

# エンディングノート考

令和元年7月 足立秀一

我々の歳に成ると最近よく聞くのが、そろそろエンディングノートを書いて置かないと云う言葉です。

私も何度となく癌の手術を繰り返し、退院して来るたびに書かねばと思うのですが、元気になるとまだ大丈夫、まだまだ長生き出来そうと思い、つい先延ばしにしています。

そうはいっても思わぬ事故や病などで突然亡くなる事もありうる世の中、本当に残された家族が困らない様、必要な事柄に対して自身の意思表示をしておく必要は切に感じています。

でも中々踏み切れないので、とりあえずエンディングノートを書かないまでも、例えば自分の延命処置や葬儀などに対する意思・希望などは、機会を捉えて家内や娘にそれとなく言葉で伝えていきます。

しかし、その希望が世間の常識や流れなどと大きく異なる様な場合、いくらそれが本人の意志・希望であると云っても口頭だけで、他人に証明するものが無い場合、残された家族を悩ませることになり、結果的には世間の常識に従わざるを得なくなり、本人の意志・希望に沿った様に出来ない可能性もあります。

その様な時に備えて第三者にもしっかりと自身の意思・希望を理解してもらおう事が出来るエンディングノートが必要だとは思って居るのですが、元気だと中々書く気がしません。

書かねばと云う義務感は感じていますが、実行が伴わないのが現状です。皆様は、如何でしょうか？

<閑話閉題>

**心の声の葛藤**：「こんな投稿文を書く暇があるなら直接エンディングノートを書け！」、「それを書く気になるための準備作業の一つだ！」

その種の本を読むと「エンディングノートとは、自身の人生の記録」だとして、人生の振り返りなどを含めて色々と書く事を勧めています。

書店に行けば、書くべき事柄をまとめた様々な様式のエンディングノートが売られています。

そのうちの一つを買って来て書くのも良いですが、私は、書くべき事柄が多すぎて見ただけで書く気がしなくなります。

さて、ではその気になり私がエンディングノートを書く場合、何を書くべきか？

人によって書き残して置きたいことは異なると思いますが、私は、最小限下記の事柄に

ついて、私の思い・考え・希望を書きたいと思って居ます。

基本的には、私の意思や判断能力が衰えた時に家族が悩む事柄や死後の処置だけを記しておきたいと思って居ます。（書き出すと増えるかもしれませんが・・・）

## <私の思っているエンディングノート記載項目>

- ① 延命処置について
- ② 臓器提供について
- ③ 介護について
- ④ 死後の対応
  - ・葬儀につて
  - ・友人知人への連絡について
  - ・埋葬方法について
- ⑤ カード・パソコンのパスワード（暗証番号）
- ⑥ 遺産の相続について
- ⑦ 遺品の整理について
  - ・廃棄して欲しくないものとその処分方法
- ⑧ 残された人（家内・娘・孫）に対する一言

いつその気になり書き上げることが出来るか？ そう長い先であってはならないと思って居ますが、・・・。

日頃から考えて置けば、書く気になれば一気に短時間で書き上げる事が出来ると思って居ます。

以 上