

尊厳死 かごしま

第 26 号

発行 日本尊厳死協会 かごしま
 事務局 〒892-0822 鹿児島市泉町1-15
 「公益財団法人慈愛会 事務局」内
 TEL 099-223-1131 FAX 099-223-2444
 URL <http://www5f.biglobe.ne.jp/~osame/sonngen/index-s.html>

熱気と感動に包まれたフォーラム開催

—日野原重明先生100歳・納光弘先生70歳記念講演—

日本尊厳死協会かごしま 副会長 松下敏夫

2012年2月25日（土）午後、鹿児島市民文化ホールで、「新老人の会」鹿児島支部が主催し、日本尊厳死協会かごしまなどが後援団体となって、第5回「新老人の会」鹿児島支部フォーラムが開催されました。会は、日野原重明先生の人気を反映して入場券は早くから完売となり、当日は2,000席の会場が瞬間に埋まって立見席まで出る状態でした。

フォーラムは、開会前から熱い熱気に包まれ、先ず、「新老人の会」鹿児島支部世話人代表の鹿島友義先生が開会挨拶を行い、次いで、「新老人の会」本部事務局長の石清水由紀子さんが「新老人の会」の設立からこれまでの運動について紹介しました。

フォーラムでは、第1部として納光弘先生（公益財団法人慈愛会会長・日本尊厳死協会かごしま会長）の講演があり、第2部として日野原重明先生（聖路加国際病院理事長・「新老人の会」会長）の講演、第3部として100歳記念ミニコンサートが行われました。

■納光弘先生■

『私の夢追い人生—70歳の節目にあたって—』

納先生の講演では、公益財団法人慈愛会理事長の今村英仁先生を座長にして、多数の素晴らしいパワーポイント・スライドを駆使して約40分間、熱っぽく語られました。

先生は、先ず、5年前の市民公開講座の折に日野原先生に「5年後には先生が100歳、私も70歳になりますが、出来ればその折に是非、鹿児島で一緒に講演をしましょう申し上げたところ、先生が約束して下さり、今日実現できて大変嬉しく思います。」と述べられました。

<自己紹介、素晴らしい人々との出会い>

先生は、先ず、自己紹介を兼ねて、これまでの先生のさまざまな「夢追い人生」の歩みから、忘れられない人々との出会いや印象に残ったことなど、こどもも紹介されました。



例えば、ご自身の原点ともいえると語られた九大の学生時代に自転車で単独日本縦断無銭旅行して経験した様々な困難の中でも人生を前向きに生きることの大切さを実感したこと、また、旅の行く先々での温かい人々との出会いに感動したことなど。

レジデント研修時代には、聖路加国際病院で「雲の上のような人で素晴らしく輝いて生きておられる日野原先生」と運命的な出会いがあり、このことがその後の納先生の人生を変え、医師として、人としての生き方の道標になっていると述べられました。

次いで、先生の人生で最大の出会いであった鹿大第三内科での恩師井形昭弘先生との出会いで「井形イズムの信奉者」になられたことに触れられ、「納君、医学の進歩に期待しながら、いつの日か治る日の来るのを夢見ている患者さん達のために頑張ってください」と励まされ、HAMなど神経難病の研究や診療・教育活動に尽力され、数々の世界的な発見や成果を上げられたこと、さらに家族4人で過ごされたメイヨークリニック留学時代の生活での「夢追い人生」の歩みの思い出などについても種々紹介されました。

<過労入院、そして生活の見直しと趣味の日本画の制作>

鹿大の病院長時代には、激務・過労から痛風発作などの病に倒れて4か月の入院生活を余儀なくされましたが、これを契機に、仕事の方は絶対に手を抜

かないが、周囲のことに目を向けるだけでなく、自分自身の健康にも留意した生き方を始めることの大切さに気づき、痛風などのご自身の「生活習慣病」を克服され、昔から描きたかった絵の道にも少し時間を割こうと思うようになったと述懐されました。

そして、奥様のご理解で購入された高価な「天然岩絵の具」を用いた日本画の制作は、趣味の域を超え、日展や日展日本画春季展などに入選、MBC桜島展大賞、その他多数の受賞を果たされ、「美術年鑑」にも現代日本画家の一人として紹介された由で、それらの強烈な印象を残す素晴らしい絵画の一端を、見事なスライドで紹介していただきました。

<健やかに生き、安らかに死ぬ—尊厳死—>

最後に、先生は、日本尊厳死協会の趣旨・活動について触れられ、ヒトは必ず死ぬ、健やかに生き、安らかに死ぬために、尊厳死を理解して、会に入会して運動に加わるよう呼びかけられ、感動的な講演を締めくくられました。

なお、先生の多彩な活動ぶりに関しては、豊富な内容を収載しておられる先生のホームページを是非ご参照ください。

■日野原重明先生■

『長寿の秘訣—100歳をどう生きてきたか—』

日野原先生の講演は、井形昭弘先生（名古屋学芸大学学長・日本尊厳死協会理事長）を座長にして行われました。先生はとても100歳とは思われない元気なお姿で、終始壇上を右に左に移動して会場の聴衆と対話をされながらユーモアを交えて語られ、予定時間を超える1時間余りの熱演でした。

講演内容は、ご自身のさまざまな体験や食生活など日常のライフスタイル、「新老人の会」の趣旨や活動、子供や若い人などへのメッセージなど多岐にわたりましたが、その詳細を紹介することはとても出来ませんので、特に私の印象に残った若干の事柄について紹介したいと思います。

<健康長寿の心得>

まず、先生が「健康長寿の心得」として推奨されていることは、「60歳から：人生の後半開始、腹八分、筋力をつける。70歳から：新しいことを創める、腹七分。80歳から：よく歩き、若い者に好んで接する。90歳から：心の赴くままに行動し、道理に違わず。100歳から：よい友達をもち、あるがままに生きる。」だそうです。

<人生の生き甲斐、行動力のエネルギー源>

先生が力説しておられる、人生は生き甲斐、生き

甲斐で大切な3カ条は、①愛すること、②挑戦すること、新しいことを創めること、③耐えることで、人生では遅すぎることはない、何でもポジティブに考え、好奇心を持って新しいことを創めるのに遅すぎることはないと述べられました。

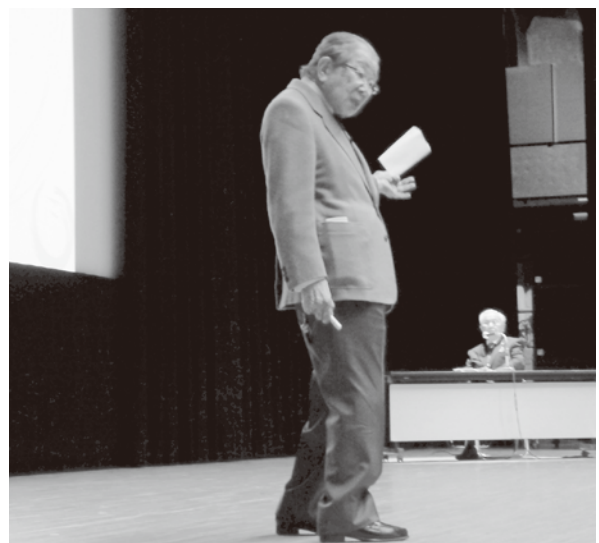
そして、人間の行動力のエネルギー源は、①ある事件に会い目が覚める（目からうろこ）、②あるモデルに会う（生き方を学ぶ）、③環境が変わる→新しい発見が起こる（転勤、海外出張、定年で故郷に帰る）と指摘され、大切なのはモデル・目標を持つこと、生き方のモデル、あのような人間・老人になりたいと思うモデルを見つけて模倣すること、学ぶことであると諭されました。

また、「人間には2万2千個の遺伝子があるが、その中で誰もが持っているが眠っている素晴らしい遺伝子を目覚めさせ育てること、そのためには良い環境が大切で、環境を良くすることが重要です」と。

<「新老人の会」の活動>

先生が提唱して設立された「新老人の会」は、「①愛すること（To love）、②創めること（To commence）、③耐えること（To endure）」の三つのスローガンと、「子どもたちにいのちと平和の大切さを伝えること」というひとつの使命を掲げ、「新老人運動」として様々な活動を行っておられる由です。

例えば、先生は、講演活動で全国各地のみならずアメリカ・ブラジルなど海外にも多数出掛けられ、また、いのちの尊さや平和の大切さを子供たちの心に沁みこむように話をして伝えることは大切だと考えられ、10日に1回は各地の小学校を回って「いのちの授業」をしておられ、超多忙なスケジュールにも拘らず、「忙しいことは苦痛ではなく、活動することが楽しい」と述べておられました。



<先生の今後のこと>

ご自身の今後のことについては、「100歳はゴールではなく始まりで、むしろこれからが助走です。そのためには、今まで出来ないと言っていたことを実行に移す勇気を持つことが大切です。哲学者のプラトンは、人間には、英知、正直、自制心、そして勇気という4つの徳があると言っている。新しいことを創めるには勇気が必要。今のところ私は110歳までは行けるのではないかと思うので、2010年から2020年までのスケジュール帳を書いている。どうしても大切だからやろうという行事をスケジュール帳に書いておく。書いておくことはコミットメントということ、『予定』ではなく神様との『約束』だと思うので、前向きに歩き続けて長生きしなければならぬと思う。」と。

先生がこれから行きたいことは沢山あるそうです

が、98歳になって創められた俳句制作（「俳句療学会」もある）や、子供たちにいのちや平和の大切さを伝える教育をしたい、また、アメリカやカナダの大学の教育に負けないように日本の医学や看護の教育を革新するために大学もつくりたい……等々。

先生のお話は、人間の生き方・生き甲斐に関する珠玉のような教訓が満載で、大変感動的で教えられことの多い講演でした。

日野原先生の100歳を記念したミニコンサートでは、最後に先生の作詞・作曲・指揮による「新老人の歌」を声高らかに全員合唱して、熱気と感動に包まれた会の幕を閉じました。

なお、フォーラムの内容は、DVDに収録・頒布されていますので、関心のある方は「新老人の会」鹿児島支部事務局（電話：099-261-8948）へお問い合わせください（送料込：2,500円）。

健康・終末、私の願い

(2011年12月6日・グランガーデン鹿児島・出前講座)

日本尊厳死協会かごしま 名誉会長 内 山 裕

鹿児島市鴨池にある介護付きシニアマンション「グランガーデン鹿児島」からの依頼に応じて、出前講座としての講話を行った。出席者は50名・講話時間は90分で、熱心に話しを聴いて貰った。講話の内容を項目ごとに、以下簡単に整理して記載しておくが、供したスライドについては「尊厳死協会かごしま」のホームページを参照していただきたい。

- 1、日本人の死亡原因について、30%が癌で、16%が心臓病で、11%が脳卒中であることに触れ、いずれも生活習慣病であることを力説した。
- 2、禁煙に触れ、食生活の善し悪しが重要であること、更に塩分・腹八分目・咀嚼と箸置きなど具体的な生活習慣を説いた。亦現在、病人が増えているという考えよりも、増えているのは加齢に伴う障害であるという視点が大事ではないかとも話した。
- 3、老化という現象について話し、「天寿癌」という視点についても触れた。
また、「きんさん・ぎんさん」「日野原先生の健康管理」などを題材に供した。
- 4、認知症についても病状の概略と、気づきのポイントと、好ましい介助の特性について話し、認知症への理解を求めた。
- 5、延命治療が医療現場では日常的に行われており、安らかに終幕を迎えたいという多くの人の願いが叶えられない現実を、胃瘻などの症例をあげて説明した。
- 6、東海大学病院事件などを報告し、安楽死と尊厳死の違いを説いて、リビング・ウィルの内容について説明した。
- 7、自己決定権の尊重は、医療の基本であることに関連して、エホバの証人信者の輸血事件に係わる最高裁の判決についても触れた。
- 8、終末期医療のあり方について、リビング・ウィルの必要性、逝く者と看取る者との息のあった共同作業の必要性、「する」医療から「いる」医療への切り替えの必要性などを話した。
- 9、長寿を目指す医療から、天寿を全うする医療へと、変わるべきではないかと考えていると話し、人間とは、「からだ」と「こころ」と「たましい」とから成る大自然の一部であり、「たましい」=「いのち」は永遠に生き続けると説いた。
- 10、いずれその時が来たら、身辺整理を終え、自分が生きた人生をそれなりに納得し、最後は家族友人・とりわけパートナーに感謝しながら、お別れをしたいと願っていると話して結びとした。

「健康・終末・私の願い」のお話を聴いて

グランガーデン鹿児島 介護サービス部
看護師 岩 切 ひとみ

介護付有料老人ホームのシニアマンションにお住まいの方々に「健康・終末・私の願い」というテーマで内山先生に講演をして頂きました。48名の方が出席されました。

当施設は11月で開業5周年を迎えました。この間、「死の準備教育」をテーマとした講演会をいつご案内するか随分と迷っていました。というのは、「死」がタブー視されているのではないかという不安があったからです。ところが昨今のエンディングノートブームで、「私もエンディングノートを作りたいと思っています」とお話しされる方々がいらっしゃる事がわかり、講演をお願いした次第です。講演の翌日には、尊厳死協会への申し込み用紙を取りに来られる方や、「とってもいいお話だった」と聞きました」と資料を取りに来られた方も多数いらっしゃいました。お一人の女性は「大正14年、同い年だったから行って見たわ、とても良かったわ、後半のお話をも

っとゆっくり聞きたかったわ」と仰っていました。このように、お住まいの方々の「尊厳死」に対する関心の高さが伺え、安心しました。

先生が、人間らしく死ぬという事は「自然死、尊厳死を選択すること」とお話しされました。幸いに当施設は往診医の協力を頂き、これまでに12名の方に施設での看取りをさせて頂きました。このような穏やかな看取りを可能にするためには、ご本人の意志、ご家族の同意、医療従事者、介護者等、その方に関わる全ての人の連携が不可欠です。先生のように、謙虚に誠実に、お一人お一人の「達成感」「感謝」「諦念」のお気持ちをサポートさせて頂きたいと思えます。講演の後に、先生と直接お話しさせて頂く貴重な時間を頂きました。先生の奥様への感謝の気持ちをお聞きし、一番身近な人への感謝、愛情がなによりも大切であるとうことも改めて気付いた一日でした。ありがとうございました。

第24年度総会・公開講演会のご案内

と き： 平成24年4月21日(土) 午後2時～4時(開場1時30分)

と ころ： 鹿児島県歴史資料センター 黎明館「講堂」

鹿児島市城山町7-2 (TEL 099-222-5100)

演 題： 『限りある生をいかに生きるか』

講 師： 納 光 弘 先生(日本尊厳死協会かごしま 会長) ●入場無料●

第24回尊厳死かごしま公開懇話会のご案内

と き： 平成24年10月6日(土) 午後2時～4時

と ころ： かごしま市民福祉プラザ 5F会議室

演 題： 『生きかた上手・死にかた上手－米寿を生きて－』

講 師： 内 山 裕 先生(日本尊厳死協会かごしま 名誉会長)

●入場無料●

編集後記

「新老人の会」を後援し、資料を準備しましたが会場でのシルバーパワーに圧倒、また団結の力を見せつけられました。日野原先生や井形先生(日本尊厳死協会理事長)のお話しや元気なお姿に参加者は満足された様子でした。

東日本大震災は1年過ぎ、復興の兆しが少しずつ見えるようです。どのような災いがいつ出現するか予想もつかないなか、私たちはいろいろな備えが必要ではないでしょうか。

4月の総会・公開講演会には、またお誘いあわせの上、ご参加ください。

(A.M.)