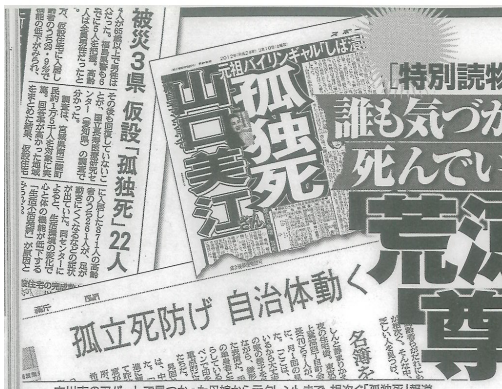
［特別読物］

誰も気づかず死んでいく 荒涼たる「孤独死」から「尊厳の「自立死」へ



立川市のアパートで見つかった母娘から元タレントまで、相次ぐ「孤独死」報道

先進国アメリカの「自立死」事情を紹介する『ひとりで死んでも孤独じゃない』

ジャーナリスト 矢部 武

さいたま市や立川市などで、家族世帯の「孤立死」が相次いでいる。だが、こうした家族の孤立死も、必要な支援を受けられず孤立して亡くなるという点では、独居の生活困窮者、高齢者などの「孤独死」と根っこは一つなのだ。東日本大震災の後、家族や地域の「絆」がやたらと強調されたが、「孤独死」が増加する現状をみると、その言葉も白々しく思えてくる。

東京都監察医務院の分析調査（2007年）によれば、東京23区で年間3949人（毎日平均約11人）が「孤独死」し、その数は20年前と比べ約3倍に増えている。孤独死増加の最大の理由は単身世帯の増加とされるが、それだけでは説明しきれない、日本社会特有の事情も垣間見える。

下町情緒が残る東京北東部の賑やかな商店街。そば屋の角を曲がって数分のところ6階建てのワンルームマンションがある。約30世帯のほとんどが独り暮らしのこのマンションの一室で、昨年夏、60代後半の男性が孤独死した。大家から、「家賃は振り込まれているけど、上の階の住民から"臭い"と苦情が出ている」と連絡を受けた不動産管理会社の梅沢氏（仮名）が、様子を見に行って発覚したのだ。部屋のドアを開けた途端、梅沢氏は生ごみの腐ったような強烈な臭いに襲われた。死後1カ月以上経過した遺体は、ベランダの避難口の金属板に覆いかぶさるように倒れ、下半身は部屋の中にあった。

死因は明らかにされなかったが、おそらく心筋梗塞か何かの発作に襲われ、苦しくて外へ出ようとしたのではないか、と梅沢氏は推測する。衣服には皮膚や乾いた体液の固まりがへばりつき、体は赤黒くなり、ベランダに出ていた頭部にはカラスかか何かにつつかれたような傷があった。

30年近く不動産業に携わってきた梅沢氏は、これまで何度も「孤独死」の現場に立ち会ってきた。最初は二十数年前、6畳3畳風呂なしの木造アパートに住む70代後半の女性だった。直前まで元気に出歩いていたが、「最近、姿を見かけないわね」と心配した大家さんが連絡してきたのだ。大家さんの立ち会いで部屋を開けると、女性は布団の中で亡くなっていた。苦しんだ様子はなく、まだ死後数日で、臭いが出る前だったため救いだったという。

かつて「孤独死」と言えば70代以上の高齢者が多かったが、最近は50代、60代の男性のケースが増えているという。一昨年夏にも、同じ地域内の1LDKのマンションで、53歳の男性が孤独死した。数人の住民が「臭い、臭い」と騒ぎ出し、管理人が部屋を開錠すると、洋間の絨毯の上で亡くなっていた。死後約3週間。周りには無数のウジ虫が蠢き、遺体からでた体液が絨毯を通り越して床の下地にまで染み込んでいた。床の合板を取り替え、消臭剤を撒いても、臭いはなかなか取れなかったという。

男性は何年か前にコンピュータ関連の会社をリストラされ、生活が不安定になり、しばらくして妻と離婚。10代の娘がいたが、彼女は地方の親戚に引き取られ、ほとんど音信不通状態だった。まじめに働いてきた中

さいたま市や立川市で亡くなっていた親子を始め「孤立死」「孤独死」報道が相次ぐ今。「ひとりで死んでも孤独じゃない」（新潮新書）の著者・矢部武氏が、先進国アメリカの例を紹介しながら、荒涼たる「孤独死」から尊厳に満ちた「自立死」へ、と提唱する。

して楽しんでしまう。だから安性の孤独死は少ないのだと思います」

キーパーズが遺品整理を行った55歳の孤独死男性の場合も、失業してから孤立を深めていった。仙台に住む兄がいたが、ほとんど連絡は取っていなかった。6畳3畳風呂なしの安アパートには、テレビも洗濯機もなく、部屋の隅には埃が積もったテレビ台だけが残っていた。

「きっとテレビは売却したんですね。冷蔵庫だけはありましたが、何も入っていなかった。たぶん、お金が尽き、食べ物もなくなって餓死したんでしょう。死後3カ月ほど経っていましたが、ガリガリにやせ細り、体内には何も無かったため、遺体には腐敗臭がほとんどありませんでした」（吉田社長）

ペンダントが通報

実は、単身世帯の増加は日本に限らずほとんどの先進国で起きている。ここで海外に目を向けてみよう。2010年発表のOECDの調査では、日本の単身世帯の割合は29・5%で34カ国中13位。1位ノルウェーの37・7%を筆頭に、北欧・西欧諸国のほとんどは日本より単身世帯の割合が高くなっている。それでも、これらの国々で独居者の孤立や「孤独死」が深刻な社会問題になっているという話は聞かない。米国でも単身世帯は増加し、ニューヨークのマンハッタンでは全世帯の実に51%を単身者が占める。だが、筆者が取材した限りでは、彼らが「孤立」しているようには見えない。それはなぜか。

ハーバード大学のロバート・サンプソン教授（社会学）は、こう説明する。

「ニューヨークは都市環境の密度が高く、社会的なインタラクション（互いに働きかけ合う行為）がさかんで、人間関係を築くチャンスが多く存在するからです」

加えて、ニューヨーク市では独居者の孤立を防ぐ支援サービスも盛んに行われている。たとえば、体が不自由で買い物や料理ができない独居高齢者に温かい食事を届ける配食サービス「ミールズ・オン・ホイールズ（MOW）」の利用者は、市全体で約1万6000人。政府とNPOが共同で行う、このMOWの利用者は、全米で約100万人に達する。ニューヨーク市のMOW担当者は言う。

「私たちのクライアントは自分の家やアパートを出ることができず、隣人ともあまり話をしないような人が多い。彼らが先金に孤立しないようにボランティアが毎日食事を配達し、挨拶し、短い会話を交わしているのです」

筆者はカリフォルニア州バークレーにMOWのボランティアの車に乗せてもらい、高齢者の家を回ったことがある。そこで目の当たりにしたのは、病気や障害を抱えていても子供に頼らず、必要な支援を受けながら楽しくすると自立生活を続ける高齢者の姿だった。

車椅子のフローレンスさん（85）も、独り暮らしの不安や不便はほとんど感じないという。自治体の在宅支援サービス（IHSS）部から派遣されたヘルパーが、家の掃除、食事の支度、トイレ・入浴の補助などをしてくれるからだ。IHSSは連邦・州政府の補助を受けた高齢者支援プログラムで、一定収入以下の高齢者（65歳以上）、障害者などは無料で受けられる。フローレンスさんに、孤独死の不安はないか、と尋ねると、

「突然倒れて動けなくなっても、PLLがあるので心配ないわ」

PLLとは、フィリップス社の緊急通報サービスのことで、自分の手に内蔵されたセンサーが転倒・転落を自動的に検知、同社の安心サポートセンターに通報する仕組みになっている。利用者は全米でこれまで約650万人にのぼるという。

フローレンスさんには市内に住む既婚の長男がいて、一日おきに様子を見にきてくれる。その息子さんというしょに住む気はないのですか、と聞くと、

「まったくありません」

と、きっぱり。個人の自由や自立を大切にする米国では、年を取り、病気や障害を抱えていても、子供に頼らずに自立生活を送る人が多いのだ。

独居高齢者の自立支援で大きな役割を果たしているのが「シニアセンター」である。これは連邦・州政府から助成金を得ながら各自治体が運営し、65歳以上の高齢者に各種講座や支援サービスを提供している。

バークレーに住むエレインさん（68）はシニアセンターで「自叙伝の書き方」を受講し、自分の半生を本にしようと決めた。黒人女性として人種問題に真っ向から向き合い、差別と闘うNPOを設立し、白人男性との結婚・離婚を経験した彼

女の人生は波乱万丈で、おもしろい本になりそうだ。

バークレーのシニアセンターでは他にダンス、卓球、カラオケ、マージャンなどが行われ、歴史、脳の活性化、観たりしている。孤立しかねないからだ。このような支援サービスがあるからこそ、米国の独居高齢者は最後まで気ままな独り暮らしを楽しみながら、尊厳あるいわゆる「自立死」を迎えることが可能なのだろう。

大田区の「見守り」事業

日本で「孤独死」問題が深刻化する背景には、従来の社会保障システムが家族世帯を前提に設計されていて、単身者の急増にうまく対応できていない現状がある。たとえば、2000年に始まった介護保険制度を利用するには、地域包括支援センターなどに申請し、要介護認定の審査を受けて認定されなければならない。家族と同居する高齢者は誰かに申請を頼めるが、独居者はそうはいかない。

東京都大田区の地域包括支援センター入新井センター長の澤登久雄氏も指摘する。

「ある日突然、独居高齢者に介護が必要になった場合、センターに自分で申請に来られるわけがない。その時は皆、病院でしょうから」

そこで、申請に来ない人にも対応しなければと考えた澤登氏は、地域内の自治会、民生委員、NPO、介護事業者などと連携し「おおた高齢者見守りネットワーク」（以下、見守りネットワーク）を設立。65歳以上の高齢者の緊急連絡先や健康状態などを「SOSみまーもキーホルダー登録システム」で管理、登録番号や緊急連絡先を記したキーホルダーを個々に身につけてもらうようにした。このシステムは非常に好評で、今年4月からは大田区が事業を引き継ぎ、区内の全高齢者を対象に実施することになった。

さらに、見守りネットワークでは、あまり活用されていなかった公園を〝高齢者の集いの場所〟に改修する計画を進めている。

「公園の真ん中を人が集える場所にし、周りに手すりをつけて高齢者が一周するといろろなリハビリができるようにします。それと丘をつくって子供たちが遊べるようにすれば、高齢者とも交流できる」（澤登氏）

他にも、同ネットワークでは商店街の空き店舗を利用して、地域の消防士、葬儀社、一級建築士、整形外科医らの協力の下、「知って得する葬祭のあれこれ」、「薬の飲み方、薬局の活用法」、「転倒しない住環境の整え方」などの高齢者向け講座やイベントを実施。高齢者が集まるこの商店街も活性化しているという。昨年3回行った「石巻復興フェア」にも多くの高齢者がエプロン姿で参加した。

そうすることで高齢者も「地域で何らかの役割をしている」と実感できるのだ。

死は所詮、独りで臨むものであり、誰にも看取られずに亡くなること自体は問題ではないと思う。しかし、死後なかなか発見されず遺体が腐敗したりすると、周囲に大変な迷惑をかけてしまう。それを避けるには独居者は（本人に関係なく）、緊急の場合に備え、亡くなったことを誰かにできるだけ早く知らせるための準備をしておくことだ。

フィリップス社の緊急通報サービスは昨年末、日本でも月398円で始まった。また、家族に代わって独居者の日常生活支援や緊急支援を行う家族代行支援業者も最近注目されている。その準備をしておけば、あとは自由気まままな生活を楽しみ、最後は自立したまま「自立死」すればよいのではないか。それは、離婚を経て現在独り暮らし、58歳の筆者の理想でもある。

霊芝で変数の皆様に、おトクなニュースです！
日本をはじめ、アメリカ・中国の州、国立大学でも研究用に採用された
高品質
飛騨霊芝
よいものだからこそ長く愛飲してほしい、そう考えたから、この価格が実現しました。三十年以上にわたる科学的研究、臨地実験の成果を結集したのが「飛騨霊芝」です。その品質は国内・海外で高く評価され、研究用霊芝として採用されています。※「飛騨霊芝」は医薬品です。
1kg 卸価格 30,000円
500g 17,000円（本体価格／送料別）
たから長期愛飲されるように、自信を持って勧めます。
ご注文お問合せ
http://www.dai1-yakusan.co.jp/
飛騨霊芝 第一薬産 検索
0120-32-0963
※第一せざわ・おかまち・ご安心にはしません
※時間帯、運賃7日間は返品可（送料負担）
第一薬産株式会社 〒506-0003 岐阜県高山市本町59