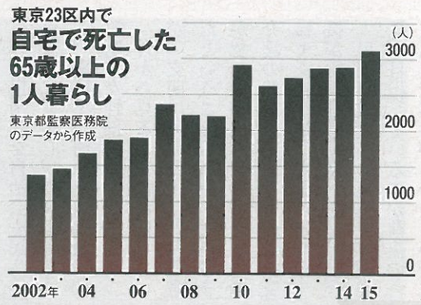
孤立して死なない

コミュ障でも仕事がなくてもなんとかなる

この国で、誰にも迷惑をかけずひっそり死ぬという自由はいまや存在しないのかもしれない。貧困で社会から疎外される前に、自ら社会との扉を閉ざす前に、何ができるのだろうか。

編集部 福井洋平、澤田晃宏



「いつ死ぬかが分かっていれば準備もできますが、これだけは誰もわからない。だからひとつの考えですが、仮にあと何年と寿命を決めて、それまでにしたいことは何か、何をしないといけないのか、誰に何をお願いしないといけないのかを考えるといい。そうすれば自分が明日何をすべきかはっきり意識でき、人とのコミュニケーションも生まれ、社会から孤立しにくくなると思うのです」(吉田さん)

家族がいるから大丈夫、仕事をしているから安心――そんな人でも孤立死のリスクは十分にある

最期まで充実した人生を送るためのセルフ危険度チェックリスト

- ☐ 一日中部屋にこもりがちな日が多い
- ☐ 誰とも会話しない日が多い
- ☐ 人の手が必要な時でも、頼めずに遠慮して我慢してしまう
- ☐ 家の中に壊れた家財道具を放置している
- ☐ 部屋が整理整頓できていないので人を招きたくない
- ☐ 人に気を使ってしまい疲れるので言いたいことが言えない
- ☐ 面倒くさいので、ついついコンビニ弁当で済ませてしまう
- ☐ 急に体調が悪くなった時に連絡できるような友人がいない
- ☐ 毎日退屈でやりたいことが見つからないので日々がつらい

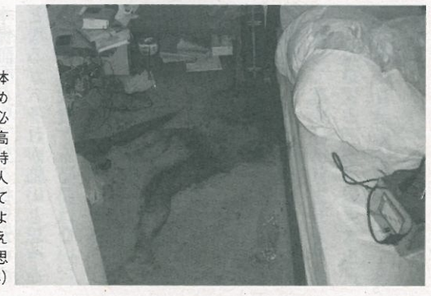
※キーパーズ「おひとりさまでもだいじょうぶノート。」から

こんな死に方はいやだ

孤立死は周りの住人だけでなく、会ったこともない遠くの親戚にまで迷惑を及ぼすのだ。遺品整理業の草分け的存在「キーパーズ」の吉田太一社長は、孤立死の実態を克明に描いた啓発DVDを作製した。周りとコミュニケーションを取ろうとしなかった高齢男性がアパートで孤立死し、関係を絶っていた息子は高額の清掃費や近隣住人の引っ越し費用を請求されて途方に暮れる。だが、死んでしまってはその迷惑をつぐなうことができない――。人の形に体液が床に染み込みウジのわいた写真もそのまま見せる(**右の写真**)。

「こんな死に方はいやだ、これだけ迷惑がかかるという実態を認識すれば、自分でなんとかしなければと思うようになる。やらされていると感じていることは長続きしないんです」

吉田さんは孤立死回避のために、「おひとりさまでもだいじょうぶノート。」を作った。最期の場所や方法、葬儀の希望などに加え遺言の執行人を誰にするか、所有不動産の詳細、遺品の整理方法、ペットの行き先など具体的なポイントを簡潔に書き記せるようになっている。



孤立死の現場。体液が床に染み込めばリフォームも必要になる。「今の高齢者は恵まれた時代を生きてきた人たち。孤立死して迷惑をかけないよう自分たちが考えたほうがよいと思います」(吉田さん)

photo 写真部・松永卓也(上) キーパーズ提供(下)