来場されたみなさんも、本音で聞きたいことを聞いて帰れた有意義な講演会となりました。

四国支部

☎ 089-993-6356 ✉ shikoku@songenshi-kyokai.com

一般公開講演会

日程◎１月26日（土）午後１時半～３時
会場◎愛媛県美術館講堂（松山市堀之内）
講師◎**中城 敏**　砥部病院 院長

テーマ **病院での看取りについて**
～終末期医療の現場から～

無料・事前予約不要。お誘い合わせのうえお越しください

高知講演会

日程◎２月３日（日）10時～12時
会場◎近森病院管理棟3階会議室
高知市北本町1丁目１-28

テーマ
人生の最終段階において本人の意思に基づく医療・ケアが行われるために、どのような準備が必要でしょうか

講師◎**北村龍彦**　四国支部副支部長・高知代表
近森会近森病院理事

懇談会◎
「私の希望表明書・生前の指示（リビングウイル）を書いてみよう。一緒に考えましょう、尊厳ある生き方と尊厳ある死を迎えるために

司会◎**小松倫子**　四国支部・高知協力者
訪問看護ステーション土佐所長

一般公開入場無料。どなたでもどうぞ。

市民公開講座（徳島）

日程◎２月16日（土）10時～12時（開場９時半）
会場◎四国大学交流プラザ　徳島市寺島本町西
２丁目35-８（徳島駅から徒歩５分）

講演１ 人生の最終段階における医療・ケアの意思決定プロセスに関するガイドラインについて
講師◎**寺嶋吉保**　四国支部徳島代表

特別講演
どうすれば穏やかな最期が叶うのか
講師◎**長尾和宏**　長尾クリニック院長・
尊厳死協会副理事長

申込◎氏名、住所、電話番号、会員・非会員を記入のうえ、ハガキまたはファクスで。〒770-0942 徳島市昭和町4-22-8。FAX 088-625-0936。☎088-652-1045。

コムズフェスティバル「市民企画分科会」

日程◎２月３日（日）午後１時～３時
会場◎コムズ（松山市男女共同参画推進センター）
４階視聴覚室　松山市三番町６丁目４-20

講師◎**野元正弘**　四国支部長

テーマ 苦しまず、家族を困らせないで逝くには？ 一緒に考えましょう。

松山市主催のフェスティバルに参画し、講演と座談会形式の興味深い内容です。（先着60人）

支部サロン

喫茶去だんだん
お茶を飲みながらの歓談です。
日程◎１月11日、２月１日、３月１日

趣味あれこれ会
絵手紙教室を楽しみましょう。無料。どなたでも歓迎。
日程◎１月18日、２月15日、３月15日
いずれも金曜日、午後１時半～３時半、
支部事務所（松山市大手町）

「辞世の句」受賞作品

俳句 八木健賞
漂うにあらずひた行く芒原
松山市 上野孝司

俳句 支部長賞
雲の峰君の迎えに紅を引き
松山市 日野千秋

川柳 八木健賞
現世に徳を積むには未だ遠く
松山市 吉川正紀子

川柳 支部長賞
俺が先　私が先よとはや十年
松山市 島津勝善

短歌 支部ガールズグループ賞
賜りしいのちなりけり癌に生き
終の旅路を安らかに待つ
高松市 中尾敏夫

これからの生き方や行く末を考える機会として公募したところ、沖縄から千葉県まで多くの方から作品が寄せられ、９月１６日に松山市で開催された「日本LW研究会四国地方会」で全作品と受賞作品を発表し、表彰を行いました。

九州支部

☎ 092-724-6008 ✉ kyushu@songenshi-kyokai.com

ふくおか公開講演会

日程◎２月９日（土）午後２時～４時
（開場１時半）
会場◎天神ビル11階９号会議室
福岡市中央区天神２丁目12-１
（☎0120-323-920）

講演１ 人生の最終段階における医療とケア
～終末期をより豊かに生きるには～
講師◎**原 信之**　尊厳死協会九州支部長・
国立病院福岡東医療センター名誉院長

講演２ ユーモア精神に溢れ、人と共に生きる、リハビリテーションを目指して
講師◎**竹之山利夫**　尊厳死協会ふくおか役員・
遠賀中間医師会おかざき病院院長

定員◎120人（無料、予約不要）
後援◎福岡県医師会、福岡市医師会

九州支部 活動報告

質疑に表れた高い関心

10月20日に大分県中津市で行われた「第19回市民公開講演会」には、100人ほどの参加者がありました。

講演１では、川野克則・尊厳死協会おおいた理事でオアシス第二病院院長が、「穏やかな死を迎えるために必要な準備は？」と題して話されました。理想的な人生の終い方はどうあるべきか、安楽死と尊厳死の違い、リビングウイル（LW）法制化とガイドラインの問題、延命措置の説明、尊厳死と緩和医療の関係等が具体的に説明されました。特に、元気なうちにLWをもっておくことの重要性と、死を考えることは、いい生き方につながるということが強調されました。

講演２のテーマは「人生の最終段階における意思決定支援」。小野隆宏・ハートクリニック院長が、過去の安楽死事件を提示し、医師の倫理観の変化（延命至上から尊厳を保つ医療へ）、終末期医療でのパラダイムシフト（キュアからケアへ）が述べられました。さらに在宅医療・看取り、意思決定支援の現状等を、多くの事例と経験を踏まえて詳細に説明されました。ことに、患者、家族、介護職員、医療者の連携と、時間をかけた十分な話し合い（ACP）の重要性を強調。法制化の論議にも触れましたが、ガイドラインに沿った丁寧なACPが行われれば訴訟事件は起こらないこと、患者の権利保護と医療者の法的安定性保護を両立し、尊厳ある生と死を考えていくことが必要であることが述べられました。

参加者からは、ガイドラインの目的は医療費の削減なのか、LWがあれば家族の意見の食い違いは防げるのかなどの質問があり、関心の高さがうかがわれました。また今回は緩和ケア研究会、看護協会などの後援を得ていたためか、医療関係者の出席も多く充実した講演会となりました。

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

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）

病気や気になる症状、特に終末期にかかわる不安や悩みについて、相談員（看護師）が丁寧にお聴きし、皆さま自身が主体的に考えて解決できるように支援しています。

協会宛メール（✉ info@songenshi-kyokai.com）でも受けつけております。

LWの受容協力医師 第94報

2018年9月～2018年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　**外**：外科　**整**：整形外科　**小**：小児科　**放**：放射線科　**精**：精神科　**麻**：麻酔科
リハ：リハビリテーション科　**リウ**：リウマチ科　**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　**アレ**：アレルギー科

［会員医師は会とする］

医療施設名	診療科	医師名（敬称略）	施設所在地	電話
順天堂大学医学部附属練馬病院	救急・集中治療科	小松孝行	東京都練馬区高野台3-1-10	03-5923-3111
川地サテライトクリニック	家庭医療	一戸由美子	東京都武蔵野市吉祥寺北町1-3-12	03-3339-0808
くぬぎ山ファミリークリニック	内・在宅診療	細田　亮	千葉県鎌ケ谷市くぬぎ山4-2-40 ワコーレ鎌ケ谷１号館1F－2	047-712-1511
千葉大学医学部附属病院	脳外	佐々木みなみ	千葉県千葉市中央区亥鼻1-8-1	043-222-7171
豊田内科医院	内	豊田武久	群馬県前橋市上小出町1-30-1	027-234-1223
さつきホームクリニック	内・外・緩和ケア内	月永洋介	栃木県宇都宮市花園町17-1	028-688-0456
在宅ほすぴす	緩和ケア内	渡辺邦彦	栃木県塩谷郡高根沢町宝積寺1105-3 花舎L棟	028-688-7005
愛知国際病院	外・緩和ケア	太田信吉	愛知県日進市米野木町南山987-31	0561-73-7721
西岡内科在宅クリニック	内・皮・救急	西岡伸明	兵庫県川辺郡猪名川町伏見台1-1-56	072-766-9919
ウェルフェア北園渡辺病院	神内	日笠親績	鳥取県鳥取市覚寺181	0857-27-1151
にしまち診療所悠々	内・外・リハ	岸　清志	鳥取県鳥取市西町5-108	0857-25-6523
ふくいちクリニック	内・脳外・神内	青戸一伯	鳥取県米子市福市1668-7	0859-26-6777
岡空小児科医院	小・アレ	岡空輝夫	鳥取県境港市浜ノ町127番地	0859-47-1234
医新会 よろずクリニック	内・消	萬　憲彰	鳥取県鳥取市美萩野1丁目118－4	0857-59-0433
岡山中央病院	放	金重総一郎	岡山県岡山市北区飯島北町6-3	086-252-3221
愛咲会 まえだ診療所	内・小	前田典子	岡山県岡山市南区妹尾840-11	086-282-0812
平山医院	内	大森浩介	岡山県岡山市北区平山502	086-287-8464
森クリニック	内・神内	森　昌忠	岡山県赤磐市周匝728－1	086-954-4747
まつした医院	内・小・リハ	松下昭夫	岡山県瀬戸内市邑久町尻海7-1	0869-22-0006
小野医院	内・小・整・リハ・リウ	小野波津子	岡山県岡山市南区平福2-1-5	086-262-1127
あけぼのクリニック	内	平田　洋	岡山県岡山市南区築港新町1-7-28	086-902-2211
たかはしクリニック	精・心内・内	高橋理枝	岡山県岡山市中区湊491-2	086-277-1105
井村医院	内・小	井村　誠	岡山県岡山市中区平井5丁目6－19	086-274-8811
林道倫精神科神経科病院	精	林　英樹	岡山県岡山市中区浜472	086-272-8811
清陽会ながけクリニック	内	長宅芳男	岡山県岡山市中区中井454-1	086-207-6788
もみのき小児クリニック	小	内山宙三	岡山県岡山市中区赤田14-2	086-273-8800
岡山ハートクリニック	内・循内	村上　充	岡山県岡山市中区竹田54-1	086-271-8101
よしおか医院	内・循内	森　淳	岡山県岡山市東区西大寺新地16-3	086-943-8778
十川医院	内・小	十川重次郎	岡山県岡山市東区西大寺中3-19-19	086-942-2016
薄元医院	内・胃腸	薄元亮二	岡山県津山市山北435-8	0868-22-2465
衣笠内科医院	内	衣笠信行	岡山県津山市椿高下39	0868-22-7811
おおうみクリニック	内・消内	大海庸世	岡山県津山市河辺933-3	0868-21-0033
鏡野町国民健康保険富診療所	内	寒竹一郎	岡山県苫田郡鏡野町富西谷119	0867-57-2009
医療法人こころ 勝北診療所	内・小	平井龍三	岡山県津山市杉宮14-2	0868-29-2324
渡辺医院	内・小	渡辺清一郎	岡山県岡山市南区彦崎2869-8	086-362-0363
倭文診療所	内	三谷　健	岡山県津山市里公文1674-1	0868-57-3028
平病院	内	平　資正	岡山県和気郡和気町尺所438	0869-93-1155
イマイクリニック	外・内・肛外	今井博之	岡山県倉敷市徳芳109-1	086-464-2000
伊木診療所	内・外	伊木勝道	岡山県倉敷市亀山775-1	086-429-2300
倉敷駅前診療所	外・整・リハ・漢方内	木曽昭光	岡山県倉敷市阿知2-14-8	086-441-7337
茶屋町在宅診療所	訪問診療（内・精神）	亀山有香	岡山県倉敷市茶屋町360-12	086-429-0033
天城日曜診療所	内	仙田尚人	岡山県倉敷市藤戸町天城96	086-441-2135
多田皮膚科医院	皮	多田廣祠	岡山県倉敷市新田2750-5	086-426-7548
王子脳神経外科医院	脳外	胡谷　直	岡山県倉敷市児島下の町5-2-17	086-474-0111
和楽会 野上内科医院	内・消・リハ・外	野上和加博	岡山県倉敷市児島味野6-1-10	086-473-3356
恵和会 田嶋内科	内	田嶋憲一	岡山県倉敷市児島柳田町862番地	086-474-3310
医療法人エムピーエヌ 武田病院	外	武田晴郎	岡山県倉敷市連島町西之浦352-1	086-446-4141
倉敷リバーサイド病院	循内	土井　修	岡山県倉敷市鶴の浦2-6-11	086-448-1111
白髪胃腸科内科小児科	内・小	白髪宏司	岡山県倉敷市北畝2-10-20	086-455-5472
倉敷広済クリニック	内・リウ	小橋秀廣	岡山県倉敷市東塚5丁目4番16号	086-455-5111
玉島協同病院	内	進藤　真	岡山県倉敷市玉島柏島5209-1	086-523-1234

医療施設名	診療科	医師名（敬称略）	施設所在地	電話
猪木医院	内	猪木篤弘	岡山県笠岡市十一番町1-7	0865-62-3737
福嶋医院	内・消・リハ・外	福嶋啓祐	岡山県浅口市寄島町3072	0865-54-3177
平山内科整形外科クリニック	内・整・脳外・神内	平山　東	岡山県笠岡市吉田 37-2	0865-65-1110
菅病院	内・循	溝口博喜	岡山県井原市井原町124	0866-62-2831
洗心堂 宮島医院	内・小	宮島啓人	岡山県真庭市月田6840	0867-44-2403
ほかま医院	内	外間朝夫	岡山県浅口市金光町占見新田1166－1	0865-42-6616
飛翔会 鴨方クリニック	内・胃腸・循・小	岩野英二	岡山県浅口市鴨方町深田991-1	0865-44-2602
イケヤ医院	内	池田文昭	岡山県真庭市久世2926-3	0867-42-0122
前原医院	内・外・泌・リハ	前原　進	岡山県真庭市中島392-3	0867-42-5267
哲西町診療所	内・小・放	土井浩二	岡山県新見市哲西町知3604	0867-94-9224
哲西町診療所	内・小・放	佐藤　勝	岡山県新見市哲西町知3604	0867-94-9224
哲西町診療所	内・小・放	岡　正登詩	岡山県新見市哲西町知3604	0867-94-9224
呉記念クリニック	外	栗原　毅	広島県呉市阿賀北3-4-11	0823-72-3030
近藤医院	内	近藤栄作	山口県岩国市美和町佐坂370番地1	0827-95-0070
平生クリニックセンター	外	西　健太郎	山口県熊毛郡平生町大字平生町字角浜569-12	0820-56-9760
淳心会 岩本医院	内・小・循	岩本　浩	山口県岩国市周東町下久原2480-1	0827-84-0011
安本医院	外	安本忠道	山口県大島郡周防大島町土居922	0820-73-0822
佃医院	内	佃　邦夫	山口県光市虹ヶ丘1-13-10	0833-71-0816
野見山内科医院	内	野見山正寿	山口県下松市美里町3-4-5	0833-41-2248
岐陽内科	内・消内・糖尿病内	武居道彦	山口県周南市栄町2-41-2	0834-21-0839
岩本医院	内・外・脳外	岩本直樹	山口県周南市須々万本郷356－3	0834-87-2525
杉山内科小児科医院	内	杉山知行	山口県防府市佐波1-3-10	0835-23-7104
桃崎病院	消・総合診療	桃崎和也	山口県下関市田中町1-10	083-232-2533
茜会 昭和病院	内	佐柳　進	山口県下関市汐入町35-1	083-231-3888
吉利医院	内・循	吉利用和	山口県下関市後田町1-8-17	083-222-1039
おおむら内科医院	内・胃腸	大村良介	山口県下関市長府侍町2-5-5	083-245-6789
なかはら外科医院	外・胃・整	中原泰生	山口県下関市安岡駅前1-10-27	083-258-0257
素心会 神徳内科	内・呼内・循内	神徳　済	山口県山口市下市町11-5	083-924-3780
田村医院	内	田村博子	山口県山口市葵1-4-73	083-922-7527
山口若宮病院	内	岡山　彰	山口県山口市下小鯖1522	083-927-3661
おかむら医院	内・消内・放	岡村　均	山口県山口市小郡下郷2193-2	083-973-2053
山岸内科	内	山岸　隆	山口県山口市小郡新町6-5-3	083-972-2788
多田内科呼吸器科	内・呼内	多田利彦	山口県山口市泉町8-21-1	083-934-5551
山口嘉川クリニック	内・リウ・アレ	田村　周	山口県山口市嘉川1360-3	083-988-0788
阿知須共立病院	内	作村俊浩	山口県山口市阿知須4841-1	0836-65-2200
阿知須共立病院	外	工藤明敏	山口県山口市阿知須4841-1	0836-65-2200
阿知須共立病院	内	三好正規	山口県山口市阿知須4841-1	0836-65-2200
三井外科医院	外・胃・整・肛・リハ	三井俊明	山口県宇部市昭和町4-4-16	0836-21-5111
佐藤クリニック	内・心臓内科	佐藤育男	山口県宇部市常磐町1-4-25	0836-32-7500
山本内科	内	山本　徹	山口県宇部市北琴芝2-12-12	0836-21-1580
ひらき内科	内・神内・リハ	山本浩二	山口県宇部市開1-3-3	0836-22-8808
西村内科医院	内・消内	西村公一	山口県山陽小野田市西高泊586-1	0836-84-6080
小野田赤十字病院	外	佐藤智充	山口県山陽小野田市大字小野田3700	0836-88-0221
わたぬきクリニック	内	綿貫篤志	山口県萩市東浜崎町53番地	0838-25-2020
めづき医院	外	売豆紀雅昭	山口県萩市土原370-1	0838-22-2248
市原内科皮膚科	内・皮	市原　巖	山口県萩市塩屋町21番地	0838-22-0184
天野内科胃腸科医院	内	天野秀雄	山口県長門市東深川2010-1	0837-22-2210
藤井クリニック	内・麻	藤井之正	山口県下関市豊北町滝部3146番地の2	083-782-0566
鳴見台山中クリニック	外・内	山中靜夫	長崎県長崎市鳴見台1-28-5	095-814-1171

【受容協力医師についてのご案内】

全国に1900人ほど登録しているLW受容協力医師のお名前は、協会各支部のホームページ（HP）で閲覧することができます。各支部HPへのアクセスは本部のHPからのリンクをご利用ください。**会員専用認証パスワードは「jsdd（半角小文字）」です。**紙に印刷した受容協力医師リストをご希望の方は、各支部にご連絡ください。ファクスか郵送でお送りいたします。

ご寄付ありがとうございました（敬称略）

2018年8月22日～18年11月19日にご寄付いただいた方々です。

伊東美子	10,000	堀米義孝・艶子	17,800	阪田美恵子	10,000	佐藤節子	10,000
能登谷　進	3,343	横瀬幸子	3,900	佐々木ヒサエ	2,800	匿名・埼玉県	3,000
目良ツヨ	10,000	吉田康子	3,000	下茂　繁	20,000	匿名・埼玉県	5,106
秋山　孝	1,000	黒沢侑子	1,000	鈴木　勝	3,800	匿名・東京都	20,000
宇山冨士子	3,000	本間紀夫	1,000	鍋島シズ子	6,800	匿名・東京都	55,000
鈴木道子	2,000	木下ムツミ	1,900	原　時枝	150,000	匿名・東京都	411,809
田川隆夫	3,000	青山公要・孔子	9,900	木口登美子	2,000	匿名・神奈川県	8,440
棚橋トヨ	5,000	中田貴代子	8,000	小堀瑞江	5,000	【関東甲信越支部扱い】	
青木安子	1,000	大田重子	4,000	西岡和美	2,646	稲葉八重子	10,000
梅原　明	2,000	河原和香子	17,002	黒田明美	49,422	原島光世	3,000
大野節子	5,000	森本和子	3,000	田中政次郎	6,000	成城大学馬術部OB	3,000
梶原壽恵子	10,615	市川八重子	2,294	中村かね子	4,000	匿名	5,000
原田とよ子	2,000	内田裕恵	10,460				
原　利子	5,000	小谷由紀子	2,000				
堀越恵子	12,400	笹井幸一・明子	10,000				

古平様、池田様に対し誤記載により深くお詫び申し上げます。
会報170号 古平美代子様からのご寄付10,000円を1,000円と誤記載
会報171号 池田孝一・みさ子様を池田孝一・ミドリ様と誤記載

ご寄付は、現金書留、あるいは郵便振替口座「東京00130-6-16468」をご利用ください。切手でのご寄付もお受けしています。いずれの場合も、「お名前」「会員番号」と送金の目的が「寄付」であることをお書き添えください。

出版案内　日本尊厳死協会がお勧めする必読の書。（書店では扱っておりません）

人生の最期で迷わないために 尊厳死の「不治かつ末期」

専門医が病態ごとに「不治かつ末期」を分かりやすく説明しています。あなたの「？」に答えがあります。

- **がんの末期** 人工的な栄養・水分の補給は、かえって苦しみを増す？
- **持続的植物状態** 延命措置の事前意思表示がない場合、医師や家族はどうしたら？
- **腎不全** 「余命」宣告後に、医師から透析療法を勧められたら？
- **救急医療** 日本救急医学会が示す「終末期」の判断とは？
- **認知症** 「不治かつ末期」をどう考える、延命措置は？
- **老衰** 天寿を全うする「老衰死」。平穏な死を妨げるものは何か？

自分の終末期にどのような医療を望むのか、望まないのか。医師たちは「具体的な意思表示が大切」と訴えています。

新・私が決める尊厳死 「不治かつ末期」の具体的提案
編著・発行 日本尊厳死協会　発売 中日新聞社

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―終末期医療における事前指示書―」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ました。

お書きいただく方はまだ少なく、入会者の4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3400件を超えました。その際に予告しておりました「会報のメールマガジン配信」を、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

●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.com
ホームページ
http://www.songenshi-kyokai.com/
郵便振替口座
東京00130-6-16468

●北海道支部
〒060-0807
札幌市北区北７条西２丁目６
37山京ビル801
TEL 011-736-0290
FAX 011-299-3186

●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
〒453-0832
名古屋市中村区乾出町２-７
正和ビル２階
なかむら公園前法律事務所内
TEL 052-481-6501
FAX 052-486-7389

●関西支部
〒532-0003
大阪市淀川区宮原４-１-46
新大阪北ビル702号
TEL 06-4866-6365
FAX 06-4866-6375

●中国地方支部
〒730-0024
広島市中区西平塚町２-10
TEL 082-244-2039
FAX 082-244-2048

●四国支部
〒790-0067
松山市大手町1-8-16
二宮ビル３F　B
TEL 089-993-6356
FAX 089-993-6357

●九州支部
〒810-0001
福岡市中央区天神１-16-１
毎日福岡会館５階
TEL&FAX 092-724-6008
※北陸支部は東海支部に統廃合されました

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。

リビング・ウイル
Living Will

（終末期医療における事前指示書）
（2017年７月改訂）

この指示書は、私の精神が健全な状態にある時に私自身の考えで書いたものであります。

したがって、私の精神が健全な状態にある時に私自身が破棄するか、または撤回する旨の文書を作成しない限り有効であります。

□ 私の傷病が、現代の医学では不治の状態であり、既に死が迫っていると診断された場合には、ただ単に死期を引き延ばすためだけの延命措置はお断りいたします。

□ ただしこの場合、私の苦痛を和らげるためには、麻薬などの適切な使用により十分な緩和医療を行ってください。

□ 私が回復不能な遷延性意識障害（持続的植物状態）に陥った時は生命維持措置を取りやめてください。

以上、私の要望を忠実に果たしてくださった方々に深く感謝申し上げるとともに、その方々が私の要望に従ってくださった行為一切の責任は私自身にあることを付記いたします。

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11万人の方々が「リビング・ウイル」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

協会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）制度があります。利用には諸手続きがありますので、ご希望の方は本部事務局まで連絡をお願いします。次の要領で実施しております。

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162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。なお協会ではコンビニでの振り込みをお勧めしております

今号の１枚
『赤、冴える』

Living Will 目次
— 会報2019年1月 No.172 —

02 年頭所感
04 新春対談
松尾幸郎さん
岩尾總一郎 理事長
08 死の権利協会世界連合理事に就任
09 「私の希望表明書」の書面
10 LW受容協力医師制度の展望
ルポ・明石のぞみ医師の思い
12 ●LWのひろば
14 ●連載「四季の歌」冬景色
16 ●支部活動・報告
2019冬～春
22 LW受容協力医師のリスト
24 寄付
25 メール配信登録のご案内
26 事務局から／編集後記／目次
27 終末期医療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：10万9279人
（2018年12月3日現在）

次号は、
2019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

●各界の著名人にご登場いただいている巻頭インタビュー（対談の号も）ですが、今号は松尾幸郎さん。お名前はあまり知られていませんが、「尊厳死」の活動では知る人ぞ知る方。交通事故に遭い、瞼のまばたきだけになった妻を8年にわたって介護し看取った日々は、書籍やテレビドラマにもなりました。そして今、82歳を迎え、日本から娘や孫の住むアメリカの地方都市へ移住しました。生まれ育った地から望む立山連峰にも似た山並みを望める、かの地。深く胸に滲みる対談・人生です。

さて、新年がスタートしました。平成から新しい年号の時代へ。翌年に東京五輪を控え、何かと気ぜわしさを予感させる年明けです。一方で、「終活」「死ぬ権利」「尊厳死」もいっそう広く深く話題に上り議論されることでしょう。まさに会報冒頭にある「問われる協会活動の真価」の年でもあります。ともあれ、今年もよろしくお願いいたします。

（郡司）