



自分の意思を元気なうちに書き残す。それがリビングウイルです。

NPO法人「粹と縁」は11月16日、荒川区南千住の「縁処 三ノ輪新開地」（ジョイフル三ノ輪商店街内）で第3回尊厳死講座「人生の最期を考える」を開きました。講師としてお招きしたのは、公益財団法人「日本尊厳死協会」関東甲信越支部理事の常藤弘子さん（64）。10人余の参加者が熱心に耳を傾けました。

講演の一番の趣旨は「リビング・ウイル（終末期医療やケアについての意思表示書）を書いて、それを家族に知らせましょう」というお話でした。それは自分の人生の閉じ方をきちんと自分で決めること。書いておかなければ、最後にどのような治療をしてほしいのか、ほしくないのか、家族にも分かりません。日本の場合、「延命治療はしないでください」と自分から言わないと、医師はどんどん治療を進めてしまいます。「病気は治しましょう」というのが多くの医師の考え方なので、「体に負担になって治療を続けがちだ」と常藤さんは言います。「自分の意思を文章で残しておかないと、お医者さんは治療を止めません」。「癌の場合だと意識がはっきりしているうちに、自分で治療方法も決められます。でも脳梗塞などで急に倒れる、交通事故で倒

れる、それで運ばれた先の病院で、家族は『延命治療はどうしますか』と聞かれて、あたふたしてしまうことが多い」と常藤さんは言います。その場合でも、前もって「過度な延命はしないでほしい」という文章が残されていたら、家族はお医者さんに「本人はこう思っています」と用紙なりカードなりを見せることができる。それがリビング・ウイルを書き残す意義なのだと言います。常藤さんは強調しました。

尊厳死協会が発行している機関紙「Living Will」の最後のページには、「リビング・ウイルの勧め」として、「人生最終段階における事前指示書」が載っています。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」と記しています。また協会のホームページには「私の希望表明書」の見本が置かれ、ダウンロードできるようになっています。リビング・ウイルは、自分のことは自分で決める自己決定権に基づいていること、だから考え方が変わったらずぐに撤回できること、救命救急を拒むものではないことなどが説明されています。その趣旨には秋吉久美子さん、毒蝮三太夫さん、石沢浩二さんら多くの著名人も賛同しています。

もうひとつ、常藤さんが強調したのは、自分の意思を尊重してくれるお医者さん選びの大切さでした。「今は健康でも、リビング・ウイルをかかりつけのお医者さんに伝えておくことはとても大事です」。

リビング・ウイル受容協力医師、すなわちリビング・ウイルのことを分かっている医師や病院のリストを、協会のホームページから閲覧することができます。全国に2000人以上が登録しているそうです。麻酔薬などを上手に使用して痛みを取ってくれる医師を選ぶのは、人生最後のQOL（生活の質）を考えるうえでとても大切です。「痛いのは絶対に嫌ですよね。訪問のお医者さんの中には上手に痛みを取る麻酔薬を使える人も増えています。だから皆さん、口コミはよく聞いておいてください。病院選びは元気なうちに。最期はここで、という病院を見つけておきましょう」と常藤さんは力を込めました。

「死」のことを話題にすると、多くの場合「縁起でもない」という言葉が返ってきます。でも、だれもがいつか必ず死ぬ。そのときに後悔しないように、リビング・ウイルを書き残しておくことが、自分のため、そして家族のためになることがよく分かった講演でした。「粹と縁」ではこのような講演会を定期的に行き、尊厳死について考えていきたいと思います。