

# 生活



住所 ● 〒060-8711 北海道新聞生活部  
(郵便のあて先は住所不要です)  
電話 ● 011-210-5605  
ファクス ● 011-210-5607  
電子メール ● seikatsu@hokkaido-np.co.jp

今の時期、市場で「新物」と書かれた大ぶりの時サケを横目に「高いね」とつぶやくように言い、ため息をつく。  
45年前、美唄の農家出身の私は、夫以外には親戚も知人もいない釧路に住むことになった。夫の両親が経営する酒店では、サケ・マス漁の船が港を出入りする鮭鱒時期ともなれば、キャバレーな



## 時サケの味

ど繁華街の配達に行っても、街中が農村のお祭り以上にぎやかだった。両親の店も東北などから来た漁師のお客さんが多く、言葉を理解するのに難儀しながら船の入港に合わせての時間帯で営業した。全国から集結した数百隻の中型船出漁時に大勢の家族が見送る様子と、小型船、中型船の色分けした華やかさには驚いた。

毎年「出漁祝い」ののしを付けた酒を届けた漁師からは、縁起物だと最初に捕れた胴回り60センチはあろうかという銀色に輝く最高の時サケが届き、別の漁師から頂いたサケのおいしさは半世紀近くたった今も口の中に残っている感じがする。春一番に揚がった小型船の時サケを「新物だよ」と美唄に住む親きょうだいに送ったときは、「釧路の時サケはなぜこんなにおいしいの？」と驚く声を聞くのがうれしく、誇らしく思った。

2000年問題から急激に減船が進み街は寂しくなった。今は根室を拠点にした出漁も30隻余り。高価なサケを口にすることも遠慮がちに、傷物を求めて味わっている。

遠藤 恭子 (70歳・主婦)  
—釧路管内釧路町

投稿は女性だけ、600字で。郵便、ファクスは原稿用紙を使い、生活部「いずみ」係、電子メールはizumi@hokkaido-np.co.jpへ。原稿には題、住所、氏名、年齢、職業、郵便・電話番号も明記。趣旨を損なわずに加筆することがあります。原稿はお返ししません。掲載分は記事データベースに収録します。



58年、香川県生まれ。東京医科大学卒業後に大阪第2内科に入局。95年に兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業した。在宅療養支援診療所として、外来診療と24時間体制での在宅診療を行っている。著書に「胃ろうという選択、しない選択」(セブン&アイ出版)や「『平穏死』10の条件」(ブックマン社)などがある。

## 月曜インタビュー

### 胃ろうで幸せにも不幸せにも

ながお かずひろ  
医師 長尾 和宏さん

口から十分に食べられなくなった時に、胃に取り付ける胃ろう。寝たきりで意思疎通ができない状態でも生き続けることができるため、最近は「過剰な延命措置では」といった批判もある。胃ろうに関する著書がある兵庫県尼崎市の開業医、長尾和宏さん(54)は「ハッピーな胃ろうとアンハッピーな胃ろうがある」と指摘。「元気なうちに自分の生き方を考えておいて」とアドバイスする。

(文、写真・上田貴子)

「胃ろうを付けて良かった」と思えるケースとは。「楽しく生きるために付けた胃ろうです。認知症が進むと食べ物うまく食べられなくなり、体力が落ちます。そうした患者さんも胃ろうを付けることで栄養状態が改善するでしょう。口腔ケアや嚥下リハビリをしっかりとすれば、口から再び食べられるようになるケースがあります。本人や家族が笑顔になるのがハッピーなケースです」

—では、その逆は。「老衰の終末期などで、意思疎通もできなくなったり、自分の唾液さえも誤嚥してしまったりする状態での胃ろうです。もし本人が「元気なころ」胃ろうや延命措置は「いらなく」と願っていたなら、なおさらです」

胃ろう 経腸栄養法のひとつ。おなかにろう孔(ろう)という穴を開けてチューブを通して、胃に直接栄養や水分を補給する。脳血管障害や認知症で食べることが難しいケースや、神経筋疾患などのために嚥下困難なケースなどで造設する。

## 元気なうちに自分の意思決めて

「胃ろうが大変優れた人工栄養法だからです。造設も内視鏡手術で20分ほどで終わります。もちろん健康保険も適用されます」

「ただ、口から食べられなくなった患者さんが、胃ろうを造らないまま亡くなると、医師は後で家族や親戚から『延命措置をしなかった』と訴えられるのでは」と危惧します。その心配から胃ろうを勧める医師が多いのも事実です。私は勤務医時代、食べられなくなったお年寄りになぜ胃ろうを造るのか、常に疑問を感じていました」

—日本老年医学会は昨年

公表したガイドラインに、胃ろうを含む人工栄養について中止も選択肢だと盛り込みました。終末期でも胃ろうを中止するのは難しいのですか。「私はこの10年間に十数件の中止を経験しました。いづれも老衰や認知症終末期の患者さんの家族から相談を受けています。ある患者さんの場合、栄養剤の注入量を少しずつ減らしながら、本人の好きなアイスクリームや果物を少しは食べてもいらえました。1カ月ほどで旅立たれましたが、家族は『家で最期を迎え、食べることもできて本当に良かった』とおっしゃっていました」

「昨年のある調査では、2割の医師が胃ろうなどの人工栄養法の中止を経験している

そうです。ただ、中止はすなわち死を意味するので、医師は戸惑いを感じるでしょう。中止すれば『殺人容疑で逮捕されるかもしれない』という懸念もあります。ガイドラインだけでは不十分です」

—自分の最期を医師だけに任せるわけにはいかないですね。自分が望む最期を迎えるには、何が必要でしょう。「元気なうちに自分の生き方を考え、命の遺言書ともいえるリビングウィルを表明しておくのです。私は日本尊厳死協会の『尊厳死の宣誓書』に署名しておくことを勧めています。不治の状態になった時に延命措置を断ることなどが書かれています。悔いの無い最期につなげましょう」

## きょうの1品

坂下 美樹

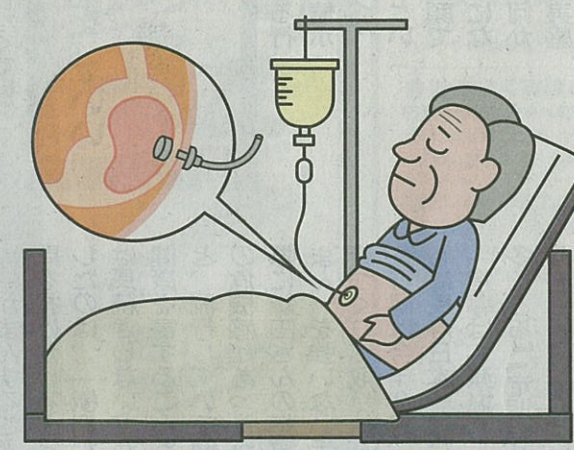
新ショウガと豚肉の当座煮  
(1人分359kcal、塩分1.9g)

たっぷりのショウガとみそのコクと甘味が効いてご飯がすすむ味です。

◇材料(2人分) 豚ロース薄切り200g、新ショウガ100g、サヤインゲン7~8本、酒、しょうゆ、みそ、かたくり粉、ごま油、塩、コショウ

◇作り方 ①豚肉は細切りにして、酒大さじ1、しょうゆ小さじ2、ご

ま油小さじ2、かたくり粉小さじ1、コショウ少々で下味をつけておく。  
②ショウガは千切り、サヤインゲンは筋をとって斜め切りにする。  
③フライパンにごま油大さじ1を熱し、①の豚肉をほぐすように炒める。ショウガ、サヤインゲンを加えて炒めて、みそ大さじ1、酒大さじ1、水大さじ2を加えて汁気がほぼなくなるまで煮て、塩、コショウで味を調える。



## 胃ろうについて意見募集

生活部では秋に胃ろうについて特集します。胃ろうを付けた患者や家族、医師から胃ろうの造設を勧められたが断ったという方の感想を募集します。在宅か施設かは問いません。医師の方もご意見をお寄せください。

住所、氏名、年齢、電話番号を書き添え、郵便、ファクス、電子メールで北海道新聞生活部へ。