

ふるさと

天の故郷を めざ 目指して

内容

第一部 「天の故郷への旅立ちノート」

「旅立ちノート」記入用紙

全体の解説

- 付 録
1. 緊急時の連絡先
 2. 考えを整理するために
 3. 聖書の言葉

第二部 「わたしのリビングウイル」

はじめに

キリスト者として「リビングウイル」を残す意味

補 足

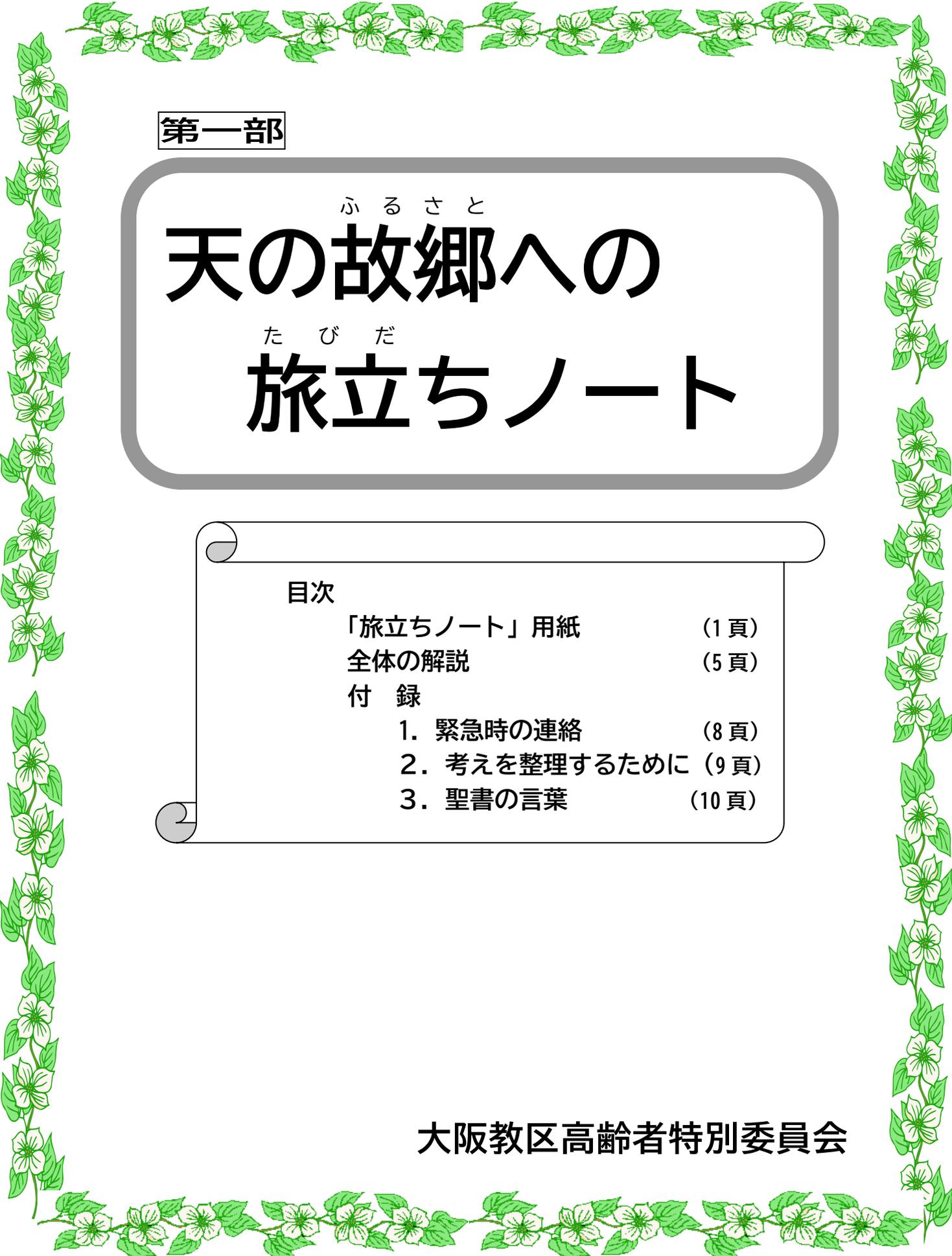
記入様式

医療機関などに提出する際の参考資料

用語の説明

高齢に伴う諸問題に向けて

大阪教区高齢者特別委員会



第一部

ふるさと
天の故郷への
たびだ
旅立ちノート

目次

「旅立ちノート」用紙	(1頁)
全体の解説	(5頁)
付録	
1. 緊急時の連絡	(8頁)
2. 考えを整理するために	(9頁)
3. 聖書の言葉	(10頁)

大阪教区高齢者特別委員会

第一部

「天の故郷ふるさとの旅立ちノート」

(年 月 日作成)

(年 月 日変更)

わたしが神のみ許に召された時には、キリスト教式で
葬儀をしていただくことを希望いたします。

1. 私のこと（氏名・生年月日・現住所・電話番号）

2. 今日迄の歩み（出生・学校・職業・結婚・社会活動など）

3. 家族・親戚などのこと（教会からの連絡先）

（氏名・続柄・住所・電話番号）

4. 教会籍のこと

所属教会名・牧師名

電話番号・所在地

5. 信仰生活の歩み

受洗もしくは信仰告白の年月日

受洗した時の教会名

牧師名

受洗の動機

出席した教会名

これまでの教会での奉仕内容

参加しているキリスト教の関係団体

6. 信仰のこと

愛誦聖句

愛唱讚美歌

牧師・教会員に伝えたい言葉

私の祈りと願い

(教会報などに載った記事などを添付)

7. 葬儀に関する希望

葬 儀

葬儀内容 キリスト教式 (家族の同意：有・無・未定)

式 場

司式者名

葬儀のあり方： 伝道集会のようにしてほしい

質素にしてほしい

その他 ()

列席者の範囲：家族・親族・教会員・友人・近隣の人・職場の人・

ボランティア関係者・その他()

埋 葬

家の墓地

教会の墓地

散骨

その他

その他、葬儀への希望 (御花料のこと、前夜式、葬儀式のことなど)

その他の希望：

献体をしています(登録機関名：)

献体を希望します

献体は希望しません

『天の故郷への旅立ちノート』（解説）

死は人生の終わりではなく、御国への希望の旅立ちです。その日のことを見つめ、希望と信仰を持って歩むことができるのは、わたしたちキリストを信じる者の特権です。

このノートは、わたしたち教会員が教会としっかりとつながることを目的としたものです。したがって、いわゆるエンディングノートではありません。

市販のエンディングノート ⇒ 個人的な準備のためのもの

天の故郷への旅立ちノート ⇒ 教会としての交わりのために

両者は深く関わりますが、本来は別のものであります。

旅立ちノートは一回作成すればそれでよいのではなく、更新し続ける必要があります。このノートを毎年（定期的に）作成し、牧師（教会）に届けることによって、つながりを深め、兄弟姉妹としての交わりが深められるでしょう。

☆教会（信仰者の交わり）の大切さ

誰もが死を迎えます。と同時に、老いをも迎えます。高齢化社会であることはまことに幸いなことです。90歳、あるいは100歳を越えてなおお元気な方が増えているということは素晴らしいことですが、同時にそれは、人生の先輩たちが今まで経験したことの無い老いを誰もが体験していくことでもあります。死の日の迎え方だけでなく、その前にある老いの迎え方が必要になってきています。

わたしたちは、どのような事態になっても、どのような時であっても主イエス・キリストを信じ、罪の赦しを信じ、復活の希望を持ってその時を迎え、また越えていきます。さらに、わたしたちの死を通して主イエス・キリストへの信仰に生きる素晴らしさを証するという役割も与えられています。

老いることは幸いなことですが、体力・気力の衰えだけでなく、今まで親しく交わっていた方々と連絡を取り合うことも難しくなってきます。双方がたとえお元気であっても、間に立つ方がいてくださらなければ連絡を取りあうこともできません。手紙を書くことも、投函することも、あるいは電話を掛けることすら

困難になってきます。ことに長い時間を共に生きてこられたお連れ合いを先に送ることはさびしいことです。

その時に真に必要なのは、信仰の交わりです。同じ教会につながっている、というだけで、今までふれることもなかった方々であっても、あるいは年齢が離れている方々とも、同じ主イエス・キリストとつながっており、そこには兄弟姉妹としての交わりが約束されているからです。

日本人に根強くある、「他人に迷惑をかけたくない」という意識を変えなければならぬ、と考えています。喜んで迷惑をかけあいましょう、それでこそ、兄弟姉妹です。

☆いざという時

残されたご家族や、親しい方へのお願い：まず教会にご連絡をしてください。離れたところにいる教会員が亡くなり、教会の知らないままに葬儀が行われ、埋葬されていた、それもほとんどの場合が他宗教でなされた、という悲しみと悔しさを今まで多くの教会が体験しています。たとえ教会員の死を葬儀の前に知ったとしても、葬儀は家族葬で行うからと、婉曲に出席を断られるケースまで出てきています。

残されたご家族が教会員ではなく、教会員との親しい交わりがない、また教会の葬儀になじみがない場合、仏式や神式なら何とかイメージできるが、教会式ではどうしていいのかまったく分からない、という理由で、葬儀社の言いなりになってしまうことも十分に考えられるからです。

このノートが主張したいことは、何よりも教会とのつながりを持つことの大切さです。

入院、怪我、転居その他の変化は、その都度、教会にお知らせすることが大切です。

☆教会への提言

どの教会にも、名簿の中でだけ存じ上げている会員がおられます（不在会員や別帳会員もおられ、小児洗礼を受けられたが、その後信仰告白をする機会もなく、年齢だけ老年になった方もおられるかもしれませんが、ここではふれません）。ご病気やご高齢のため、教会から足が遠のいておられる方をお訪ねしましょう。

お手紙を差し上げることはどの教会でもしているでしょうが、できれば定期的に訪問し、その折に聖餐式を共にすることができれば幸いです。訪問することも、個人的なものにとどめないで、教会の大切な一員としてお訪ねすることを年間行事や教会組織の中に組み入れていくべきです。個人的な訪問も大切ですし、嬉しいのですが、訪問を受ける方は大きな負担を感じてしまいます。「これは教会のわざとして、また〇〇会として、日ごろは教会においでになれない方を訪問するものです」ということを何度でも、訪問の度に表明することが必要です。また、クリスマスやイースターといった大切な日に合わせて、「教会員は全員聖餐にあずかりましょう」といったキャンペーンを行い、役員や教会員が手分けして牧師と共に訪ねる、ということも大切なことです。

このようなつながりがあってこそ、いざという時、教会に連絡が入り、教会で葬式をとということが自然に受け入れられるようになります。

礼拝堂の中に、「お身体が不自由ななった方、お年を召した方でも、心おきなく礼拝が守れるようなスペースの設置を」と、呼びかけたい。

☆その他

①葬儀について、

いわゆる家族葬のこと、教会でも家族葬はできます。

②各自治体が一人暮らしの高齢者に用意しているボトルを冷蔵庫に入れておくこと。ただし、民生委員を通しての配布なので、一般には知られていません。

③いざというときにどうするか、延命措置のこと、胃ろう、中心静脈点滴による栄養補給、気管切開、そして人工呼吸器もしくはそれに近い器具を用いることの是非、等については日ごろから考えておくことが大切です。

付録 1. 緊急時の連絡先

《ご本人からご家族へのお知らせの文書です》

わたしが神の御元に召される時には、ただちに教会に連絡してください。
その後のことは牧師先生と相談してください。

教会の連絡先

教会名	電話番号	所在地

牧師の連絡先

牧師名	電話番号	携帯電話番号

親しい人あるいは教会役員の連絡先（氏名・間柄・電話番号）

かかりつけの病院（主治医）の連絡先

病院名	主治医名	電話番号	所在地
その他（連絡しておきたいこと）			

（冷蔵庫などに張り付けておくことをお勧めします）

付録 2. 考えを整理するために（リビングウイルとの関連について）

この第一部「天の故郷への旅立ちノート」と深く関連するのが、「リビングウイル（日本語では「生前の意思表示などと訳されています）」です。

もし、重い病気にかかり、自らの意思を家族等や医療従事者等に、わたしたちの意思を伝えられなくなった時、「どうしてほしいのか」、また反対に「どうしてほしくないか」をあらかじめ記載した文書のことです。

しかし、両者は一つの事柄の表と裏のような関係で、互いに補い合うべきものです。2017年に発行した本書の「第三版」では、一冊にまとめておりましたが、今回、「リビングウイル」は本冊子とは分けて「第二部」として発行することにいたしました。

そこで、大阪教区ホームページの「高齢者特別委員会」コーナーにどちらも掲載し、それぞれダウンロードできるようにいたしました。ぜひご活用ください。

付録3 聖書【新共同訳】の言葉

何かの参考に記します。(順不同)

新約聖書

フィリピの信徒への手紙1章21節

²¹ わたしにとって、生きることはキリストであり、死ぬことは利益なのです。

フィリピの信徒への手紙3章20～21節

²⁰ しかし、わたしたちの本国は天にあります。そこから主イエス・キリストが救い主として来られるのを、わたしたちは待っています。²¹ キリストは、万物を支配下に置くことさえできる力によって、わたしたちの卑しい体を、御自分の栄光ある体と同じ形に変えてくださるのです。

ヨハネによる福音書3章16～17節

¹⁶ 神は、その独り子をお与えになったほどに、世を愛された。独り子を信じる者が一人も滅びないで、永遠の命を得るためである。¹⁷ 神が御子を世に遣わされたのは、世を裁くためではなく、御子によって世が救われるためである。

ヨハネによる福音書5章24節

²⁴ はっきり言っておく。わたしの言葉を聞いて、わたしをお遣わしになった方を信じる者は永遠の命を得、また、裁かれることなく、死から命へと移っている。

ヨハネによる福音書 11章25節

²⁵ イエスは言われた。「わたしは復活であり、命である。わたしを信じる者は、死んでも生きる。

ヘブライ人への手紙11章13～16節

¹³ この人たちは皆、信仰を抱いて死にました。約束されたものを手に入れませんでした、はるかにそれを見て喜びの声をあげ、自分たちが地上ではよそ者であり、仮住まいの者であることを公に言い表したのです。¹⁴ このように言う人たちは、自分が故郷を探し求めていることを明らかに表しているのです。¹⁵ もし出て来た土地のことを思っていたのなら、戻るのに良い機会もあったかもしれません。¹⁶ ところが実際は、彼らは更にまさった故郷、すなわち天の故郷を熱望していたのです。だから、神は彼らの神と呼ばれることを恥となさしません。神は、彼らのために都を準備されていたからです。

ヨハネの黙示録14章13節

¹³ また、わたしは天からこう告げる声を聞いた。「書き記せ。『今から後、主に結ばれて死ぬ人は幸いである』と。」「霊」も言う。「然り。彼らは労苦を解かれて、安らぎを得る。その行いが報われるからである。

旧約聖書

創世記28章15節

¹⁵ 見よ、わたしはあなたと共にいる。あなたがどこへ行っても、わたしはあなたを守り、必ずこの土地に連れ帰る。わたしは、あなたに約束したことを果たすまで決して見捨てない。

詩編23編 【賛歌。ダビデの詩。】

- ¹ 主は羊飼ひ、わたしには何も欠けることがない。
- ² 主はわたしを青草の原に休ませ
憩いの水のほとりに伴ひ
- ³ 魂を生き返らせてくださる。
主は御名にふさわしく
わたしを正しい道に導かれる。
- ⁴ 死の陰の谷を行くときも
わたしは災いを恐れない。
あなたがわたしと共にいてくださる。
あなたの鞭、あなたの杖
それがわたしを力づける。
- ⁵ わたしを苦しめる者を前にしても
あなたはわたしに食卓を整えてくださる。
わたしの頭に香油を注ぎ
わたしの杯を溢れさせてくださる。
- ⁶ 命のある限り
恵みと慈しみはいつもわたしを追う。
主の家にわたしは帰り
生涯、そこにとどまるであろう。

イザヤ書43章1～4節

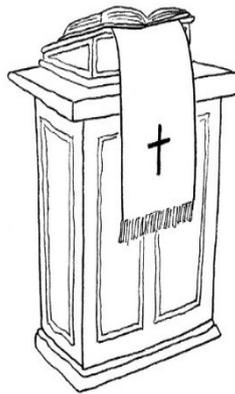
- ¹ ヤコブよ、あなたを創造された主は
イスラエルよ、あなたを造られた主は 今、こう言われる。
恐れるな、わたしはあなたを贖う。あなたはわたしのもの。わたしはあなたの名を呼ぶ。
- ² 水の中を通るときも、わたしはあなたと共にいる。
大河の中を通っても、あなたは押し流されない。火の中を歩いても、焼かれず
炎はあなたに燃えつかない。
- ³ わたしは主、あなたの神 イスラエルの聖なる神、あなたの救い主。
わたしはエジプトをあなたの身代金とし クシュとセバをあなたの代償とする。
- ⁴ わたしの目にあなたは価高く、貴く わたしはあなたを愛し
あなたの身代わりとして人を与え 国々をあなたの魂の代わりとする。

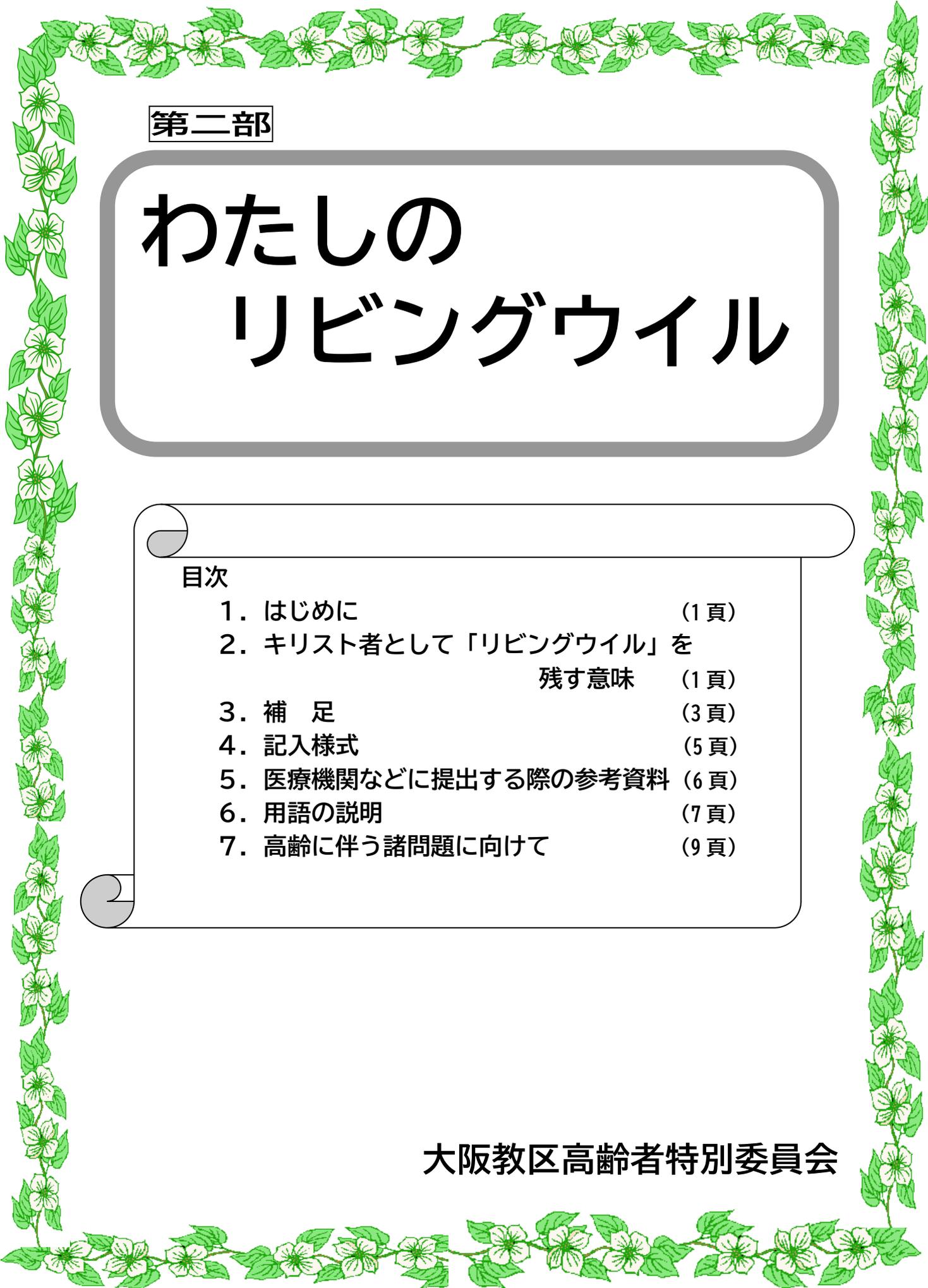
ゼカリヤ書14章7節

- ⁷ しかし、ただひとつの日が来る。その日は、主にのみ知られている。
そのときは昼もなければ、夜もなく タベになっても光がある。

【D. ボンハッファー】の言葉

これが最期です。(しかし)わたしにとっては命の始まりです」





第二部

わたしの リビングウイル

目次

- | | |
|-------------------------------|------|
| 1. はじめに | (1頁) |
| 2. キリスト者として「リビングウイル」を
残す意味 | (1頁) |
| 3. 補 足 | (3頁) |
| 4. 記入様式 | (5頁) |
| 5. 医療機関などに提出する際の参考資料 | (6頁) |
| 6. 用語の説明 | (7頁) |
| 7. 高齢に伴う諸問題に向けて | (9頁) |

大阪教区高齢者特別委員会

第二部

「わたしのリビングウイル

(人生の最終段階におけるわたしの希望)」

1. はじめに

大阪教区高齢者特別委員会は、2017年「天の故郷への旅立ちノート」(以下「旅立ちノート」とします)に第三版を発行しましたが、その際に公開講座や勉強会で学んできたことをもとに、「旅立ちノート」の後半に、「リビングウイル(人生の最終段階におけるわたしの希望)」(以下「リビングウイル」とします)を作成し、公開してきました。

この度、第五版として新たに「天の故郷を目指して」という表題のもとで、第一部「天の故郷への旅立ちノート」と、第二部「わたしのリビングウイル」に分け、なるべくわかりやすい文章にして改訂することにしました。

皆様に記入していただく記入様式「わたしのリビングウイル(人生の最終段階におけるわたしの希望)」(5頁)についても、一部変更しました。

2. キリスト者として、「リビングウイル」を残す意味

既に公開した「旅立ちノート」は、人生の終わりを意識して、あるいはその時を迎えて、看取りと葬儀、葬儀の準備、また納骨などのことについてまとめました。前もって教会と連絡をとっておいて下さると、教会は安心してお手伝いできます。この点を重視して、今後も「旅立ちノート」(1~4頁)を記入していただきたいと願っています。

けれども、教会は最期の時だけを担うのではありません。教会は皆様と(できればご家族も)一緒に「天に希望を繋ぎながら、安心して今を生きる」人生全般の様々な課題とお気持ちに耳を傾け、祈りつつ、共に歩みたいと願っています。

そのために役立てていただきたいのが、『わたしのリビングウイル(人生の最終段階におけるわたしの希望)』です。

「リビングウイル」を記入することによって、何を大切にしているか、信仰者としての願いと併せて、あるがままのお姿を証しすることになり、ご自分に注がれてきた神の恵みを思い起こすことになるのではないのでしょうか。

私たちには様々な課題があります。まずご自分の「クオリティー オブ ライフ」(Quality of Life)について考えてみましょう。特にライフを幾つかに訳してみると、質を高めるための課題が整理されてきます(以下5点に整理してみました)。その全てに関わるリビングウイル、これをご自分の事として思いを馳せてみましょう。ご自分が判断するためにも、ご家族と相談するだけでなく、教会、そして各々の専門の人たちにも相談にのってもらいましょう。

- 1) 生命(せいめい)の質 常識的に考えて健康であることが、生命の質が高いと考えられます。病気になって病院に行くのは、病気の治療をして生命の質を高めたい

と願うからです。治療が困難になって痛みを緩和するのも、生命の質の維持のためです。主な相談相手は在宅医療・看護・介護も含め、ケアスタッフです。特に医療とケアの計画について、前もって医療・ケアチームと相談しておくためのものが「アバンス ケア プラニング＝人生会議」です。最近はこの2)と3)についても人生会議で扱うテーマになってきました。

*ちなみに医療機関の中では、このような考えも広がっているようです。

①QOL (Quality of life :命の輝き・生命の質・生活の質) の支援と

②QOD (Quality of death :死の質・看取りの質) の支援とを合わせて

③QOD (Quality of dignity :尊厳の質) を高めることにつなげる。

2) 生活の質 衣食住とそれを支える財産。これらがある方が、生活の質は高いと言えます。

病院での治療が一段落して自宅に戻って生活することになった場合、例えば、足腰が弱くなったので、家に手すりや介護用ベッドを用意するのは、生活の質を維持するためです。車椅子を利用するのも同様です。車椅子で出入りできるように玄関にスロープをつけたり、トイレを改造したりします。相談相手は病院のスタッフの他、ケースワーカーやケアマネージャーなどです。介護保険などの制度も説明してくれるでしょう。

3) 人生の質 生きがい、使命、やりたいこと。

やり残していることはありませんか。まだ元気なときに、あの場所に行きたいとか、将来の家屋や財産の処分のこととか、ご自分が召された後の相続のこと、お墓をどうするのか等々、これからに向かってやっておかねばならないことがあります。またご自分の人生を振り返り、「これで良かった」と思うのも人生の質の確認になります。法的な手続きが必要な場合、相談相手は行政書士、司法書士、弁護士などです。成年後見人制度などのことも説明してくれるでしょう。

4) 人(家族・友人・仕事仲間など)との関わりの質

訪ねるなり来てもらうなりして会っておきたい人はいませんか。人生を全うするためにも、あの人には会って「有り難う」の感謝、「ごめんね」の謝罪、「気にしていませんよ」の赦罪などの言葉を語っておきたい。「あなたたちが私の子どもでいてくれて嬉しかった」などの気持ちを伝えるのも、人との関わりの質を高めず。もう会わなくていい、という判断も一つの区切りになります。第一部「旅立ちノート」(5～7頁)も参照ください。

5) 神との関わりの質

万物は過ぎ去っていきます。ご自分のこれまでの人生も同じです。そして全ては忘却の彼方に消えていくように感じられるかも知れません。そのような中であっても、私たちキリスト者は、永遠の主イエス・キリストに心を向け、信仰の確信を最期まで抱き、大きな穏やかさと安らぎをいただくことができます。

今の信仰の確信を教会と共に共有しましょう。私たちは信仰を共に告白する聖徒の交わりに生きています。もし、天に希望を繋ぐことにご不安があるなら、そのお気持ちを信仰の友や牧師などに吐露してみてください。教会の仲間はあなたやご家族のために祈ります。

聖餐は、病床で受けてこそ神の恵みを実感できますので、遠慮なく牧師や教会に申し出てください。

以上繰り返しになりますが、教会は高齢者の個々の課題に応じてお手伝いできることも前もって確認し、その際にはお手伝いしたいと願っています。ご家族とも共有できればなお幸いです。ご自分の思いや願いを自覚し、注がれてきたキリストの恵みを思い起こし、それを教会やご家族と共有するのが「リビングウイル」です。それは、私たち信仰者のあるがままの証しとなります。

3. 補 足 （ここは上記1. 2. を補足した文書です。）

(1) リビングウイルの考えが世界的に広まった経緯

「リビングウイル（生前の意思表示などと翻訳されています）」とは、医療技術の進歩によって末期状態の患者も人工的に延命させることが可能になった 1960 年代のアメリカ合衆国で、それに伴う患者の苦痛・尊厳の問題を「患者中心の医療」として研究が始められ、1970 代には、「患者の人格を認め、その意思を尊重し、患者の自由と権利を優先することが医師の義務である」と考えられるようになり、定着してきました。

そして、1976 年にアメリカ・カルフォルニア州で「リビングウイル（生前の意思表示）」の法的効果を認める州法ができ、その後すべての州で「終末期治療に関する患者の自己決定を尊重する法」が制定されました。その後、1991 年には、市民が自身に対する医療行為に関する見解を示し、それを社会は尊重することを権利とする「患者の自己決定権法」が合衆国法として制定されました。

これが世界中で広く知られるようになり、その後、ヨーロッパや日本でも尊厳死に関連する運動が盛んになり、現在では各国で医療倫理、法律、宗教などの観点から議論され、フランス、ドイツ、デンマークなどで延命措置中止を認める法律が制定されています。

(2) 日本における「人生の最終段階における医療・ケアに関する指針」

上記を受けて、厚生労働省は 2007 年「人生の最終段階における医療の決定プロセスに関するガイドライン（指針）」を公表し、2015 年の改訂を経て、2018（平成 30）年に「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」（アドバンス・ケア・プランニング：通称「人生会議」）として改訂し、国民にも理解を求めています。このガイドラインの根本にある考えは、最後まで本人の生き方（＝人生）を尊重し、医療・ケアの提供について検討することが重要であることを、医療・介護にあたる従事者が理解し、実践するように求めたものです。

上記のガイドラインの要点をまとめますと、以下の①～⑨となります。

- ① この指針は、医療現場だけでなく、在宅医療や介護の現場でも活用できるようになり、医療・ケアチームの従事者に介護従事者も含めることが明文化される。
- ② 人生の最終段階にある本人は、事前に自らの意思を医療・介護従事者に伝えることができる。そのためにも、リビングウイルを文書にしておくことが大切です。
- ③ 本人は上記②に基づいて他職種の医療・介護従事者から構成される医療・ケアチームと十分な話し合いを行うことができる。チームは、本人の意思決定を基本とした上で、最終段階における医療・ケアを進めることを基本原則とする。

- ④ 本人は自らの意思を伝えられない場合に備え、特定の家族等（最終段階で本人を支える親しい友人等も含む）をあらかじめ代理人にしておく。（これは、本人が独身の場合や、家族が遠隔地に住んでいる場合なども想定しています）。
- ⑤ 本人の意思は時間の経過、心身の状況の変化などで変わることがあるので、チームはその都度、それに応じた適切な情報の提供と説明を本人や家族等にする。
- ⑥ チームは、話し合いの内容をその都度、文書にまとめておく。
- ⑦ チームは、可能な限り疼痛（とうつう）や、他の不快な症状を十分に緩和し、本人・家族等の精神的・社会的な援助を含めた総合的医療・ケアを行う。
- ⑧ チームは、本人や家族等との話し合いで妥当で適切な医療・ケアの内容について合意が得られない場合、複数の専門家からなる話し合いの場を別途設け（「倫理委員会」などと呼ばれる）、検討及び助言を受ける。もちろん、この後の本人や家族等との話し合いの中では、③の基本原則は、十分に反映されます。
- ⑨ 最後に、生命を短縮する意図をもつ積極的な安楽死は、このガイドラインでは対象としない。

その上で、医療機関や介護施設に対しては、このガイドラインを基本に、それぞれの組織で体制を整え積極的に取り組むことを要望しています。

（3）リビングウィルの意味と重要性

上記の「ガイドライン」から、ご本人の意思を尊重し、人生の最終段階における医療について話し合い、決定するために、医師、看護師などの医療従事者、介護従事者、ご家族、もちろん可能であればご本人も加わってチームを組むことの大切さが浮かび上がってきます。

リビングウィルはご自分が人生の最終段階に至ったとき、どのような医療やケアを受けたいか、事前に文書にしておくものです。法的拘束力はありませんが、「ガイドライン」でも、ご本人の意思を医療関係者等や、ご家族等に目を向けていただく重要な役割を果たすものとして認められています。

（4）厚生労働省の広報活動と最近の裁判事例

厚生労働省は、「人生会議」の普及・啓発のため、2019年から動画を作成し、座談会や、実際に終末期の看取りに関わった医師の実話をもとにしたビデオテープを作成し、インターネットで公開しています。「厚生労働省 人生会議」と検索すれば、だれでも観ることができますので、お勧めします。

2023年12月、リビングウィルを医療関係者も周知していたにもかかわらず、医療関係者が終末時にそれを守らなかったとして、家族が裁判に訴えたケースが新聞に大きく報道されました。この裁判では、家族が自宅で看取りたいとの希望を伝えていたが、「救急要請や心肺蘇生はしないとの合意までなかった」として棄却されています。
具体的な内容を書いた文書がなかったためです。

4. 記入様式

「わたしのリビングウィル（人生の最終段階におけるわたしの希望）」

わたしは、老衰や認知症、いわゆる植物状態など、自分で意思表示や意思決定ができなくなった場合、以下の医学的治療や処置を希望いたします。

1. 心肺停止時の蘇生処置

- | | | |
|-----------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 1) AED | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 2) 心臓マッサージ | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 3) 挿管（気管チューブ挿入） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 4) 蘇生薬剤の投与 | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 5) 人工呼吸器 | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |

2. 口から水分・栄養摂取ができなくなった場合の処置

- | | | |
|--------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 1) 経管栄養（経鼻） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 2) 胃瘻（いろいろ） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 3) 点滴（水分・ブドウ糖） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 4) 中心静脈栄養（高カロリー輸液） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |

3. その他の希望する処置

- | | | |
|-------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 1) 酸素投与 | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |
| 2) 緩和治療（モルフィンを含む） | <input type="checkbox"/> 受けます | <input type="checkbox"/> 受けません |

4. その他の希望

- | | | |
|---------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| 1) 病理解剖（主治医の要請があれば） | <input type="checkbox"/> 希望します | <input type="checkbox"/> 希望しません |
| 2) 臓器提供 | <input type="checkbox"/> 希望します | <input type="checkbox"/> 希望しません |
| 3) 献体 | <input type="checkbox"/> 希望します | <input type="checkbox"/> 希望しません |
| 4) 牧師の立合い | <input type="checkbox"/> 希望します | <input type="checkbox"/> 希望しません |

*上記のチェック項目□の中の「レ」は、医学的治療や対応を理解した上での、現時点でのわたしの希望です

*わたしのいのちを長らえるために努力して下さっている医師、看護師や医療関係者等の方々には心から感謝すると同時に、どうかわたしの希望を尊重していただきますようお願いいたします。

作成日 年 月 日

本人氏名： _____ 印

家族等代理人 氏 名： _____ 印

その他の家族氏名： _____ （署名）

< 牧師氏名： _____ >

5.「わたしのリビングウイル(人生の最終段階におけるわたしの希望)」

(5頁)を記入し、医療機関などに提出する際の参考資料

5頁の「記入様式」は、2017年に高齢者特別委員会が主催した公開講座「リビングウイル」の講師をしていただいた船戸正久医師に「旅立ちノート」第三版に掲載する際にご教示を受けたもので、今回も見直しをさせていただきました。医療機関によっては、独自の様式を定め提出を求められることがあります。その場合は、この記入様式は、「わたしの現時点での意思」を示す形になっていますので、これを参考にしてご提出下さい。

- ① 延命措置についての希望（人工呼吸器や胃ろう等の延命措置を受けるかどうか、受ける場合はどの程度まで受けるか）を書きます。
- ② 苦痛の緩和についての希望（鎮痛剤や麻酔等の苦痛を和らげるための措置を受けるかどうか、受ける場合はどのような方法や量を希望するか）を書きます。
- ③ この記入様式にない処置（例えば、「透析」など）を勧められた場合、特に本人が希望しない処置については、この記入様式の中に加筆するか、またはその旨を別紙にして同時に提出します。
- ④ 家族等代理人を指定（自分が意思表示できなくなった際に、本人に代わって医療やケアについて判断・決定をする人）して署名捺印をしていただきます。3頁の「補足（2）」の厚生労働省「ガイドライン」の要点④にありますように、この代理人には家族だけでなく、最終段階で本人を支える親しい友人等も含まれます。
- ⑤ 作成日と本人の署名（この文書が自分の意思であることを証明するため）は、必ず自筆で書き捺印します。
- ⑥ その他の家族署名欄は、リビングウイルの内容に同意したことを表明する家族に、署名していただきます。

なお、記入に当たって、医学用語の説明を、7～8頁に掲載していますので、参考にしてください。

*さらに詳しい説明を知りたい時は、図書館で閲覧するか、購入する（ただし高価です）等して専門書をご覧ください。

6. 「わたしのリビングウイル」(5頁)にある用語の説明

1	心 肺 停 止 時 の 蘇 生 処 置	
1)	A E D (体外式徐細動器)	なんらかの事情によって動かなくなった心臓を、電気ショックによって活動を促す医療機器です。現在は医療機関以外に、公共施設やコンビニなどにも置かれており、機器から出る音声の指示に従えば、だれでも扱えます。
2)	心臓マッサージ	心臓が止まった時に、胸を上から1分間に100～120回強く連続で30回押して、心臓を動かす方法です。その間に口から口に、1回に1秒かけて肺に空気を送り込むことを2回行います。
3)	挿管(そうかん)	気道(呼吸をするときの空気の通り道)の確保と誤嚥(ごえん)防止のため、口または鼻から「気管チューブ」を挿入する方法です。
4)	蘇生薬剤の投与	衰弱した心臓に 強心剤等を注入することです。
5)	人工呼吸器	自分の力で呼吸ができないときに使用する器械です。人工呼吸器を使用するときは、気管切開することが一般的です。人工呼吸器を一度開始すると、呼吸状態が改善するまで、器械をはずすことは困難になります。
2	口から水分、栄養摂取ができなくなった場合の処置	
1)	経管栄養(経鼻)	呑み込む力が衰えて、口から食事がとれなくなった場合に用いられ、鼻から胃までチューブを通し、そこから栄養剤を入れる方法です。チューブによる不快感があるため、長期間チューブが必要な場合は、胃瘻が勧められています。
2)	胃 瘻(いろう)	飲み込む力が衰えて、口から食事がとれなくなった場合に、腹に穴を開け、そこから胃に直接チューブを通して栄養剤を入れる方法です。胃ろうを作るためには、手術が必要で、挿入部の定期的な清潔管理が必要です。
3)	点 滴 (水分、ぶどう糖)	水分を取れなくなると脱水が起こりますが、すぐに重度の脱水にならないように手足から細い点滴チューブを入れて水分補給を行う方法です。栄養はほとんどなく、次第に低栄養が進行します。
4)	中心静脈栄養 (高カロリー輸液)	普通の点滴の静脈より太い静脈(中心静脈)を使って、十分な水分、栄養を補給をし、長期間の生存を可能にする治療です。簡単な手術と定期的な消毒管理が必要です。
		< * 次頁に続きます。 >

3	その他希望する処置	
1)	酸素投与	呼吸不全などで酸素欠乏状態を改善するため、酸素マスクや経鼻カニューレ（鼻カテ）を通して酸素を投与することです。携帯ボンベを持参して様々な活動を行っておられる方や、一室に据え付けたボンベから家中にチューブを回して、生活している方もおられます。いずれも、どんな状態であってもQOL（人生の質、生活の質）改善をはかる目的で行われます。
2)	緩和治療	痛みを伴い、生命を脅かす疾患に際して、患者に対して痛みやその他の身体的、心理的な問題を早期に発見し、的確な評価と処置を行うことによって、苦痛を予防したり和らげることで、QOLを改善する治療です。とくにモルフィン（モルヒネともいう）は、がんによる痛みをはじめ、各種の疾病および外傷による痛みを緩和する目的で使用されます。
4	その他の希望	
1)	病理解剖	病気で亡くなった人を対象にして、臨床診断の妥当性、治療の効果の判定、直接死因の解明、続発性の合併症や偶発病変の発見などを目的に解剖を行うことで、解剖には遺族の同意が必要です。
2)	臓器移植	<p>働きが失われた臓器（あるいは、そのままでは近い将来 働きが失われるであろう臓器）のかわりに、他の人から提供を受け移植することにより、失われた機能を取り戻そうという医療です。提供は15歳以上からできます。</p> <p>臓器移植には、脳死後移植（心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼球（角膜））と心停止後移植（腎臓・膵臓・眼球（角膜））があります。提供できる年齢基準は、下記のように異なります。</p> <p>心臓：50歳以下。膵臓・小腸：60歳以下。肺・腎臓：70歳以下。肝臓は65歳以下となっていますが、それ以上の年齢でも実施された例があります。また眼球（角膜）は年齢制限がなく80歳台でも可能という例があります。</p> <p>しかし、移植の実施は、あくまで提供者の臓器状態などで個別に判断されます。</p>
		
		<p>なお、本人の臓器提供の意思表示は意思表示カード、運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード、インターネット等で意思登録ができます。その意思は尊重されますが、家族の承諾がなければ臓器提供は行われませんので、日頃からご家族等に自分の意思を表示し、話し合うことが大切になります。</p>

7. 高齢に伴う諸問題に向けて

ご自分はどうしたいか、どうして欲しいかを考えてみましょう。

「リビングウイル」は、事故や病気、あるいは認知症で十分な意思表示が出来なくなったときに備えるため、更には亡くなられた後に備えるためです。ご家族や教会、医療関係者など、知っていて欲しい人たちに理解してもらえるように、文章に残してみましょう。これは、若い方にも考えて欲しい事柄です。考える事柄を少し具体的に幾つか挙げてみました。ご自分のリビングウイルを記すにあたって、参考にしてみてください（以下に記載した文書は、第一部「旅立ちノート」と、第二部「リビングウイル」を記入する際の参考文に記載していますが、少し詳しく書いています）。

1) 教会に知っておいて欲しいこと

看取りにおいて望むこと、葬儀や納骨のこと、ご家族への願いなど。これらについては第一部「旅立ちノート」(5～7頁)も参照ください。

2) 認知予防・介護予防の関わりについて

認知症や病気・けがの予防のための食事内容や生活習慣等を見直し、また健康診断を定期的に受けましょう。日頃からの「かかりつけ医」があると安心です。特に退職後の生活の仕方の中に、ご自分の趣味だけでなく、教会や近所づき合い、自治会、老人クラブ、ボランティア等、社会とどう関わるのか考えてみましょう。元気な内におきたいことは何か、会っておきたい人は誰かについても。第一部「旅立ちノート」の付録1.「緊急時の連絡先」も活用ください。

3) 介護など生活支援が必要になった時に利用するサービスについて

入院した病院、地域包括支援センター、ケアマネージャーや訪問看護師に相談しましょう。これも「かかりつけ医」と関係があると相談窓口につながりやすいです。

4) 自宅での支援（看取りまで含めて）のために利用するサービスについて

手すりの取り付け、ご自宅の改修など、介護保険も用いてすることも検討しましょう。ケアマネージャーのもとに必要な応じて医者と連携しながら、訪問介護・訪問看護、在宅医療を利用しましょう。リハビリや投薬管理も利用できます。自宅から通って利用するデイサービス(食事や入浴)もあります。

病状の急変時に救急車を呼ぶのか（最期をどこで迎えたいか、入院すると延命治療をどの程度続けたいのかも要検討です）、呼ばないでそのまま自宅で見守って欲しいのかについても、「旅立ちノート」(1～7頁)や第二部の「わたしのリビングウイル」(5頁)を記入する際に考えておきましょう。但し、救急車を呼ばないことを選択した場合、直ぐ訪問してくれる訪問医・かかりつけ医がいなくて最後を迎えた時は、警察が入り犯罪性を問われて検死が行われることもありますので、医師とご家族を含めた事前の合意が必要になります。

5) 自宅での生活が無理となることを見越して、利用する施設について

高齢者の場合、特別養護老人ホーム、介護付き有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、軽費老人ホームなど見当をつけておきましょう。

6) 入院した場合の、受けたい医療、受けたくない医療や延命治療について

入院したら、ホスピスや緩和ケア病棟の利用、呼吸困難時の人工呼吸器等の利用、口から食事水分の摂取が出来なくなったときの鼻からの経管栄養や点滴等の利用、いよいよの時の心臓マッサージ等の利用など、その希望を「わたしのリビングウイール」（5頁）に記入し、その有無を医療チームと前もって相談しておきましょう。

また医療だけでなく、終末期に何を大切にしたいのか、誰と面会しておきたいか（牧師や教会員の見舞いや、特に病床聖餐を受けられるかどうか、このことについては医療関係者に理解をしてもらうことも含めて）、献体や臓器提供の意思の有無なども、考えを整理し確認しておきましょう。第一部「旅立ちノート」（1～7頁）も参照ください。

7) 看取りの段階での希望について

誰に看取って欲しいか、牧師も含めた連絡先を前もって確認しておきましょう。もし病院であるなら、病理解剖を求められたときの諾否、献体や臓器提供の希望の有無も明確にしておきましょう。ご遺体は病院から一旦、家にお帰りなのか、教会や葬儀場にお連れするのか、搬送や葬儀のための葬儀社の選定も確認して、おきましょう。第一部「旅立ちノート」（4～7頁）も参照ください。

8) 医療・看護以外のことで、ご自分で決めておきたいことについて

家財の処分、空き家になるなら家屋や土地の処分、お墓、相続をめぐる希望について話し合っておきます。相続でもめないように遺言書（自筆証書、公正証書）を書いて保管することが大切です。また教会への献金も含め、寄付したい団体等があるならそれも記しておきましょう。因みにご遺族のいない方が遺言書のないままに亡くなれると、残された財産は全て国庫に帰属します。

9) 日常の生活や、死後に遺志を全うするための支援について

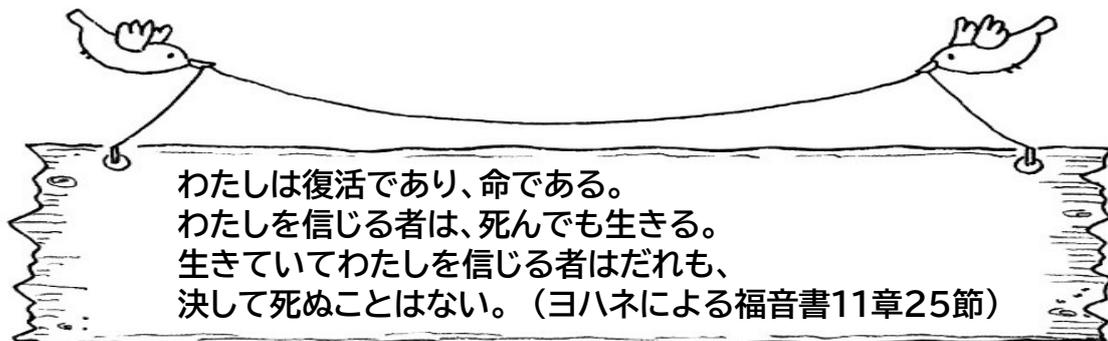
認知症になったときの財産や家計管理など暮らしに関することや、遺言や相続については成年後見制度（任意後見や法定後見。生前事務委任契約、任意後見契約、死後事務委任契約を前もって結びます）を利用すると安心です。8)と9)については弁護士、司法書士、行政書士等に相談しましょう。

10) 以上の諸問題について、相談先が直接わからない場合や不安を感じる時

いろんな公的窓口が秘密厳守で取り次いでくれる仕組みになっています。それを、次頁に「高齢に伴う諸問題に関する相談先一覧表」としてまとめてみました。ご自分が一番安心できる所へ、電話や直接出向いて相談にのってもらいましょう。○印のところに相談すれば、相談先の電話番号等を教えてもらえます。な

お、この表はA4の用紙に印刷していますので、できればA3に拡大し、**記入様式**

「わたしのリビングウイール」（5頁）とともに、例えば大阪府後期高齢者医療広域連合発行の「元気高齢者のための健康長寿ガイドブック」（他の府県や自治体でも、同様のものが）が発行されていますので、同じ場所に保存していただければ、役に立つのではないのでしょうか。



教区 区教会・伝道所へのお願い

各教会・伝道所で増刷して会員に配布してください。

このノートについて質問があれば、高齢者特別委員会宛てにお問い合わせください。各教会・伝道所でこのノートについての会を開催していただければ、高齢者特別委員会の委員が説明に赴きます。

◇無料です。(大阪教区内は交通費も委員会で持ちます)



このノートは高齢者特別委員会がクリスチャンとして教会、家族に伝えるためのノートとして、又 ご自分の参考資料とて、それぞれがアレンジして自由に用いていただければと作成しました。

どうぞ、どなたでもプリントアウトして、大いにご利用くださることを願っています。

《天の故郷を目指して》(編集・発行)

第一版 2013年2月 発行

第二版 2015年9月 改訂

第三版 2017年3月 改訂

第四版 2023年6月 改訂

第五版 2024年6月 改訂

《日本基督教団大阪教区高齢者特別委員会》

荒井紘二、井上恵子、軽込昇、徳永一三、森田恭一郎、

(柳瀬 聡、中村美代子、小林夏子、辻本和子)