

## ピンピンコロリ

大津 隆文

逝く時はピンピンコロリがいいと思っっているが、どうしたら実現出来るのか。何でも教えてくれるというAIに尋ねてみた。答は、適度な運動をすること、バランスの取れた食事をする事、十分な睡眠を取ること等々の健康長寿法であった。いや知りたいのはコロリと逝く方法です、とさらに尋ねると、医学的に証明された方法はありませんと素っ気ない。そうか結局はその時が来るまで元気で生きる、ということかと納得した。

最近友人の奥様が亡くなられた。全く突然で朝起きてこないで呼びに行ったら、ベッドから落ちて亡くなられていた由。体調的な予兆もなく、あえて虫の知らせかと思っるのは、ゴチャゴチャしていた台所の戸棚を片付けていたことぐらいと、友人は茫然自失であった。

ピンピンコロリがいいといってもこれではいかにも心残りだ。せめて三日位は別れの時間がほしい。また実際にピンピンコロリで逝くのは全体の一割位で、対極はネンコロリと言うそうだ。健康年齢と寿命との間とのギャップは約十年、この期間をいかに短縮し、快適に過ごすかが課題だ。

最大の問題は人は通常自分の死に時が分からない、死ぬ時を選択出来ないことにある。これに対し死に時、死に方にも自己決定権を認めようとの考えがある。いわゆる安楽死の問題である。堪えがたい苦痛からの解放、という観点から国際的にも徐々に認められる傾向にあるという。

安楽死には、薬物投与等による積極的安楽死や自殺幫助、或いは延命治療中止による尊厳死などの類型があり、肉体的苦痛から精神的疾病さらには認知症までという対象の範囲、判断の基準や決定者等々、様々な論点があるようだ。他方には生命の尊厳という価値がある。神様からの授かり物と言われないまでも人命は崇高なものとの感覚だ。たとえネンネンコロリとなっても命は粗末に出来ない。

詰まるところ人生最終段階の生き方は、一日一日を今日限りと大切にし、いつ旅立ってもいい心構えで過ごすことだろうか。