

施設には入らない! 在宅おひとりさまで 機嫌よく死にたい

上野千鶴子 ● ウィメンズアクションネットワーク理事長

『おひとりさまの老後』の大ヒットから15年。後期高齢者の仲間入りを間近にして、「要介護になったら当事者目線でまた書いたるで〜」と意気軒高だ。

15

年前に出した『おひとりさまの老後』は80万部を突破。『男おひとりさま道』（2009年刊）はやはり男の方には読まれないみたいで少なかったですけど、4作目の『在宅ひとり死のススメ』（21年刊）は20万部。おかげさまで、シリーズ全

体で100万部を超えました。当分死にそうもないので、要介護になったらまた書いたるで〜、という気分です。

『おひとりさまの老後』は、私の世代で同年齢人口の約3%、みじめといわれた非婚女性のために書いたのに、既婚女性にも支持されたのには驚きました。

もう一つの感慨は、「在宅ひとり死のススメ」というタイトルの本を出せたこと。10年前ならたぶん却下されたでしょう。時代が変わりました。

おひとりさまにとって怖いのは認知症です。ただ、私はそうならないための無駄な努力をするより、そうなったときの対応を考えた方がよいと思っています。認知症になったときに、誰に意思決定を託すか、元気なときに決めておく必要があります。

任意後見は頼むならここという目星を付けています。信頼

できる団体に3点セット（任意後見＋身上監護＋死後事務委任）で申し込む予定です。

親族や個人は避けた方が無難です。親族は利害が相反する。実際にあったケースですが、財産を守ろうと、本人のために使うことを拒否したり、住宅の改修も死ぬのが分かっていのになぜ使うのかと拒まれたりします。親しい友人も、いつ「善意の個人」から「悪意の個人」に変わってしまうか分かりません。

営利目的の企業も避けた方がよいでしょう。そこに自分の生命と財産を預けるのは危険過ぎます。信頼しているNPO法人に「もうかりますか」と聞くと、いつも「もうかりません」という答えが返ってきます。たまに、まとまった額の遺贈があつてなんとかやりくりしているそうです。私もその会員のひとりなので、決算報告を見れば営利至上主義なのかどうか分かります。

法人と契約する際には、理事の顔触れで判断するのもいいのでは。名刺の住職が入っていたりすれば、信用力は増します。お寺は夜逃げできませんから。

士業は財産管理はするけれども身上監護はやってくれません。そし

て、施設誘導をする傾向があります。施設に入れてしまえば手が抜けるからです。後見人の仕事は施設利用料を毎月振り込むぐらいで済んでしまいます。

死ぬときだけ友人や親戚が集まるのは不自然

要介護状態になったら、バリアフリーの今の部屋に介護ベッドを持ち込んで、富士山を眺めながらのんびり暮らそうと思います。施設に入る必要はありません。最後まで在宅おひとりさまで、機嫌よく死にたい。

いまや、在宅みとりのカリスマドクターは全国各地にいます。定期巡回・随時対応型訪問介護看護という24時間対応の訪問介護看護サービスもあります。介護職と看護職が連携して、必要に応じて夜間でも随時訪問してもらえます。かかりつけ医による訪問医療を受けていれば、死ぬときはひとりでも、医師に死亡診断書を書いてもらえます。

現場を取材すると、「24時間、誰かが近くにいることを望んではない。いつもそばにいて逆につとらしい」と多くの方がおっしゃいます。私などひとりであることが当たり前なので、死ぬときだ



Kazutoshi Sumitomo

うえの・ちづこ／1948年生まれ。
社会学者。京都大学大学院社会学博士課程修了。日本における女性学・ジェンダー研究・介護研究のパイオニアとして活躍。

普段は疎遠にしている 別居親族の介入が 在宅みとりを難しくする

け、親戚や友人が集まって嘆かれてもかえって不自然です。

死にゆく人を片時もひとりにしないというのは、誰の思い込みなのかでしょう。結局、死なれる側のこだわりでしかありません。私はこれを「ひとり立ち会いコンプレックス」と名付けました。超高齢社会の死の多くはゆっくり死。土壇場でたばたするより、その前に別れと感謝をちゃんと告げなはれ、と言いたいですね。

介護保険のスタートから23年目を迎え、ものすごく感じているのは、現場の経験値が上がっていること。23年前は「家族がいないと

在宅でのみとりは難しい」といわれました。それが今では、訪問看護師が「在宅みとりに医者は要らない、私たちだけでできる」と言い、さらには介護職まで、「重篤な疾患がなければ、医師も看護師も要らない、自分たちだけでできる」とおっしゃいます。

在宅ひとり死を難しくするのは、

別居親族の介入です。「なぜ、こんな状態でひとりで置いておくのか」と、施設や病院に入れようとしがちです。普段、疎遠にしているという罪の意識からか、何もしないことに耐えられないのでしょう。そうやって、在宅で最期まで支えようと決めていた方針が、突然崩れてしまうのです。

遺言書は数年に1度 書き換える

エンディングノートは書きません。法的効力がないから。自筆遺言書を弁護士に託してあります。公正証書遺言より簡単です。公正証書は自分の財産の全貌を明らかにしないといけません。自筆なら「〳を除いた全額は」というような書き方で構いません。

以前、銀行から個人信託を作るように強く勧められました。「個人は死ぬけれど法人は死なない」という殺し文句で契約を考えましたが、手数料が高かったのでやめました。

遺言書は数年に1度、書き換えています。遺産が入ってきて資産内容が変わったり、人間関係も変化しますから。それによって、遺贈したい相手も変わります。遺言執行人は、以前は私より年長の友人にお願いしていましたが、今は私より年下の友人に変えました。

散骨の希望は変わりません。京都の大字の送り火の「大」の文字が「犬」になる、その「点」に当たるところに遺灰をまいてほしい。そこには、友人の亡くなった犬と私がかわいがっていた鳥をすでに埋めてあります。私もそこで眠りたい。