

翻 訳

前もって計画を立てる：告別式と追悼式

藪本 知二

山口県立大学 社会福祉学部社会福祉学科

田中 愛子

山口県立大学 看護栄養学部看護学科

PLANNING AHEAD: Funeral and Memorial Services

Tomoji YABUMOTO

Department of Social Welfare, Faculty of Social Welfare, Yamaguchi Prefectural University

Aiko TANAKA

Department of Nursing, Faculty of Nursing and Nutrition,

Yamaguchi Prefectural University

要約

本稿は、ハワイ大学医学部公衆衛生科学研究科博士課程主任教授 キャサリン・L・ブラウン博士 (Dr. Kathryn L. Braun) らが作成した5冊から成るブックレット、『終末期の計画とケア』シリーズの2冊目「前もって計画を立てる：告別式と追悼式」を翻訳したものである。このブックレットシリーズの著作権は、ハワイ大学高齢研究センター (University of Hawai'i Center on Aging) とイミ・ハレ・ハワイ先住民がんネットワーク ('Imi Hale Native Hawaiian Cancer Network) とにある。私たちはこの5冊のブックレットの日本語への翻訳の許可を得た。

「前もって計画を立てる：告別式と追悼式」の目次は、前もって計画を立てる、葬式と追悼式、土葬と火葬、葬儀場に何が期待できるか、葬儀プランは買うべきか、あなたの儀式を計画する、最終準備、である。

このブックレットは、あらかじめ告別式または追悼式の選択を文書に記録するためのワークブックである。

キーワード：告別式、追悼式、土葬、火葬、葬儀プラン

Summary

This paper is a Japanese translation of a booklet titled Advance Care Planning: Making Choices Known, a first in the series of five titles on end-of-life planning and care. The booklets were authored by Dr. Kathryn Braun and her associates. Dr. Braun is Professor and Chair of the Public Health doctoral Program in the Department of Public Health Science at the University of Hawaii. The copyright for this series is held jointly by the University of Hawai'i Center on Aging and 'Imi Hale Native Hawaiian Cancer Network. Permission was obtained to translate them into Japanese.

The contents of the present booklet are as follows: planning ahead, funerals and memorials, burial and cremation, what can you expect from a mortuary or funeral home?, should you buy a funeral plan?, planning your service; and final arrangements.

The booklet is a workbook to document your funeral or memorial service preferences ahead of time.

Key Words : funeral service, memorial service, burial, cremation, funeral plan

前もって計画を立てる：告別式と追悼式

目次

前もって計画を立てる
葬式と追悼式
土葬と火葬
葬儀業者に何が期待できるか
葬儀プランは買うべきか
あなたの儀式を計画する
最終準備

それから私たちは蠟燭を消し、
明かりを消し、再び蠟燭に火を点す。
永遠に消し、
再び永遠に炎を点す。

—T.S. エリオット

前もって計画を立てる

死は、私たちすべてに起こります。葬式や追悼式、埋葬についてどんなことが選択できるのかを学ぶことは、意味があります。さて、次のどの計画にしますか。

- ・土葬を望みますか、それとも火葬を望みますか。
- ・どの種類の儀式を望みますか。
- ・葬儀プランは買うべきでしょうか。

あらかじめ計画を立てることは、死んだときに、残った家族や愛する人にかかるストレスを軽減するのに役立つものです。残った家族や愛する人にとって、あなたが葬式または追悼式を望んでいた、あるいは何の儀式も望んでいないことを事前に知ることは、役に立ちます。経費は様々なので、あらかじめ決定しておくことで、時間はもとよりお金も節約することができます。

あなたが信じる宗教の聖職者あるいは霊的指導者に儀式を計画するに当たって援助を求めましょう。宗教の中には、死者を扱う伝統的な方法をもつものもあります。より柔軟で、より個人的な選択を斟酌する宗教もあります。個人的な表現を斟酌するのは葬式または追悼式のどの部分なのかを尋ねましょ

う。

葬式または追悼式を入念にかつ気を配って計画を立てることは、あなたが愛する人に分け与える贈り物です。このブックレットは、あなたが死後の行事について意思決定を行い、文書に記すのに役立つことでしょう。

世界中で最善のかつ最も美しい物は、
見ることも触れることもできない、
ただ心で感じるものである。

—ヘレン・ケラー

葬式と追悼式

■葬式 葬式は、宗教的伝統または文化的伝統に基づく正式な儀式です。遺体は、たいいていの場合安置されており、遺体と対面することができるかもしれませんが。遺体があるので、葬式は、一般的には、死後二三日以内に、火葬または土葬の前に行われます。葬式は、自宅、墓前、教会もしくは寺院、または葬儀場もしくは遺体安置所で行うことができます。これらの選択肢のうちで、葬儀場または遺体安置所は、最も費用がかかるおそれがあります。

今日は死ぬには良い日だ、
なぜなら私の人生に必要なことのすべてが
ここにあるからだ。

—チーフ・クレイジー・ホース

■追悼式 追悼式は、遺体なしに開かれるので、家族や友人が集う時間を見越して、死後数日、数週間、あるいは数箇月さえも経ってから予定することができます。追悼式は、あなたの選択によって入念にすることも簡素にすることもできるし、どこで—自宅、公園、職場、墓前、教会もしくは寺院、または葬儀場もしくは遺体安置所で—開催してもかまいません。家族や愛する人がそれぞれ別の場所で同時に追悼式を開くことに決めることもあります。土葬や火葬、葬式、追悼式の情報をもっと得たい場合は、www.funerals.org^{注1)}を参照または 1-800-765-0107 に電話のこと。

土葬と火葬

■**土葬** 土葬は、遺体を土中に置くというやり方です。家の敷地に土葬することを許す州もありますが、大多数の人々は、墓地に埋葬されます。遺体は、普通、埋葬の前に棺に納められます。棺にかかる費用は、どこでも、二、三百ドルから数万ドルまでです。死者は、全身に衣服を身に着けるか否かして埋葬されます。その時、故人の品を棺に納めてもかまいません。棺に加えて、たいていの共同墓地では、土が何年にもわたって移動し、でこぼこするのを防ぐために、棺を取める箱が必要です。多くの共同墓地では、家族や友人が埋葬の前に墓前で儀式を行うことができます。

■**火葬** 火葬は、遺体を骨片にするために高熱を用いる処置です。骨片は、普通、遺灰がまけるように、粉碎されるかまたはすりつぶされます。遺体を火葬するのに、2時間から4時間かかります。火葬されて残ったもの（遺骨とも呼ばれる）の重さは、4ポンドから8ポンドです。遺骨は、自宅で箱または骨壺に保管されたり、納骨室に納められたり、土中に埋められたり、散骨されたりします。たいていの火葬場では、遺体は、箱に入れられてで茶毘に付されることが求められます。連邦法では、すべての葬儀場は、このために安価な火葬のための箱を提供することが求められていますが、あなたは、高価な棺で火葬されることを選択することができます。火葬場に、ペースメーカーその他の金属製の埋込物が遺体に有るか否か知らさなければならず、そうした物を火葬の前に取り除くことができます。

葬儀業者に何が期待できるか

葬儀業者は、死後、遺体のケアに従事します。葬儀場は、以下のサービスの一部または全部を提案するかもしれません。

- ・ 自宅または病院、療養所から遺体を引き取ること
- ・ 遺体を弔問客との対面のために準備すること
- ・ 葬儀または追悼式を主催し手配すること
- ・ 死亡診断書を提出すること
- ・ 死亡広告を新聞社に出すこと
- ・ 遺体を土葬または火葬すること

合衆国諸州のほとんどで、葬儀屋なしで自分自身でこれらの手配を扱うことができます。

葬儀プランは買うべきか

葬儀には費用がかかる場合があります。あなたがとれる選択肢やあなたの権利を知ることで、お金を節約することができます。この項では、経済的な面から前もって計画を立てることの重要性や、葬儀費用を前払いすることの利点と危険な点、支援を受けるところを理解するのに役立つでしょう。

前払いをめぐる様々な用語、すなわち、前払いする、葬儀の生前予約をする、事前に計画を立てるは、混同しやすいものです。これらの言葉のそれぞれには決まった意味がありませんが、一般的には、事前に計画を立てるということは、そうした準備を前払いしないで、書面または口頭であなたの願望を述べることです。

■**事前に計画を立てるとは？** 事前に計画を立てるということは、単に、前もって計画を立てるということを意味します。いつも、前もって計画を立てて、葬儀費用を賄う方法を考えておくべきです。事前に計画を立てることにより、あなたの家族は、悲嘆の時に選択するというストレスを感じなくて済みます。また、希望する物品やサービスに関し、価格を比較して、十分に情報を得た上で選択することを可能にもしてくれます。

■**前払いをすべきか？** 前払いするとは、将来の葬儀のために、今資金を取っておくことを意味します。資金を取っておく方法がいくつかあります。死の何年も前に葬儀プランを買うひともあります。これには利点と欠点とがあります。前払いすることを選択するのなら、サインをする前に必ず契約を理解していなければなりません。

■**葬儀の生前予約をするとは？** 葬儀の生前予約をするとは、特別な種類の前払いです。葬儀の生前予約をするとは、葬儀場や墓園、保険代理店で販売されるプランや信用を示す、葬儀業界が使う言葉です。

事前にあなたの葬儀のために支払いをすることについては、慎重であるべきです。葬儀場があなたの死の前に廃業するとしたら、どうなるでしょうか。あなたがプランについて心変わりするとしたら、どうなるでしょうか。これらの事態によって、あなたは、支払ったお金の一部または全部を失うことになるかもしれません。あなたはサインする契約を理解しているかよく確かめてください。

■どれくらいの費用がかかるのでしょうか？価格は、サービスと（棺や埋葬用の骨壺のような）葬儀用品次第で様々です。連邦「葬儀規則」により、葬儀屋は、求めに応じて葬儀用品とサービスに関する最新の価格リストをあなたに示すことが命じられています。また、葬儀業者は、電話で求められても価格を開示しなければなりません。大きな買い物のとくと同様に、最適価格を求めて見て回しましょう。欲しいもののうち、必要なものだけを買きましょう。

前払いの葬儀プランなのに、家族の者は、賄われていない追加費用があることを知って驚くことがあります。例えば、棺保護箱（棺収納容器）や墓地管理料、警護サービスは、「隠れた」特別費に混じっていることがあります。墓や地下聖堂、壁龕を開閉する料金もあります。また、週末または営業時間外に行われるサービスには追加料金がかかるかもしれません。さらに、一般売上税は、死亡時のすべての物品およびサービスに課せられ、遺産から支払われることとなります。

退役軍人には、120 ある全米退役軍人墓地のうち、どの墓地でも埋葬給付を受ける資格があります。これらの墓地では、墓標または墓石、棺保護箱、墓または壁龕の開閉、および永代供養が含まれます。また、退役軍人は、全米退役軍人墓地以外の墓地に埋葬されると、墓石を無料で受け取る資格がありますが、通常、墓石を設置するには料金が掛かります。より詳しい情報は、www.va.gov^{注2)}を参照するか、1-800-827-1000 に電話をしてください。

■どこで援助を受けることができるのでしょうか？事前に葬儀の計画を立て価格を比較することは、いつでもできる賢明なことのひとつです。お住まいの州で選択することができることを知り、あらかじめ計画を立てることについて援助を受けるためには、www.funerals.org を参照するか、1-800-765-0107 に電話をしてください。葬儀場または死体安置場を訴えたい場合は、連邦取引委員会 1-877-FTC-HELP に連絡してください。

あなたの葬儀を計画する

次のページから始まる書式を用いて、あなたの葬儀または追悼式を計画することができます。あなたの計画について家族と話しましょう。あなたの計画を遺言書に書くことで安心してはいけません。というのも、遺言書は、その他の手配が調うまで、読まれないかもしれないからです。

計画がその時より前に立てられず話されないときは、その負担は、遺っている家族や愛する人の肩にのしかかるのです。事前にあなたの願望を述べておくことは、悲嘆と喪失の時に愛する人にのしかかる重荷を取り除くのに役立ちます。

最終準備

このシートを用いて、必須の情報を提供し、あなたの願望を述べてください。

I. 個人情報

氏名： _____

誕生日： _____

出生地： _____

夫/妻： _____

子ども： _____

孫： _____

その他の重要な人： _____

II. 葬儀

A. 葬儀の種類

葬儀 追悼式 行わない

その他 _____

B. 葬儀の場所

教会または寺院 _____

遺体安置所または葬儀場 _____

その他 _____

C. 面会の場所（上記と異なる場合）

教会または寺院 _____

遺体安置所または葬儀場 _____

その他 _____

D. 追悼頌徳演説（弔辞）をする者

1. _____
2. _____

E. 演奏または歌って欲しい楽曲

葬儀の時に歌って欲しい賛美歌、聖歌または歌を挙げてください。歌や演奏をして欲しい独唱者、歌手または音楽家の名前を挙げてください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

F. 朗読

お気に入りの聖書や経典、聖なる読本、詩などを挙げてください。朗読をして欲しい人を書き記してください。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

G. 祭壇の状態

花（どんな種類の花ですか？）

写真（どの写真ですか？どこで撮られた写真なのですか？）

宗教上の像（どんなものですか？）

その他 _____

H. 花および寄付金

参列者が花または花輪をもってきてもかまわない。

花または花輪は遠慮する。

寄付金は以下のようにして欲しい。

1. _____
2. _____
3. _____

Ⅲ. 葬儀の指示

A. 葬儀時の遺体との対面

対面させる 対面させない

対面が行われるのは、どこですか？

どんな衣類を身に着けたいですか？

身の回りの品で、あるとすれば、どんな物を棺の中に収めたいですか？

B. 土葬または火葬

土葬（墓地がある場合、その証明書はどこにありますか？）

火葬

遺灰は、どこに保管しますか？どこに撒きますか？

身の回りの品で、あるとすれば、どんなものを一緒に火葬したいですか？

献体（取り決めがある場合、その証明書はどこにありますか？）

葬儀および埋葬について事前に取り決めをしている。

している（どの葬儀場ですか？）

事務手続の場所

していない

この情報が必要とされるとき、誰に担当して欲しいですか？

氏名 _____

電話番号 _____

IV. その他の指示または情報

V. 亡くなったときに連絡する人

家族、友人、聖職者、弁護士、会計士その他の者を挙げてください。必要に応じてページを追加してください。

氏名／関係 _____

電話番号／eメール _____

氏名／関係 _____

電話番号／eメール _____

氏名／関係 _____

電話番号／eメール _____

氏名／関係 _____

電話番号／eメール _____

消費者のための助言

・前もって計画を立てること。このブックレットにあなたの願望を記録すること、そして信頼できる人にこのブックレットが置いてある場所を知らせること。

・家族の人と葬儀について話し合うこと、そして、

家族の人とあなたの願望について話すこと

・電話でまたは直接、店に出向いて値段を聞くこと。

・装飾のない棺は土葬または火葬に適していること、火葬は土葬よりも費用がかからないことを覚えておくこと。

・遺体なしに葬儀を行うことは、遺体のある葬儀を行うよりも、計画を立てる余裕を与えてくれるし、費用もかからないことを覚えておくこと。

・葬儀屋抜きで全ての準備をするか、またはあなたの計画を尊重してくれる葬儀屋を選ぶこと。

・埋葬計画または葬儀プランを前払いする場合は、サインの前に契約内容について理解していることを確かめること。

・あなたがお住まいの州の葬儀消費者同盟に加入すること。この団体は、あなたが選択肢を理解することや賢明な選択をすることを援助してくれるでしょう。この団体の全米組織については www.funerals.org を参照するか、または 1-800-765-0107 に電話をしてください。

計画は役に立たないが、

計画を立てることは、

極めて大切なことである。

—ウィンストン・チャーチル

訳者あとがき

(1) 著者について

著者のキャサリン・L. ブラウン博士 (Dr. Kathryn L. Braun) は、ハワイ大学医学部公衆衛生科学研究科博士課程の主任教授であるとともに、社会福祉学部の教授でもある。教育面では、主として医療格差や公衆衛生学に関する講義を担当されており、研究面では、がんや老年学に関する地域密着参加型調査研究をおこなっている。また、ハワイ先住民がんネットワークであるイミ・ハレ Imi Hale (アメリカ合衆国の国立がん研究所からパパ・オラ・ロカヒ Papa Ola Lokahi (ハワイ先住民保健機関) への助成を通して資金援助を受けている組織) の共同代表調査者および研究部長でもあり、ハワイ先住民出身者の研究のスキルを高めるための指導にあたっている。

ブラウン博士は、アジア太平洋地域アクティブエイジングコンソーシアムの会長として、日本、韓国、

中国、インドネシア、モンゴル、シンガポール、その他の国々の老年学者との研究を通して、国際的に活躍している。

(2) 日本のお葬式事情とブックレットに見る米国の事情

ブックレット1「アドバンス・ケア・プランニング：選択肢を知らせる」¹⁾では、医療の選択をどのようにするかを考えましたが、ここでは、葬儀の計画を考えることをテーマに書かれている。

日本でも最近「エンディングノート」が次第に普及してきた。「エンディングノート ending+ note(和製英語)」とは、自分にもしものことがあった時のために、伝えておきたいことをまとめておくノートのことである。パソコンから無料でダウンロードできるものもあれば、書店や文房具店で有料で購入できるもの、無料で配布されているもの等がある。一般には、自分史をふくめた自分自身のこと、親戚や友人の連絡先を含めたリスト、財産や年金や保険のこと、病気になった時の介護や治療に関する希望(ブックレット1「アドバンス・ケア・プランニング：選択肢を知らせる」参照されたい)、葬儀のこと、お墓のこと等の項目があり、各項目ごとに自分で記述するようになっている。それにより、意思表示をすることができなくなった時や死後に、遺された家族が困らない、遺された家族に自分の気持ちや愛情を伝えることができるという利点がある。しかし遺言状とは異なり、法的な拘束力はない。

このブックレットは、葬儀の準備を前もって準備することを勧めており、葬儀内容や葬儀後の埋葬についての情報がかなり詳しく記されている。

日本では遺体を火葬する割合が圧倒的に多いが、アメリカ合衆国では、宗教上の理由からか土葬が多い。ブックレットも、火葬の前に土葬の説明がされている。また、土葬する際の棺も200または300ドルから数万ドルと金額に幅があり、このことは日本の棺の価格にも通じる。

日本の葬儀事情と、ブックレットに示されているアメリカ合衆国の葬儀事情には違いもあるが、参考になることもある。特に、後半の最終準備には、直接自分の考えが書き込めるシートになっており、自分の葬儀を考えるヒントになるのではなかろうか。

訳注

注1)「Funeral Consumers alliance」葬儀に関する消費者団体(NPO)のホームページ。

注2)「U.S. Department of Veterans Affairs」アメリカ合衆国の退役軍人局のホームページ。

訳者あとがき注

1) 藪本知二、田中愛子、翻訳 アドバンス・ケア・プランニング：選択肢を知らせる、山口県立大学共通教育機構紀要6号、2015。

