ホスピス・緩和ケアに関する意識調査　2023年

―― 人生100年時代の逝き方 ――

ホスピス財団
公益財団法人 日本ホスピス･緩和ケア研究振興財団

＜お問い合わせ先＞
TEL 06-6375-7255　FAX 06-6375-7245
e-mail　hospat@gol.com

はじめに

この度、「ホスピス・緩和ケアに関する意識調査2023年」を公表できることになりました。

前回の調査（2018年）から５年が経過し、ホスピス・緩和ケアを取り巻く環境や社会環境も変化しつつあります。今回の調査を通して、高齢化、多死社会が抱える課題に関して重要な知見が得られたのではと考えております。

当財団は、ホスピス・緩和ケアに関する調査・研究や人材育成を行うことにより、ホスピス・緩和ケアの質の向上に寄与することを目的として活動を続けております。同時に社会からの理解や評価、期待を大切にする姿勢も重視し、さまざまな媒体を通しての情報提供を行っております。本調査は、その一環としてホスピス・緩和ケアや死生観に関する社会における客観的な事実を確認し公表することにより、当財団がより貢献度の高い成果を達成することを目的として実施されたものです。

本調査は、当財団事業委員会で企画され、シニア生活文化研究所代表理事の小谷みどり氏、関西学院大学教授の坂口幸弘氏、および当財団事務局で構成された実行委員会で実施されました。

今回の調査では、人生の最終段階で受けたい治療や、その意思決定をだれが行うかといった過去の質問項目を継続し比較するほか、「人生100年時代」の人生観に関する質問項目が加えられ、時宜に適った調査になったのではと思います。

本調査が目的に適ったものになっているかどうかは、皆様の評価を待つのみでありますが、それらの建設的意見を踏まえて今後も、この意識調査をより充実した、意義深いものに高め、広く社会へメッセージを発信していきたいと願っております。

２０２３年３月

公益財団法人

日本ホスピス・緩和ケア研究振興財団

理事長　**柏木　哲夫**

目　次

本調査の概要　1

第１章　死や終末期について

（１）がんの告知について家族と話し合った経験　3
（２）余命が限られていることを知りたいか　4
（３）自分の余命が限られていることを知らせたい範囲　5
（４）余命が限られた状態になった時の気持ち　6
（５）身近な人の余命が限られた状態になったら、その事実を知りたいか　7
（６）理想の死に方　9
（７）死ぬことは怖いか　11
（８）大切な人の理想の死に方　11
（９）大切な人に先立たれることは怖いか　15

第２章　人生の最終段階について

（１）受けたい医療　18
（２）人生の最終段階に受ける治療の決め方　20
（３）自宅で最期を過ごしたいか　21
（４）配偶者やパートナーと、どちらが先に死にたいか　24
（５）死期が近いとしたら心配や不安なこと　26
（６）信仰する宗教は、死に直面した時に心の支えになるか　27
（７）頼れる人がいるか　28

第３章　人生観について

（１）「グリーフケア」を知っているか　31
（２）自分の生きた証を残したいと思うか　31
（３）今夜、死ぬとしたら、何か心残りはあるか　34
（４）長生き（100歳以上）したいと思うか　35

第４章　考察　38

資料：調査票　41

本調査の概要

①調査地域と対象　　全国の20歳から79歳までの男女
②サンプル数　　1,000人（株式会社H.M.マーケティングリサーチのモニター）
③調査方法　　インターネット調査
④実施時期　　2022年９月
⑤回答者の属性

■性・年代層

性×年代の人口構成比に合わせてサンプル抽出した　（単位：人）

	20代	30代	40代	50代	60代	70代	合計
男性	67	78	100	88	83	81	497
女性	63	75	97	91	86	91	503
合計	130	153	197	179	169	172	1,000

■健康状態

	とても健康である	ある程度健康である	あまり健康でない	まったく健康でない
N	184	658	138	20
%	18.4	65.8	13.8	2.0

■婚姻状況

	配偶者がいる	死別	離婚	未婚
N	621	32	81	266
%	62.1	3.2	8.1	26.6

■同居者の有無

	同居者がいる	同居者はいない
N	787	213
%	78.7	21.3

■子どもの有無

	子どもがいる	子どもはいない
N	577	423
%	57.7	42.3

■信仰する宗教の有無

	ある	ない
N	135	865
%	13.5	86.5

■経済的なゆとり

	とてもゆとりがある	ややゆとりがある	あまりゆとりがない	まったくゆとりがない
N	46	353	415	186
%	4.6	35.3	41.5	18.6

■大切な人との死別経験（５年以内）の有無

	死別経験がある	死別経験がない
N	303	697
%	30.3	69.7

－死別した相手

	配偶者やパートナー	母親	父親	子ども	その他の家族・親族	親友	その他
N	10	66	71	2	159	28	15
%	3.3	21.8	23.4	0.7	52.5	9.2	5.0

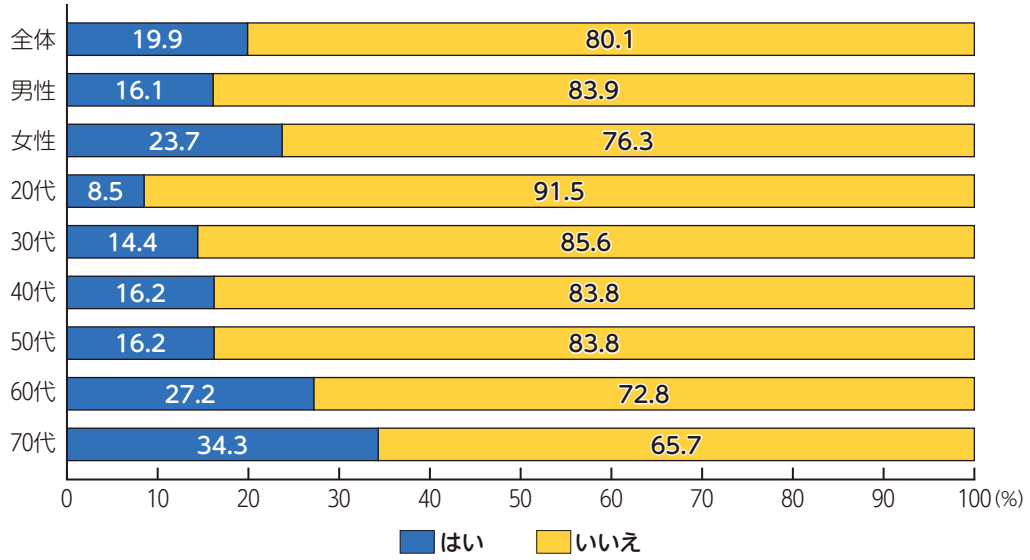
第１章　死や終末期について

（1）がんの告知について家族と話し合った経験

がんの告知について家族と話し合った経験をたずねたところ、話し合ったことがある人は19.9％にとどまり、80.1％の人は話し合ったことがなかった。

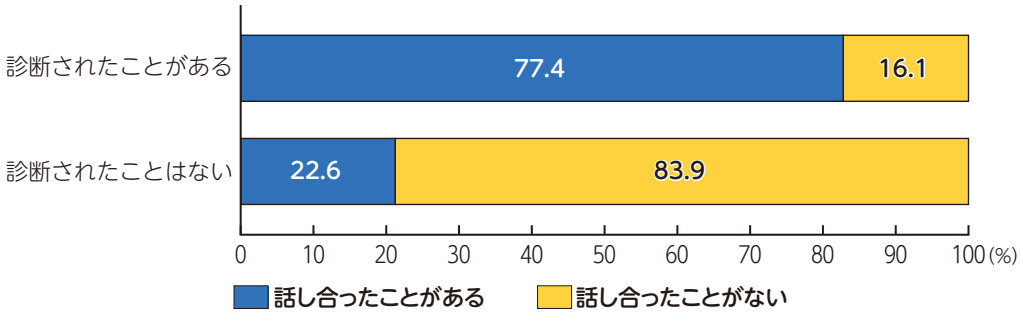
性別でみると、話し合ったことがある人の割合は女性の方がやや高いものの、話し合ったことがない人は男女ともに８割いた。また年代別でみると、年齢があがるにつれ、話し合ったことがある人の割合が増加していた。しかし70代でも、話し合ったことがある人は34.3％しかおらず、３人に２人は話し合ったことがないことが明らかになった。話し合ったことがある人の割合に着目すると、60代では50代より10ポイント以上も増加することから、60代以上になると、がんの告知について家族と話しあう機会を持つ人が出てくるのではないかと思われる。

図表１　がんの告知について家族と話し合ったことがあるか（性別、年代別）



がんと診断された経験の有無でみると、家族と話し合ったことがある人は、がんと診断されたことのある人では、77.4％いたのに対し、診断されたことのない人では22.6％にとどまった。しかし、がんと診断された人の16.1％は、家族と話し合ったことがないと回答しており、話し合う家族がいないのか、話し合うこともなく診断を受けたのかについては、さらなる検討が必要である。

図表２　がんの告知について家族と話し合ったことがあるか（がんの診断経験の有無別）

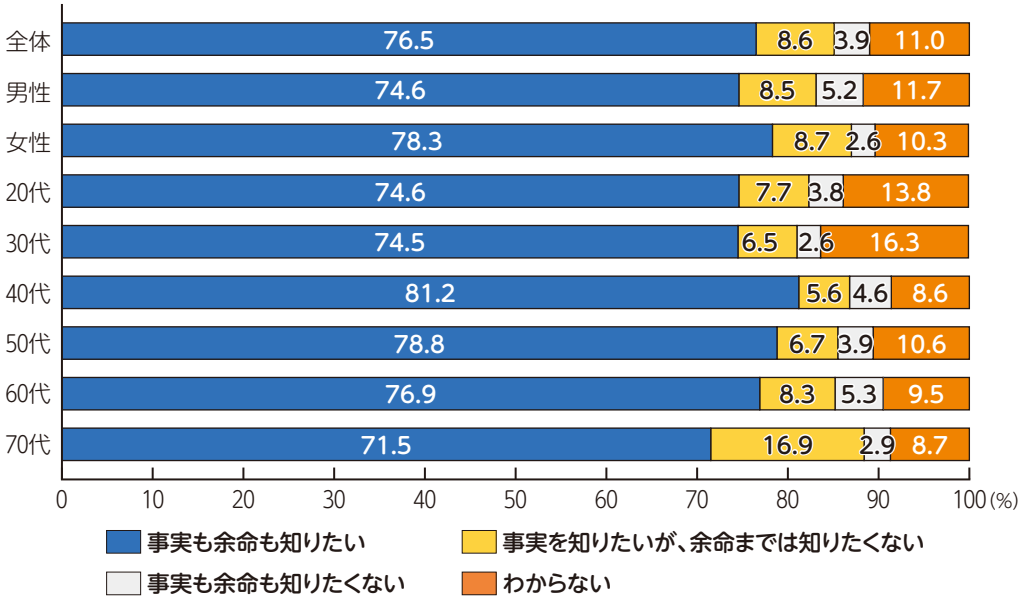


（2）余命が限られていることを知りたいか

余命が限られている状態になった時に、事実を知りたいかたずねたところ、全体の76.5％が「事実も余命も知りたい」と回答し、「事実を知りたいが、余命までは知りたくない」人（8.6％）を大きく上回った。

性別では、「事実も余命も知りたい」人は女性にやや多く、男性では「事実も余命も知りたくない」人が5.2％おり、女性の2.6％の倍となっている。年代別では、「事実も余命も知りたい」人は、40代で81.2％と最も多く、最も少ない70代の71.5％と10ポイント近い差がある。70代では、「事実を知りたいが、余命までは知りたくない」人が16.9％もいることは特筆すべき点である。

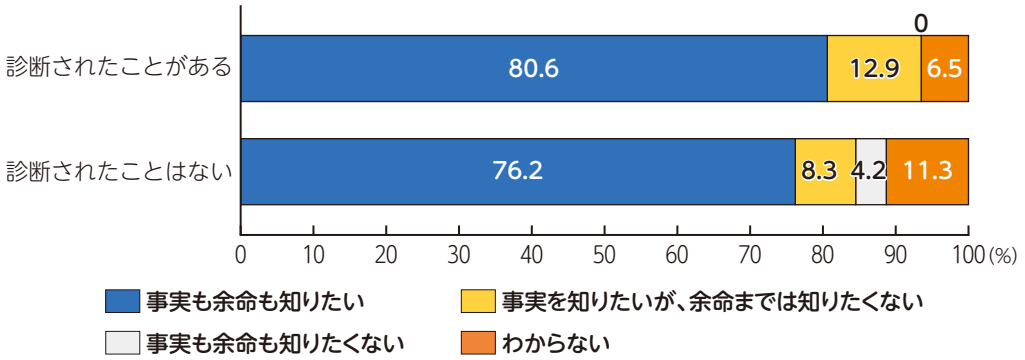
図表３　死が避けられず、余命が限られている状態になったら、その事実を知りたいか



がんと診断された経験の有無でみると、診断されたことがある人では80.6%が「事実も余命も知りたい」と回答し、診断されたことのない人の76.2%をわずかに上回っている。しかし、「事実を知りたいが、余命までは知りたくない」人は、がんと診断されたことがある人では12.9%もおり、診断されたことのない人の割合より多い。

以上のことから、70代、および、がんと診断されたことのある人では、「事実を知りたいが、余命までは知りたくない」人が少なからず存在することが分かった。

図表４　死が避けられず、余命が限られている状態になったら、その事実を知りたいか
（がんの診断経験の有無別）



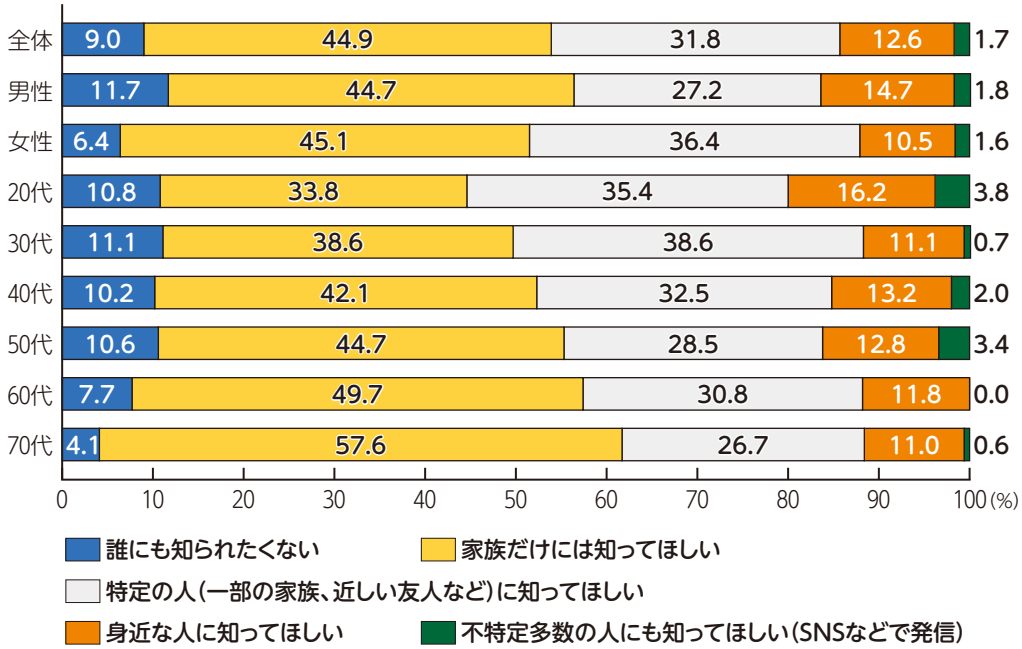
（3）自分の余命が限られていることを知らせたい範囲

死が避けられず、余命が限られた状態になった時、そのことを他人が知ることについてどう思うかをたずねたところ、「家族だけには知ってほしい」と回答した人が44.9%と最も多く、次に多い「特定の人（一部の家族、近しい友人など）に知ってほしい」人（31.8%）を10ポイント以上も上回った。

性別でみると、「家族だけには知ってほしい」「特定の人（一部の家族、近しい友人など）に知ってほしい」を合わせると、ごく近い身内や親友には知ってほしいと考えている人は、女性では81.5%なのに対し、男性では71.9%と、女性の方が10ポイント近く多い。男性では、「誰にも知られたくない」人は11.7%いるうえ、「身近な人に知ってほしい」人も14.7%と女性よりも多く、考え方が多様化している。

年代別では、「家族だけには知ってほしい」と考える人は年齢があがるほど多くなり、20代では33.8%なのに対し、70代では57.6%であり大きな差がある。一方、20代では「身近な人に知ってほしい」人が16.2%と最も多く、より多くの人に知ってもらいたいと考えていた。しかしながら、20代から50代の現役世代では、「誰にも知られたくない」人も１割いることも特筆すべきである。

図表５　死が避けられず、余命が限られた状態を家族や身近な人が知ることについて
（性別、年代別）



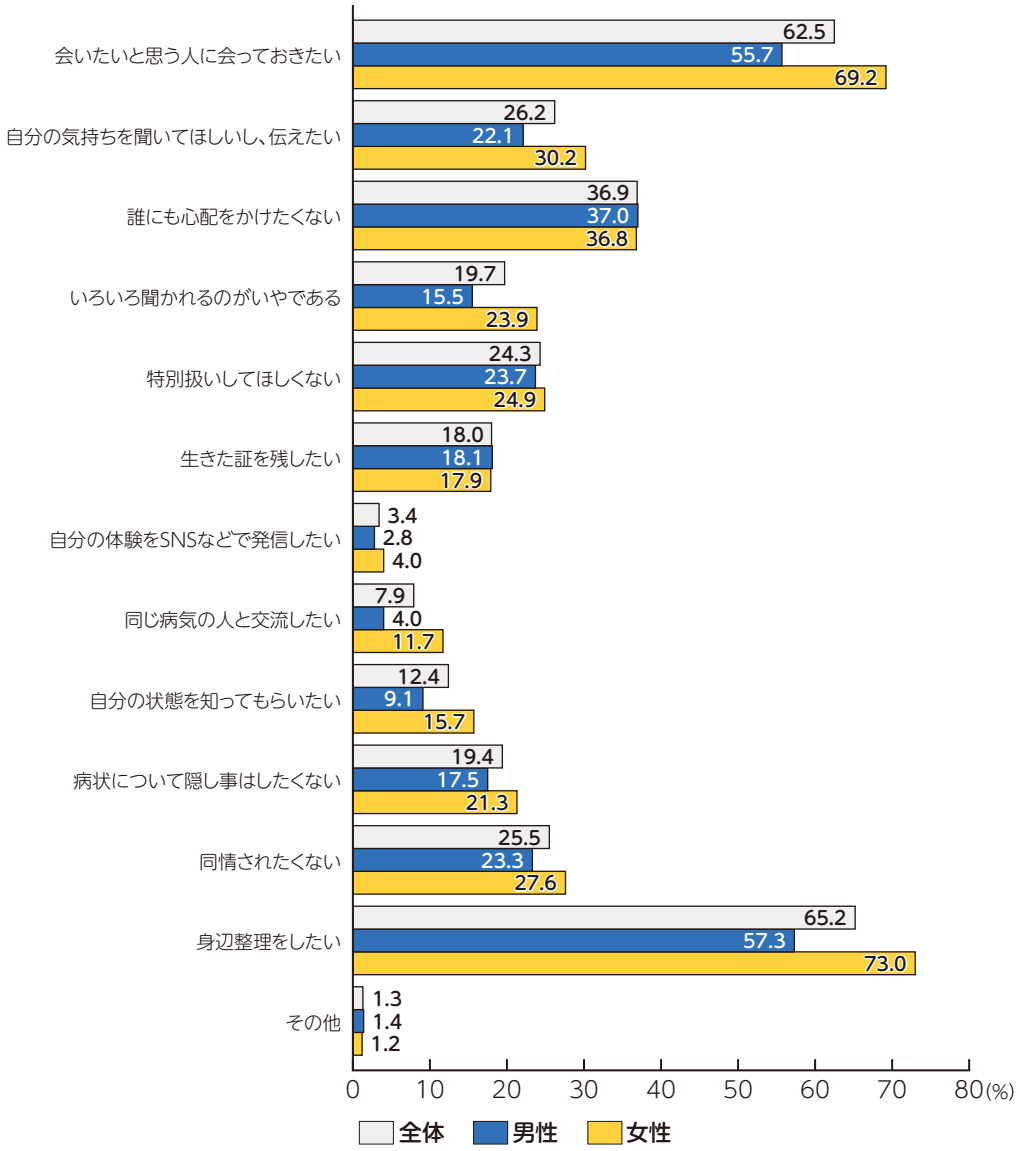
（4）余命が限られた状態になった時の気持ち

死が避けられず、余命が限られた状態になった場合の気持ちをたずねたところ、過半数を占めたのは「身辺整理をしたい」（65.2%）、「会いたいと思う人に会っておきたい」（62.5%）であった。また「誰にも心配をかけたくない」（36.9%）、「同情されたくない」（25.5%）、「特別扱いしてほしくない」（24.3%）、「いろいろ聞かれるのがいやである」（19.7%）という意見がある一方、「自分の気持ちを聞いてほしいし、伝えたい」（26.2%）という声もあった。

性別でみると、男女ともに「身辺整理をしたい」「会いたいと思う人に会っておきたい」が回答率の上位２つであるものの、回答率は女性の方が15ポイント近くも高い。女性では、「いろいろ聞かれるのがいやである」「特別扱いしてほしくない」と回答した人も男性より多い一方で、「自分の状態を知ってもらいたい」「病状について隠し事はしたくない」という人も女性の方が多い。さらに「同じ病気の人と交流したい」と考える人も女性に多い。

女性の方が多様な意識を持っているものの、「誰にも心配をかけたくない」という意識は男女共通にみられる。

図表６　死が避けられず、余命が限られた状態の気持ち〈複数回答〉(性別)



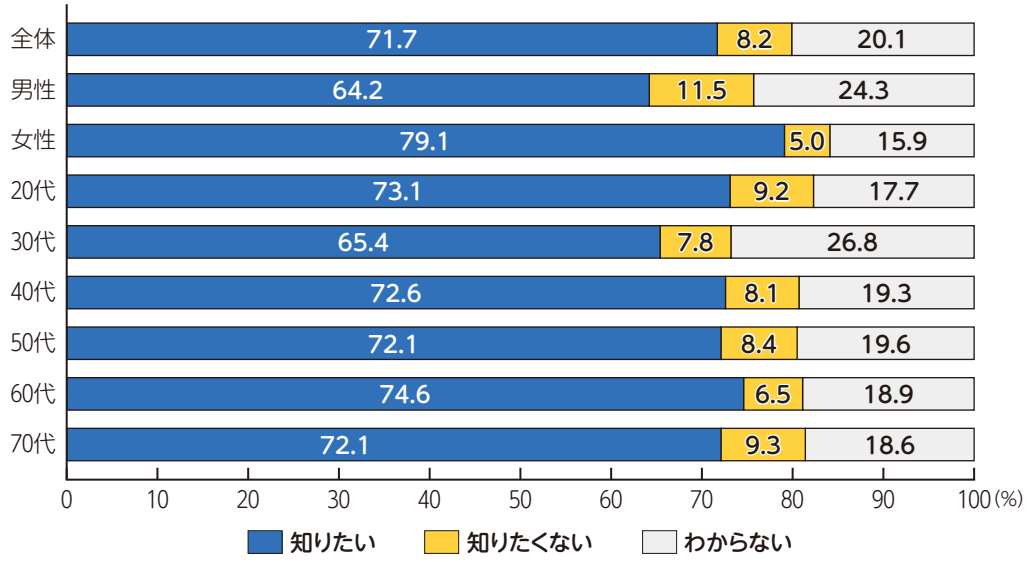
（５）身近な人の余命が限られた状態になったら、その事実を知りたいか

身近な人が、死が避けられず、余命が限られた状態になった時、その事実を知りたいか、たずねたところ、「知りたい」と回答した人は71.7%だったが、「わからない」と回答した人は20.1%もおり、そのような状況をイメージできない人も少なくない。

性別でみると、「知りたい」人は女性で79.1%もいたが、男性では64.2%と15ポイント近くも少ない。男性では、「知りたくない」人は11.5%いたうえ、「わからない」人は24.3%もいた。

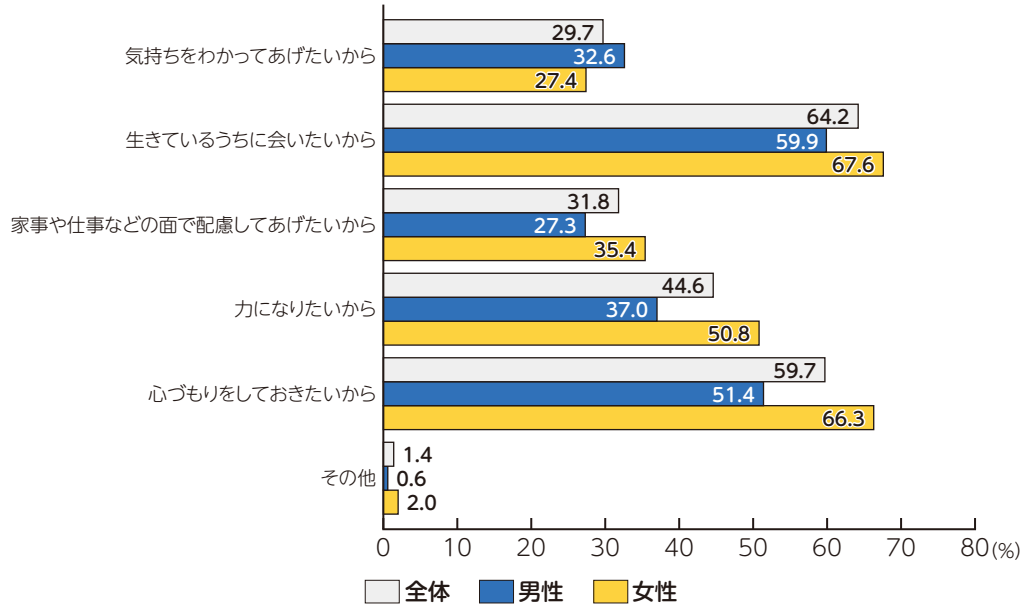
年代別では、30代で「知りたい」人が他の年代より少なく、「わからない」人は26.8%と多い。その他の年代では、特筆すべき特徴はみられない。

図表７　身近な人が、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、その事実を知りたいか
（性別、年代別）



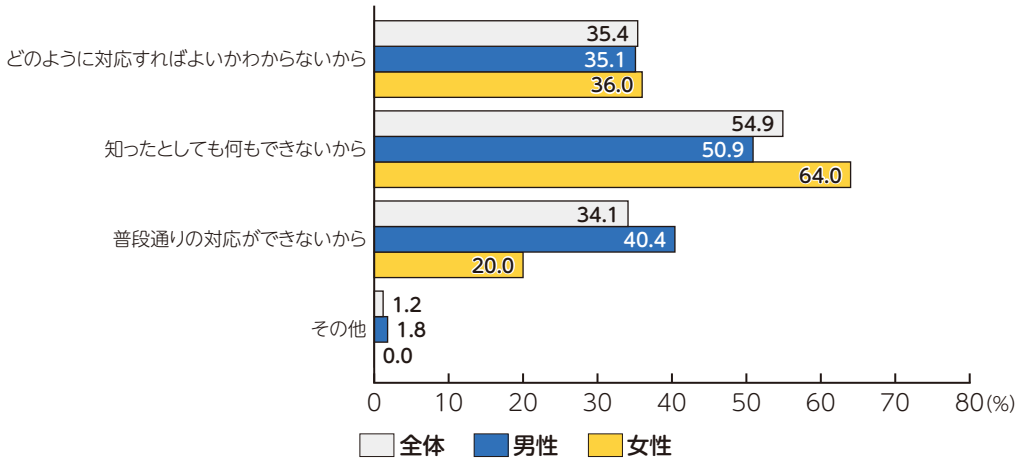
次に、知りたいと回答した人に、その理由を複数回答でたずねた。全体で過半数を占めたのは、「生きているうちに会いたいから」（64.2%）、「心づもりをしておきたいから」（59.7%）であった。性別にみると、「心づもりをしておきたいから」と回答した人は、女性では男性より15ポイント近くも多く、「力になりたいから」と回答した女性は50.8%であった。一方、男性の回答率が女性を上回ったのは、「気持ちをわかってあげたいから」であった。

図表８　身近な人の余命が限られていることを知りたい理由〈複数回答〉



知りたくない理由としては、「知ったとしても何もできないから」が54.9％と最も多かった。女性では「知ったとしても何もできないから」が多いが、男性では「知ったとしても何もできないから」「普段通りの対応ができないから」を挙げる人が多かった。

図表９　身近な人の余命が限られていることを知りたくない理由〈複数回答〉



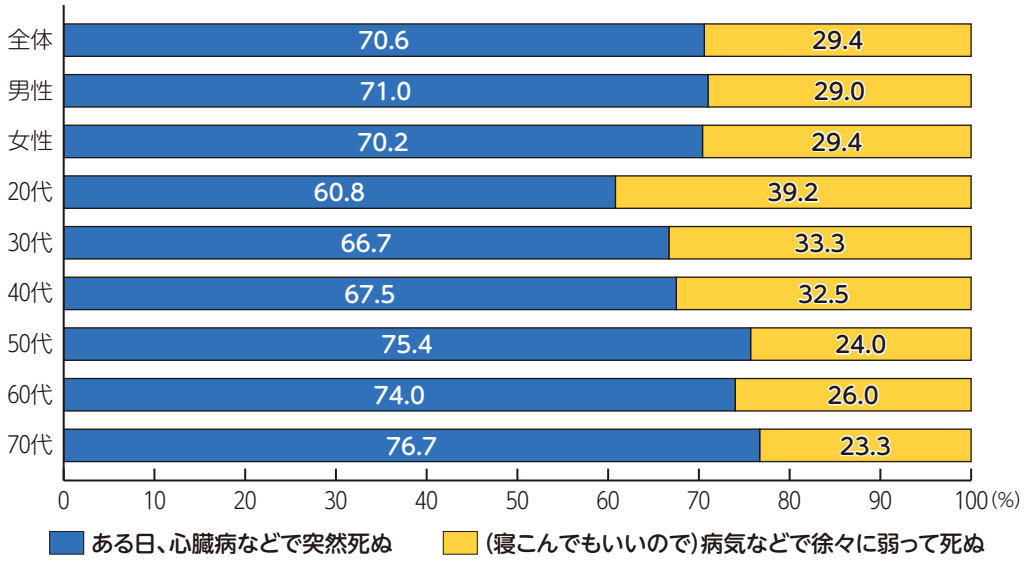
（６）理想の死に方

死に方を決められるとしたら、理想の死に方として「ある日、心臓病などで突然死ぬ」を選択した人は全体で70.6％おり、「（寝こんでもいいので）病気などで徐々に弱って死ぬ」（29.4％）を大きく上回った。

性別では、男女で特筆すべき特徴はなく、どちらも７割が「ぽっくり死」を望んでいた。年代別では、ぽっくり死を希望する人の割合は年代があがるにつれて増加し、20代では60.8％なのに対し、70代では76.7％と15ポイント以上も多い。高齢者ほどぽっくり死願望が多いことは過去の調査結果からも明らかになっており、今回も同様の傾向がみられた。

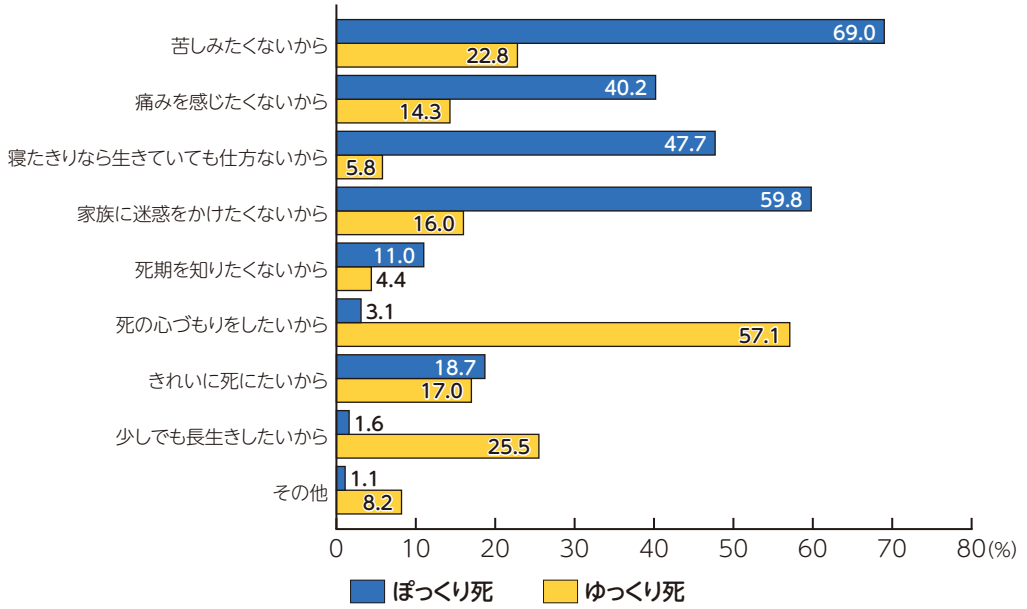
また「ぽっくり死」が理想だと回答した人の割合は、過去の調査結果と比較すると、2008年調査73.9％→2012年調査70.9％→2018年調査77.7％→今回調査70.6％となり、今回の調査結果が最も低くなった。

図表10　理想の死に方（自分の場合）



理想の死に方を選んだ理由をたずねたところ、「ぽっくり死」を選択した人は「苦しみたくないから」(69.0%)、「家族に迷惑をかけたくないから」(59.3%)、「寝たきりなら生きていても仕方ないから」(47.7%) であった。「ゆっくり死」では、「死の心づもりをしたいから」が57.1%と最も多かった。「寝たきりなら生きていても仕方ないから」という理由を選んだ人は、「ぽっくり死」では47.7%いたが、「ゆっくり死」では5.8%にとどまっており、理想の死に方によって、死生観の違いが浮き彫りになった。

図表11　理想の死に方別にみた理由



（7）死ぬことは怖いか

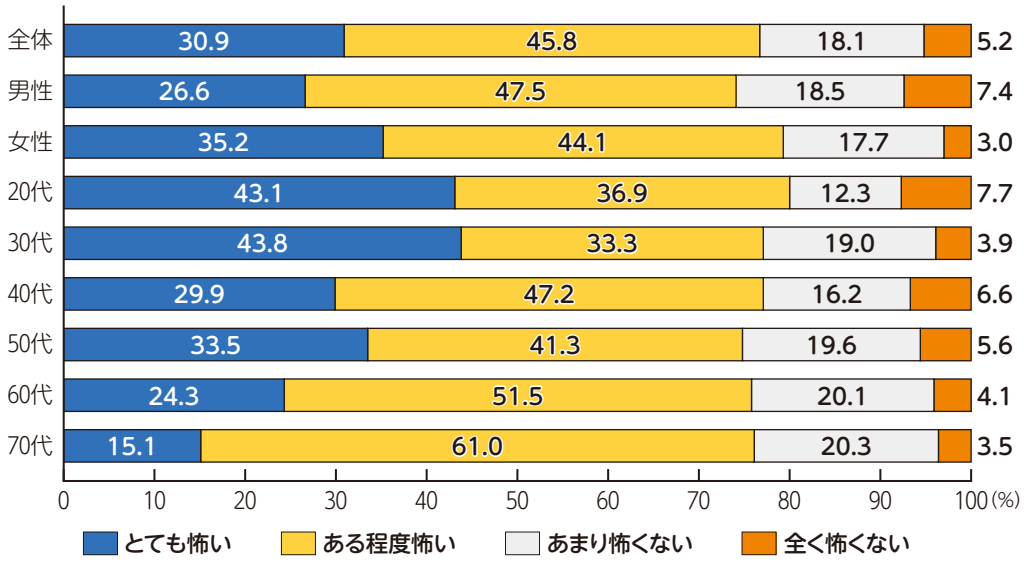
自分が死ぬことが怖いかどうかをたずねたところ、全体では「とても怖い」（30.9%）、「ある程度怖い」（45.8%）を合わせると、76.7%の人は怖いと思っていた。

性別でみると、「とても怖い」と感じている人の割合は女性の方が多く、女性が35.2%なのに対し、男性では26.6%と10ポイント近くの差があった。「ある程度怖い」人を合わせても、女性では79.3%が死を怖いと思っていたが、男性では74.1%と、女性の方が、怖いと感じている人がわずかながら多かった。

年代別にみると、「とても怖い」と感じている人は年齢があがるにつれて減少し、代わって「ある程度怖い」人の割合が増加する。特に70代では「とても怖い」人は15.1%にとどまるのに対し、20代や30代では４割を超えており、大きな差があった。年齢があがるにつれて「あまり怖くない」人の割合はわずかながら増加するものの、「とても怖い」「ある程度怖い」を合わせると、20代では80.0%、70代では76.1%と大きな差はなかった。

以上のことから、年齢があがるにつれて、死の怖さの度合いは薄れる傾向にあるものの、どの年代にとっても、自分の死が怖いことには変わりがないことが分かった。

図表12　自分が死ぬことは怖いか
（性別、年代別）



（8）大切な人の理想の死に方

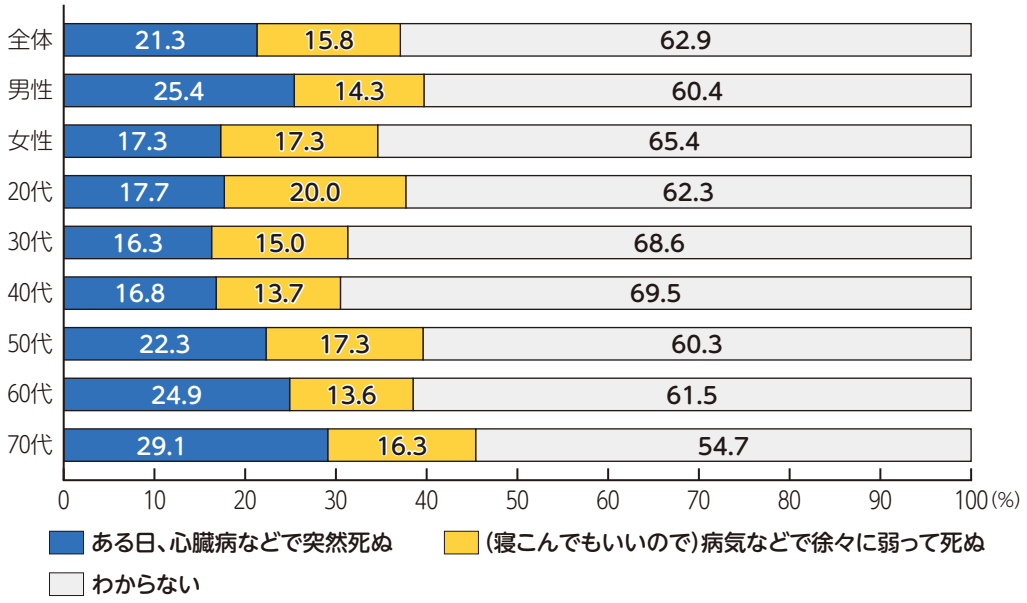
最も大切な人が死に方を決められるとしたら、全体では「わからない」と回答した人が62.9%を占め、「ある日、心臓病などで突然死ぬ」（21.3%）を大きく上回った。「ぽっくり死」か、「（寝込んでもいいので）病気などで徐々に弱って死ぬ」という「ゆっくり死」かで比較すると、ぽっくり死を選択した人の方が５ポイントと、若干多かった。

性別では、「わからない」と回答した人は女性に多く、男性では、「ぽっくり死」を挙げ

た人が25.4%いるのに対し、女性では17.3%と、男性の方が８ポイント近く多かった。また「ゆっくり死」を選択した人は女性の方が若干多かった。男女ともに、大切な人の死を想像したこともないためか、わからないという回答が多かったものの、男性ではぽっくり死を希望しているのに対し、女性では、ぽっくり死とゆっくり死が二分される結果となった。

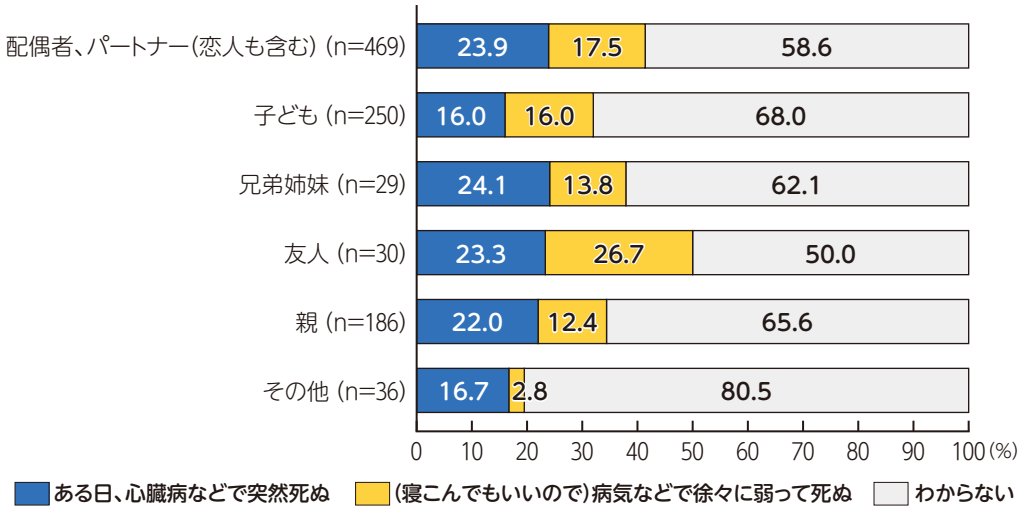
年代別では、どの年代でも「わからない」という回答が過半数を占めるものの、50代以上では「わからない」と回答した人が少なくなる傾向にある。また20代では、ゆっくり死がぽっくり死の割合を上回っており、30代、40代では、ぽっくり死とゆっくり死がほぼ二分されるのに対し、50代以上では、ぽっくり死の割合が増え、ゆっくり死を大きく上回った。

図表13　最も大切な人の理想の死に方（性別、年代別）



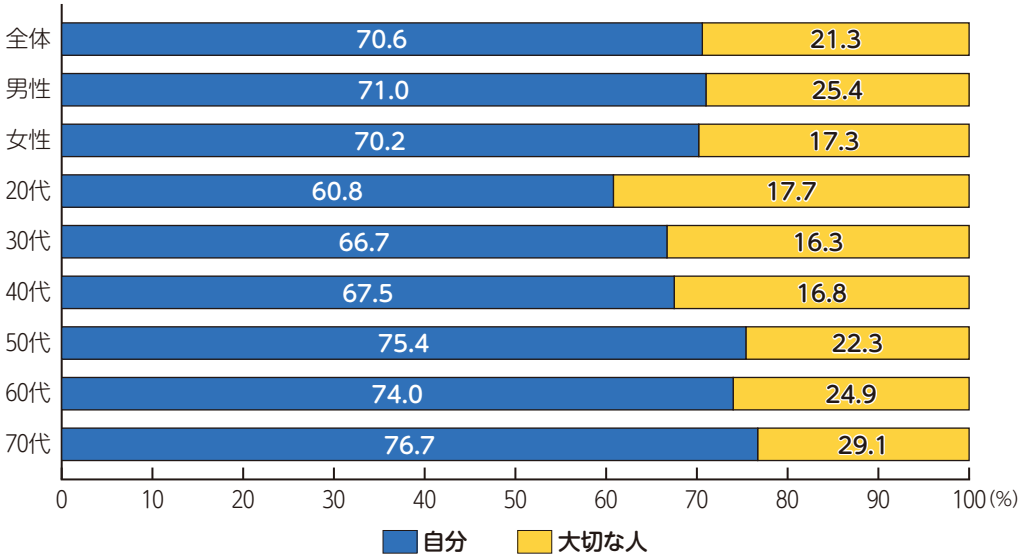
最も大切な人の続柄別に、理想な死に方を見たところ、「配偶者・パートナー」「兄弟姉妹」「親」では、ぽっくり死がゆっくり死を上回った。なかでも最も大切な人が「親」である人では、ぽっくり死がゆっくり死を10ポイント近くも上回っていた。一方、最も大切な人が「子ども」である人では、「わからない」が68.0%もいた。

図表14　大切な人の続柄別にみた理想の死に方



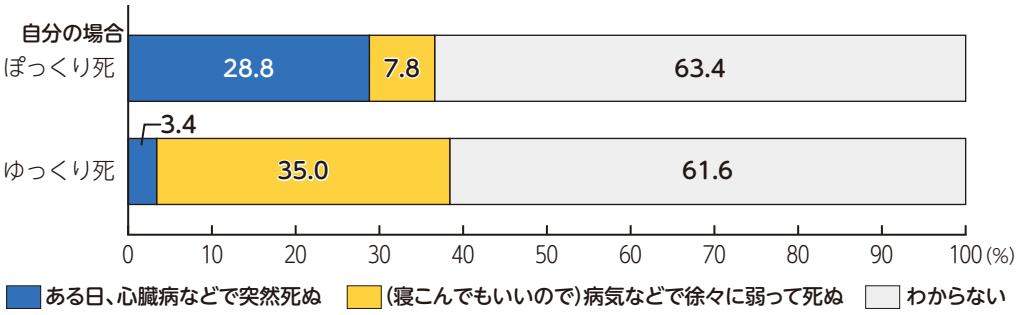
ぽっくり死を理想の死に方と考えている人の割合を自分の場合と最も大切な人とで比較したところ、性別、年代別のいずれも、ぽっくり死を望む人の割合は、自分の場合の方が多かった。性別では、男女ともに、自分の場合はぽっくり死を望む人の割合は変わらないが、大切な人の場合には男性の方が多いことがわかる。年代別では、年齢があがるにつれ、自分も大切な人の場合もぽっくり死を理想とする人の割合が増加していた。

図表15　理想の死に方がぽっくり死の割合



次に自分の理想の死に方別に、大切な人の理想の死に方をみたところ、自分の理想がぽっくり死である人は、大切な人もぽっくり死を望み、自分がゆっくり死を望む人は大切な人も同じ死に方を理想としている傾向が分かった。

図表16　自分の理想の死に方別にみた大切な人の理想の死に方



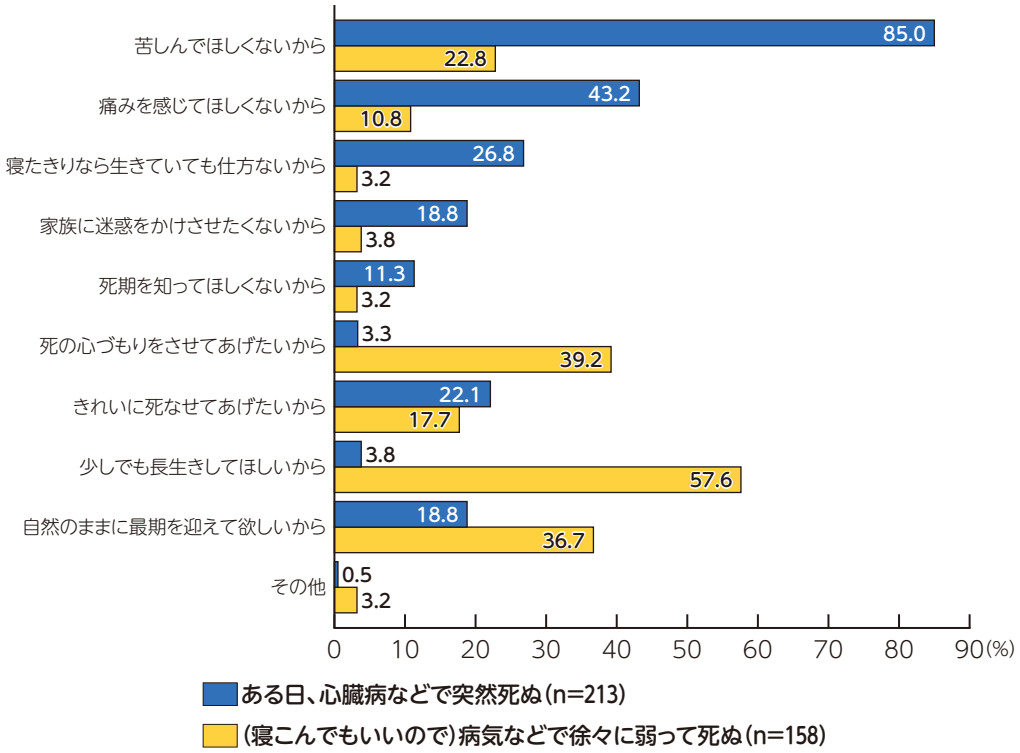
大切な人の理想の死に方がぽっくり死か、ゆっくり死かでは、どう理由が異なるのかをみたところ、ぽっくり死では、「苦しんでほしくないから」(85.0%) が最も多く、次に多い「痛みを感じてほしくないから」(43.2%) を大きく上回った。

一方、ゆっくり死では、「少しでも長生きしてほしいから」(57.6%) が過半数を占め、「死の心づもりをさせてあげたいから」(39.2%)、「自然のままに最期を迎えて欲しいから」(36.7%) が続いた。

大切な人のぽっくり死が理想である人の理由を、自分がぽっくり死を望む人の理由と比較すると、「苦しんでほしくないから（苦しみたくないから)」と考える人の割合は、自分が69.0%なのに対し、大切な人では85.0%と大きな差があった。また、自分がぽっくり死を望む人は、「家族に迷惑をかけたくないから」「寝たきりなら生きていても仕方ないから」がそれぞれ59.8%、47.7%であったが、大切な人のぽっくり死を望む理由として挙げた人は18.8%、26.8%にとどまっており、なかでも家族への迷惑を挙げた人は40ポイント以上の大きな差があった。一方、「痛みを感じてほしくないから」は、自分の場合は40.2%だったのが、大切な人の場合は43.2%と、若干上回った。

このことから、自身がぽっくり死を望む人では、大切な人もぽっくり死を望む傾向があるものの、その理由は、苦しみたくない・苦しませたくないという気持ち以外に、自分の場合には家族に迷惑をかけたくないという気持ちが大きいが、大切な人の場合は、痛みや苦しみを感じさせたくないという気持ちが大きいといえる。

図表17　大切な人の理想の死に方を選んだ理由

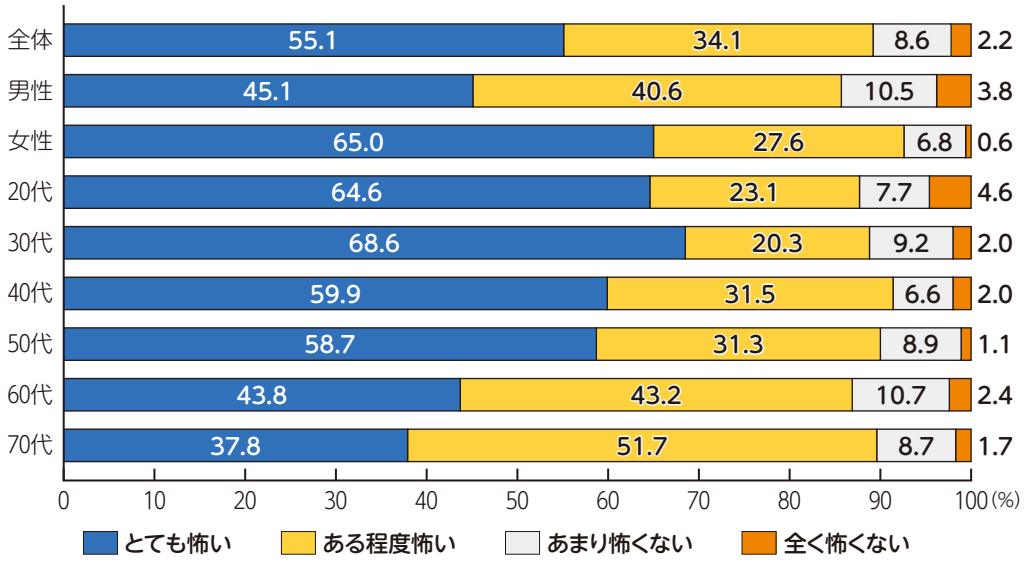


（9）大切な人に先立たれることは怖いか

大切な人に先立たれることは怖いかどうかをたずねたところ、「とても怖い（55.1%）、「ある程度怖い」（34.1%）を合わせると、89.2%の人が怖いと考えていた。

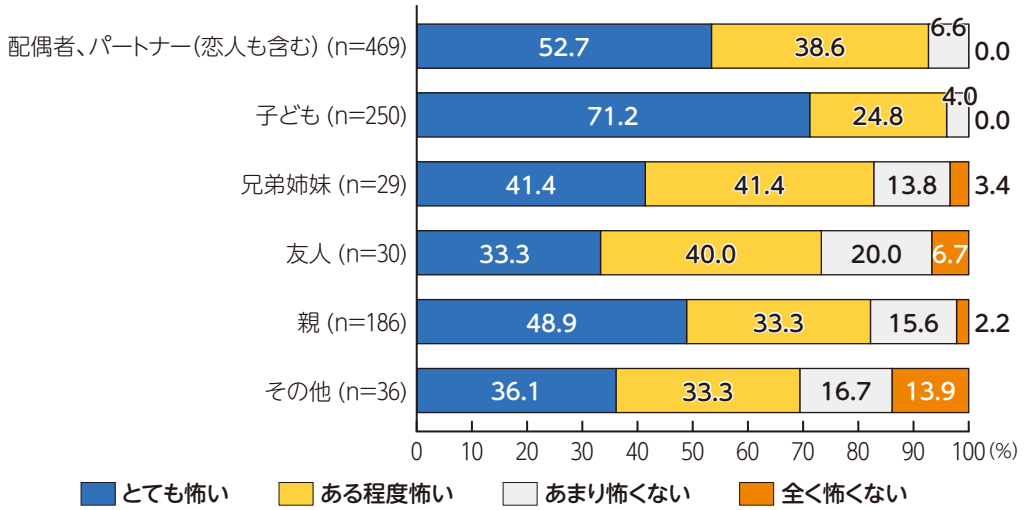
性別でみると、「とても怖い」と回答した人は男性45.1%、女性65.0%となり、20ポイント近い差があった。また年代別でみると、年齢が上がるにつれ、「とても怖い」と回答した人の割合は減少する傾向にあるうえ、60代、70代では、「ある程度怖い」と回答した人は「とても怖い」を上回っていた。

図表18　大切な人に先立たれることは怖いか



次に大切な人の続柄別にみたところ、大切な人が「子ども」と回答した人では、大切な人の死が「とても怖い」人が71.2%と最も多く、次いで「配偶者・パートナー」(52.7%)、親（48.9%）となった。一方、「友人」では、「とても怖い」人の割合は33.3%にとどまり、「ある程度怖い」(40.0%）を合わせても、怖い人の割合は最も少なかった。

図表19　続柄別にみた大切な人の死の怖さ



自分の死の怖さ別に大切な人の死の怖さを見てみると、自分の死が「とても怖い」人では、84.5%が大切な人の死も「とても怖い」と回答したが、自分の死が「あまり怖くない」「全く怖くない」人でも、大切な人の死が「とても怖い」「ある程度怖い」人は、合わせると、それぞれ72.9%、52.0%であり、自分の死が怖くない人であっても、大切な人に先立たれることが怖いと感じている人が多いことが分かった。

図表20　自分の死の怖さ別にみた大切な人に先立たれることへの怖さ

（単位：%）

	自分の死			
	とても怖い	ある程度怖い	あまり怖くない	全く怖くない
n	309	458	181	52
とても怖い	**84.5**	**46.5**	**34.2**	**28.9**
ある程度怖い	14.2	46.9	**38.7**	**23.1**
あまり怖くない	0.7	5.9	26.0	19.2
全く怖くない	0.6	0.7	1.1	28.8

注：色付けした□部分は、自分の死よりも大切な人の死が怖い人の割合

第２章　人生の最終段階について

（1）受けたい医療

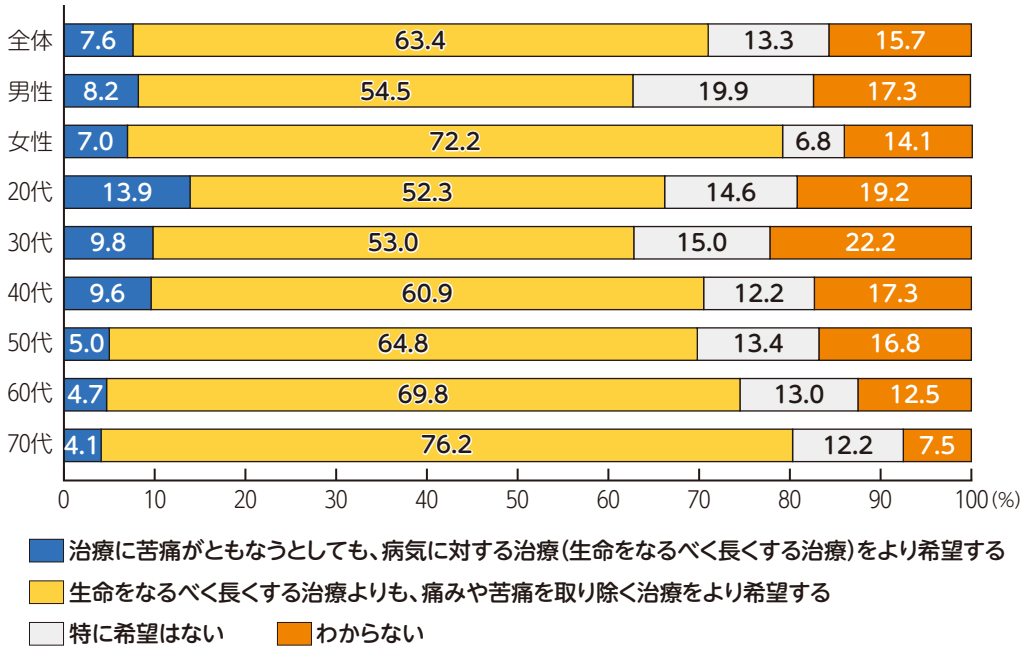
人生の最終段階に希望する医療についてたずねたところ、「生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する」人が63.4％と最も多く、「治療に苦痛がともなうとしても、病気に対する治療（生命をなるべく長くする治療）をより希望する」（7.6％）を大きく上回った。

性別で見ると、「生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する」人は、女性では72.2％いたのに対し、男性では54.5％と、18ポイント近くの差があった。男性では「特に希望はない」人が19.9％もいるほか、「わからない」と回答した人も17.3％おり、最終段階に希望する医療のあり方について考えたことがない人が多いと推察される。

年代別では、20代、30代で「特に希望はない」「わからない」人が多く、30代では合わせて37.2％にのぼっていた。また年代があがるにつれ、「生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する」人が増加し、20代では52.3％だったのに対し、70代では76.2％と、20ポイントの差があった。一方、「治療に苦痛がともなうとしても、病気に対する治療（生命をなるべく長くする治療）をより希望する」人は、20代から40代では１割おり、年代があがるにつれ、減少していた。

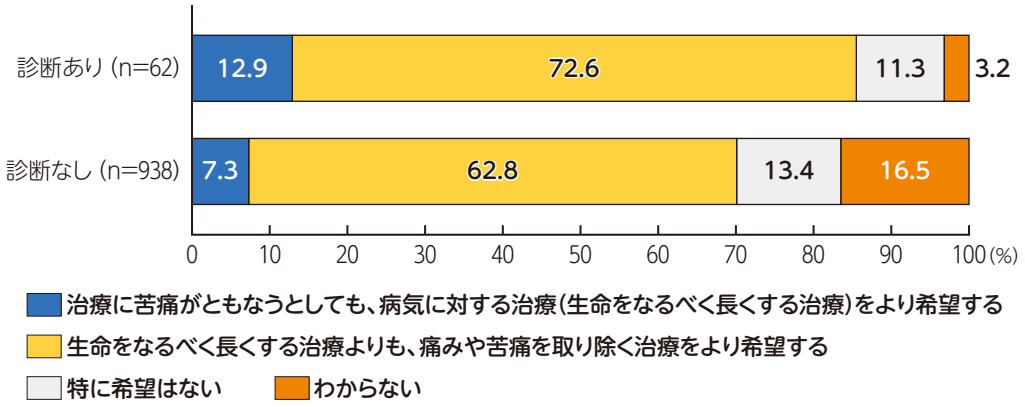
過去の調査結果と比較すると、「生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する」人は、2018年調査58.1％→今回調査63.4％と微増している一方、「治療に苦痛がともなうとしても、病気に対する治療（生命をなるべく長くする治療）をより希望する」人は10.9％→今回調査7.6％と減少した。このことから、延命治療より緩和治療を希望する意見が増加していることがうかがえた。

図表21　人生の最終段階に希望する医療（性別、年代別）



次にがんと診断された経験別にみたところ、がんと診断されたことがある人では「わからない」と回答した人は少なく、「生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する」人は72.6%と、診断されたことのない人（62.8%）を10ポイント近く上回った。一方で、「治療に苦痛がともなうとしても、病気に対する治療（生命をなるべく長くする治療）をより希望する」人は、がんと診断された人では12.9%おり、診断されたことのない人（7.3%）より多かった。がんと診断されたことのある人は、人生の最終段階の医療のあり方について何らかの希望を持っており、緩和の治療を希望する人が圧倒的に多いものの、生命を長くする治療を希望する人も少なからずいる点は特筆すべきであろう。

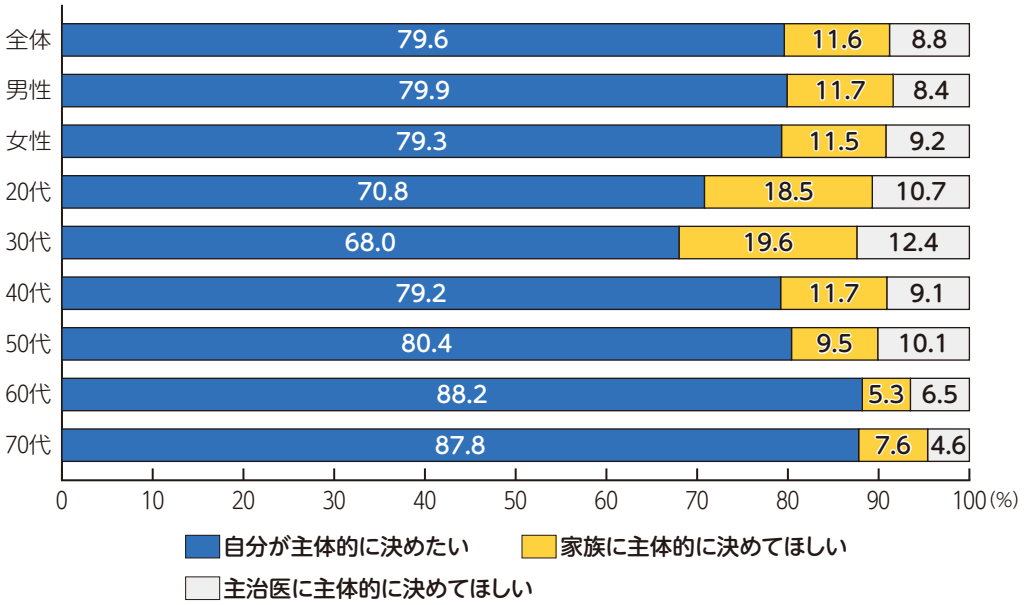
図表22　人生の最終段階に希望する医療（がんと診断された経験の有無別）



（2）人生の最終段階に受ける治療の決め方

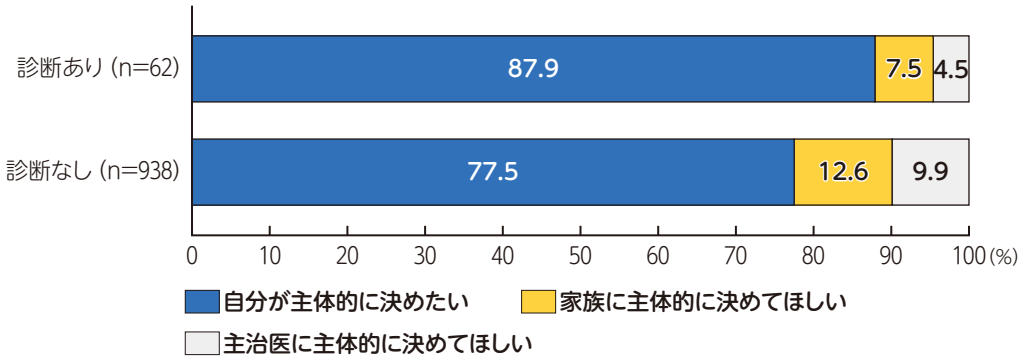
人生の最終段階に、誰が主体的に治療方針を決めるかをたずねたところ、「自分が主体的に決めたい」人は79.6％を占めた。性別では特筆すべき特徴はないが、年代別では、「自分が主体的に決めたい」人は20代、30代で少なく、年代が上がるにつれて増加する傾向にあり、60代、70代との差は20ポイント近くもあった。また20代、30代では「家族に主体的に決めてほしい」と回答した人が２割であった。

図表23　人生の最終段階に、主体的に治療を決める人（性別、年代別）



がんの診断経験の有無別でみたところ、がんと診断されたことがある人では、「自分が主体的に決めたい」人は87.9%にのぼり、診断されたことのない人（77.5%）を10ポイント以上も上回った。

図表24　人生の最終段階に、主体的に治療を決める人（がんの診断経験の有無別）



（3）自宅で最期を過ごしたいか

余命が１、２か月に限られている場合、自宅で最期を過ごしたいかたずねたところ、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」と回答した人が44.5%と、「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」（30.8%）を上回った。実現可能かどうかはさておき、自宅で過ごしたい人は合わせて75.3%もおり、「自宅では過ごしたくない」人は7.7%にとどまっていることから、多くの人は自宅での最期を希望していることがわかった。

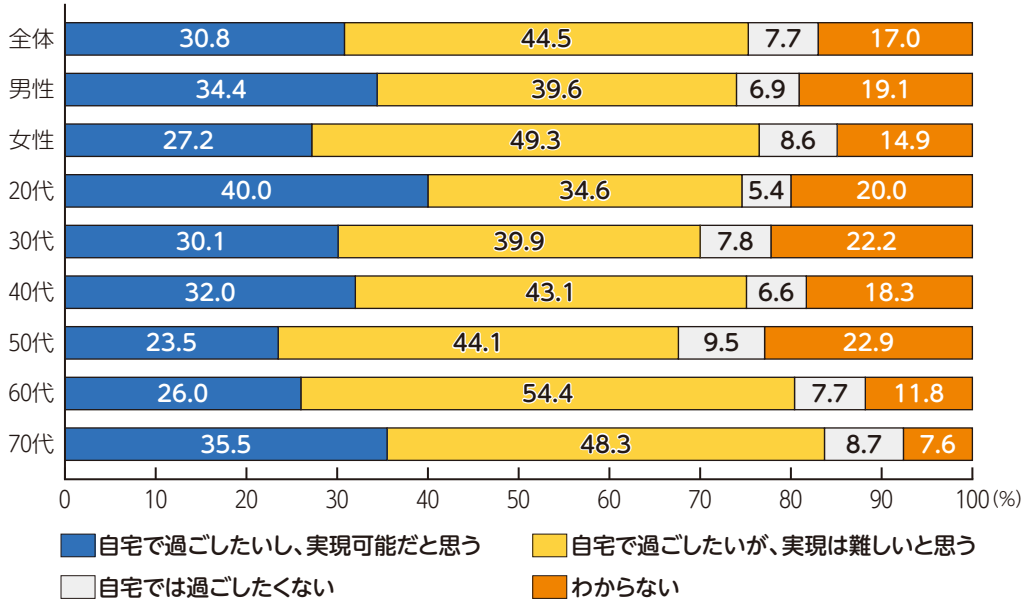
性別にみると、男女ともに「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」人が最も多かったものの、女性は49.3%であり、男性の39.6%と10ポイント近い差があった。一方、「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」人の割合は男性で多く、男性では、実現可能な人と不可能な人がほぼ二分されているのに対し、女性では、自宅で過ごしたいが実現不可能だと思っている人が、実現可能な人より20ポイント以上も多かった。自宅で最期を過ごしたいと思っている人は男女ともに７割であるが、女性の多くは実現不可能だと考えており、男性の意識と大きな乖離があった。

年代別でみると、20代から50代までは、「わからない」と回答した人が２割と多いが、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」を合わせると、７割であり、自宅で過ごしたい人が多かった。しかし、実現可能性でみると、20代では「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」人の割合が40.0%と最も多く、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」人を上回っていたが、50代では実現可能な人は23.5%と、20代と15ポイント以上の差があった。

一方、60代、70代では、実現可能かどうかにかかわらず、自宅で過ごしたい人は８割を超えていたが、実現は難しいと思う人が半数近くにものぼっており、希望通りにはいかないと思っている人が多い現状が明らかになった。

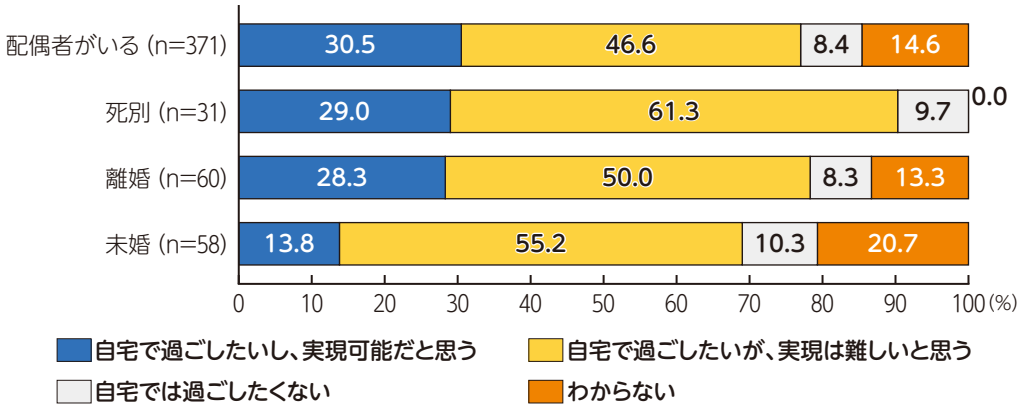
さらに過去の調査と比較すると、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」人の割合は、2006年調査で63.3%→2008年調査で61.5%→2012年調査63.1%→2018年調査42.6%→2022年調査44.5%となっており、2012年調査以降、減少している。これは、在宅医療に対する理解や知識が普及しつつあることを示唆していると考えられよう。

図表25　人生の最終段階に自宅で過ごしたいか（性別、年代別）



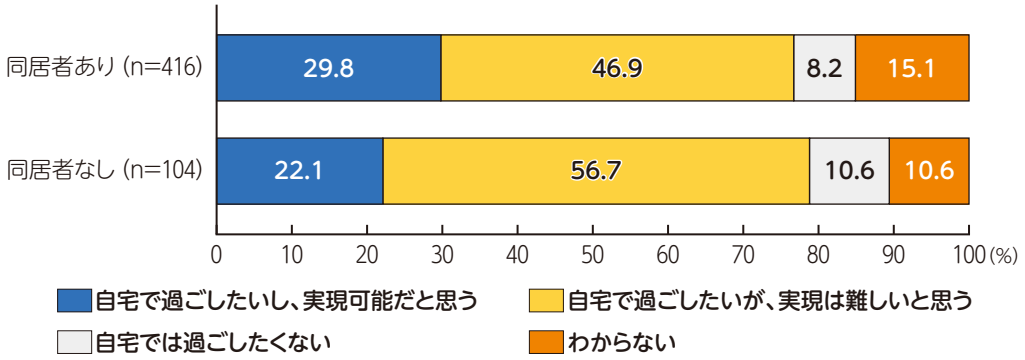
次に、50代以上だけの人に、婚姻状況別でみたところ、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」を合わせると、自宅で過ごしたい人が最も多かったのは「死別」した人の90.3%で、最も少ない「未婚」（69.0%）と20ポイント以上の差があった。また「配偶者がいる人」では、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」が半数を下回っており、「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」人が多かった。

図表26　人生の最終段階に自宅で過ごしたいか（50代以上の人の婚姻状況別）



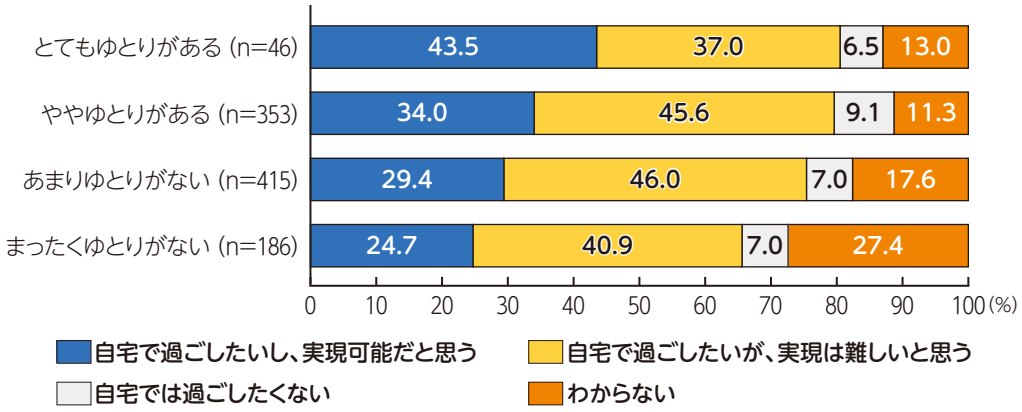
続いて、50代以上の人で、同居者の有無別でみたところ、自宅で過ごしたい人の割合はどちらも８割を占めたが、同居者がいない人では「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」と考える人が56.7％もおり、同居者がいる人の46.9％と10ポイント近い差があった。同居者の有無にかかわらず、50代以上の人は自宅で過ごしたい人が多いものの、同居者がいない人では、実現が難しいと考えている人が圧倒的に多かった。

図表27　人生の最終段階に自宅で過ごしたいか（50代以上の人の同居者の有無別）



また、経済的ゆとりの度合い別でみたところ、「とてもゆとりがある」人では、「自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う」人が43.5％と、「自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う」（37.0％）を上回っているが、ゆとりがなくなるにつれ、実現可能な人の割合は減少した。「まったくゆとりがない」人では、「わからない」人が27.4％もおり、経済的ゆとりがない人では、終末期のイメージを持ちにくく、また自宅で過ごしたいとは思っても、実現が可能だと思う人が少ないことが明らかになった。

図表28　人生の最終段階に自宅で過ごしたいか（経済的ゆとり別）



（4）配偶者やパートナーと、どちらが先に死にたいか

自分で死の時期を決められるとしたら、配偶者やパートナーより先に死にたいかどうかをたずねたところ、全体では68.5%が「自分が先に死にたい」と回答した。

性・年代別でみたところ、男性はどの年代でも「自分が先に死にたい」人が多いが、なかでも50代以上の男性では、その割合が高く８割程度を占めた。一方、女性は40代までは「自分が先に死にたい」人の割合が多いが、50代以上では「自分が後に死にたい」人が増加した。40代以下では、男女ともに「自分が先に死にたい」と考えているが、50代以上では、男性は「自分が先に死にたい」。女性は「自分が後に死にたい」と、意見が合致していた。

2018年調査でも、50代以下の女性では「自分が先に死にたい」、60代以上の女性では「自分が後に死にたい」と考える人が多いことが明らかになっており、今回の調査でも、男女ともに、「これからの時代は、配偶者よりも先に死にたい」と考えている傾向が明らかになった。

図表29　配偶者やパートナーとどちらが先に死にたいか

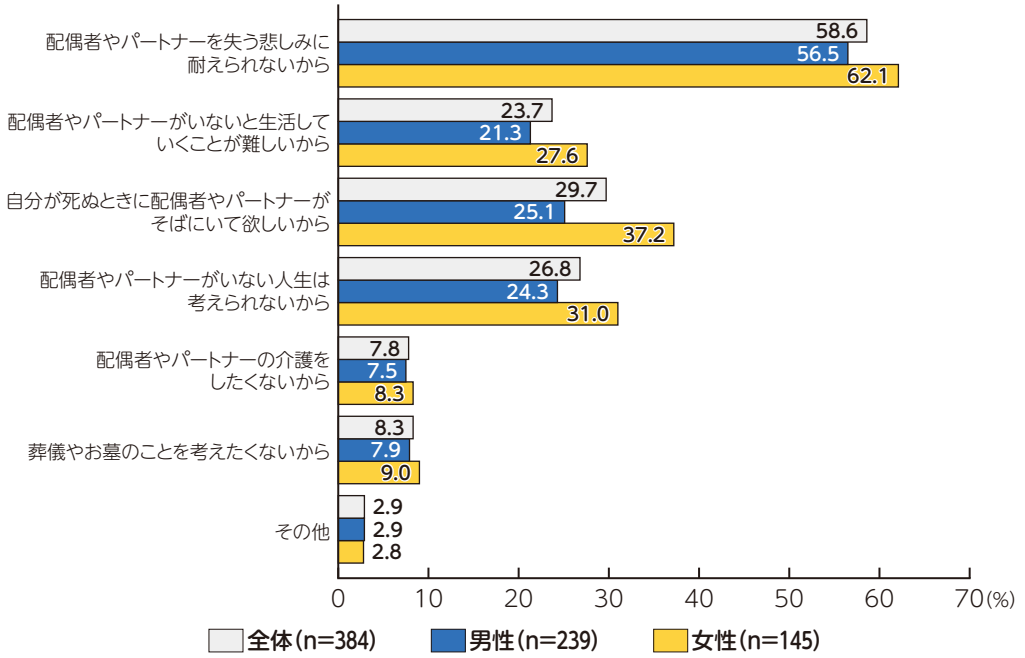
	全体	20代		30代		40代		50代		60代		70代	
		男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
自分が先に死にたい	68.5	61.1	60.0	70.6	55.6	71.0	57.6	79.7	45.2	87.3	40.0	79.4	27.8
自分が後に死にたい	31.5	38.9	40.0	29.4	44.4	29.0	42.4	20.3	54.8	12.7	60.0	20.6	72.2

注：分析対象は「配偶者やパートナーがいる」と回答した621人

「自分が先に死にたい」と回答した人に、その理由を複数回答でたずねたところ、「配偶者やパートナーを失う悲しみに耐えられないから」が58.6％であり、次に多い「自分が死ぬときに配偶者やパートナーがそばにいて欲しいから」（29.7％）を30ポイント近くも上回った。

性別にみると、回答率の多い順位は男女とも同じであったが、どの項目の回答率も女性の方が多かった。なかでも「自分が死ぬときに配偶者やパートナーがそばにいて欲しいから」と回答した女性は37.2％なのに対し、男性では25.1％と、12ポイント以上の差があった。

図表30　自分が配偶者より先に死にたい理由〈複数回答〉（全体、性別）



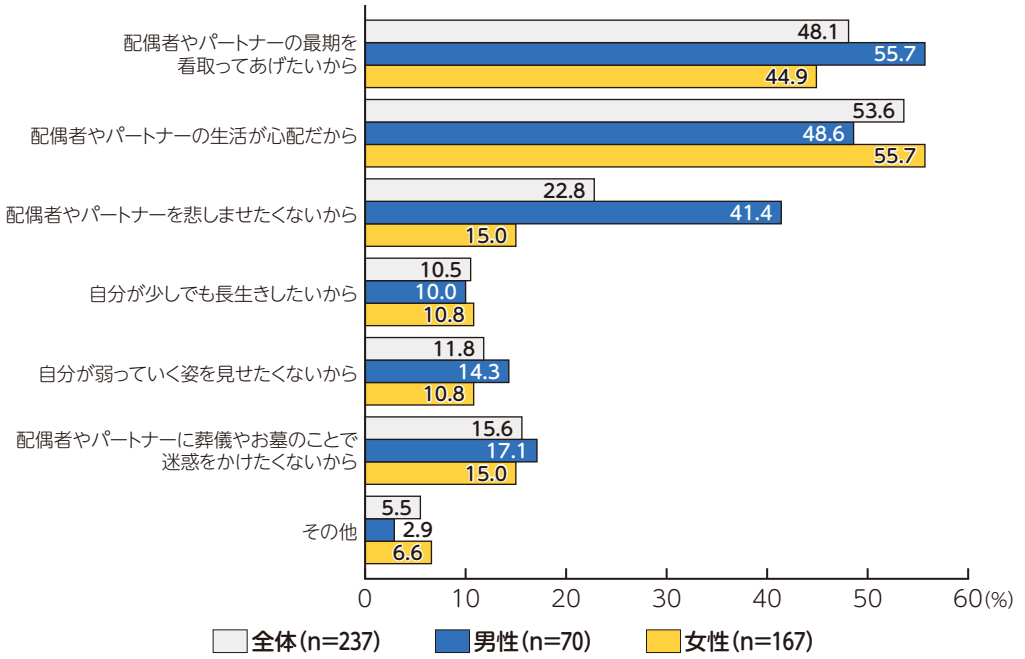
注：配偶者がいる人のみ

一方、「自分が後に死にたい」人にその理由を複数回答でたずねたところ、「配偶者やパートナーの生活が心配だから」が53.6％と過半数を占め、「配偶者やパートナーの最期を看取ってあげたいから」（48.1％）の２つが主な理由として挙げられた。

性別では、「配偶者やパートナーの生活が心配だから」は女性に多く、「配偶者やパートナーの最期を看取ってあげたいから」は男性に多かった。また「配偶者やパートナーを悲しませたくないから」は、男性で41.4％と、女性の15.0％に比べると大きな差があった。

自分が先に死にたい人と、自分が後に死にたい人では、その理由に特徴があり、先に死にたい人は自分が死別の悲しみに直面したくないという理由が大きいのに対し、自分が後に死にたい人は、残される配偶者が心配だという理由が大きかった。

図表31　自分が後に死にたい理由〈複数回答〉(全体、性別)



注：配偶者がいる人のみ

（5）死期が近いとしたら心配や不安なこと

あなたの死期が近いとしたら、どんなことが心配や不安かをたずねたところ、「病気が悪化するにつれ、痛みや苦しみがあるのではないかということ」が60.0％と最も多く、「家族や親友と別れなければならないこと」（42.5％）が続いた。

また「自分が死ぬと、自分はどうなるのか、どこへ行くのかということ」が心配な人は24.0％いたが、「自分の存在がこの世から忘れられてしまうのではないかということ」「自分の存在が家族や親友から忘れられてしまうのではないかということ」といった、自分の存在が忘れられることが不安な人は少なかった。

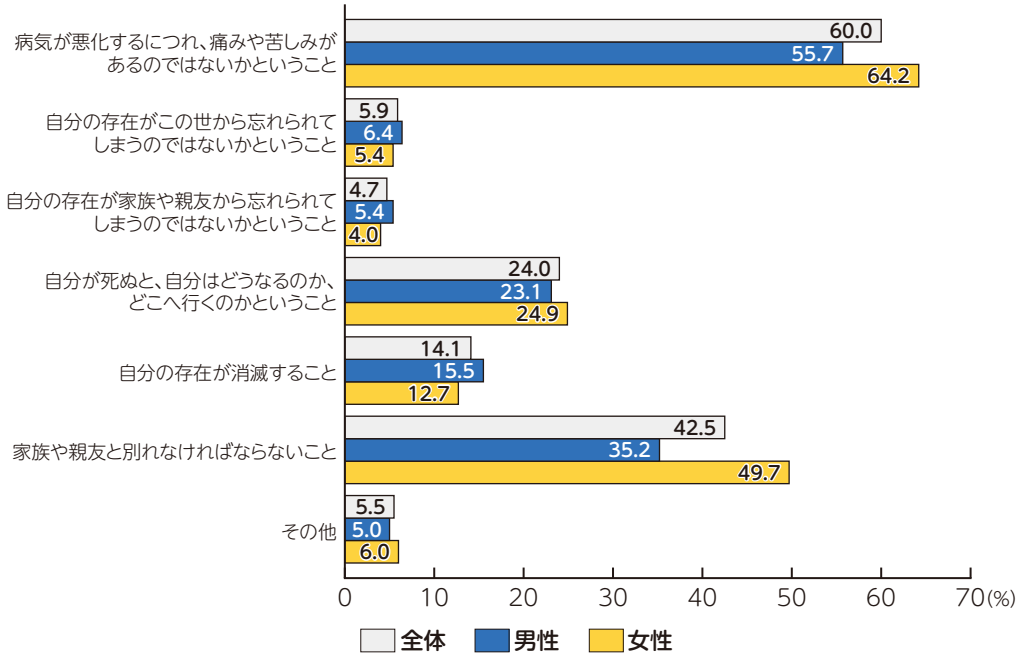
これらのことから、多くの人が抱える不安は、闘病の痛みや苦しみ、周りの人との別れに集約される。選択肢が異なるため、単純に比較はできないが、「病気が悪化するにつれ、痛みや苦しみがあるのではないかということ」「家族や親友と別れなければならないこと」は、2005年調査、2008年調査においても、不安に思うことの上位２つに挙げられており、依然として、闘病や死別に伴う心身の痛みや苦しみを不安に思う人が圧倒的に多いことがわかった。

性別では、「病気が悪化するにつれ、痛みや苦しみがあるのではないかということ」「家族や親友と別れなければならないこと」のいずれも、回答率は女性の方が高く、なかでも「家族や親友と別れなければならないこと」は、男性が35.2％なのに対し、女性は49.7％で、15ポイント近い差があった。

また、同居者がいる人、子どもがいる人では、「家族や親友と別れなければならないこ

と」の回答率が、いない人に比べてそれぞれ高かった。

図表32　死期が近いとしたら、心配や不安なこと〈複数回答〉(全体、性別)



（6）信仰する宗教は、死に直面した時に心の支えになるか

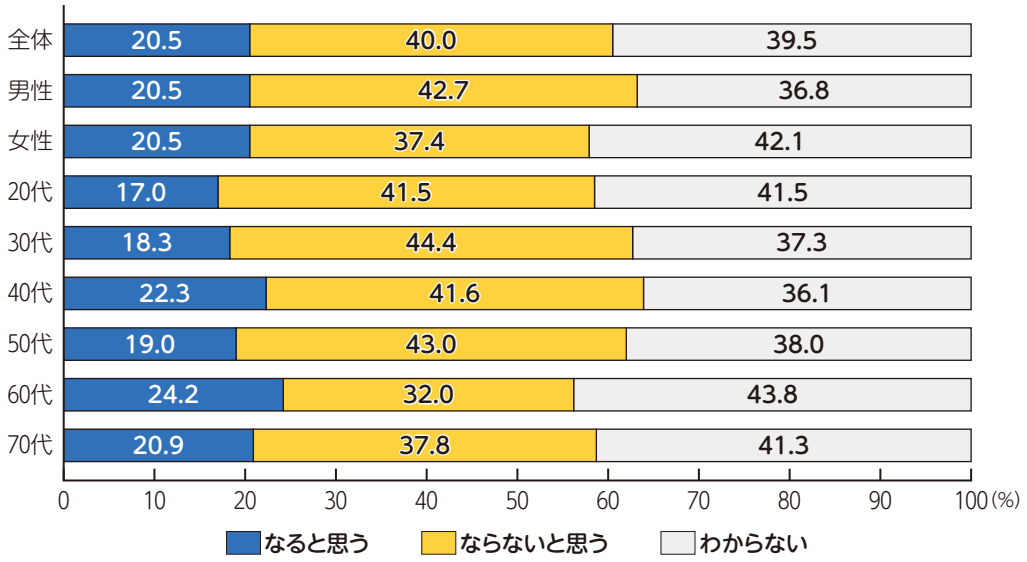
信仰する宗教があるということは、死に直面したときに心の支えになると思うかをたずねたところ、「わからない」が39.5%もいたが、「ならないと思う」と回答した人が40.0%で、「なると思う」人（20.5%）を20ポイント近くも上回った。

性別でみると、「わからない」人は女性に若干多く、「ならないと思う」人は男性にやや多かったが、特筆すべき特徴はなかった。

年代別では、「なると思う」人の割合には、あまり差はなかったが、20代から50代までで「ならないと思う」人が多く、60代、70代で「わからない」人が多かった。

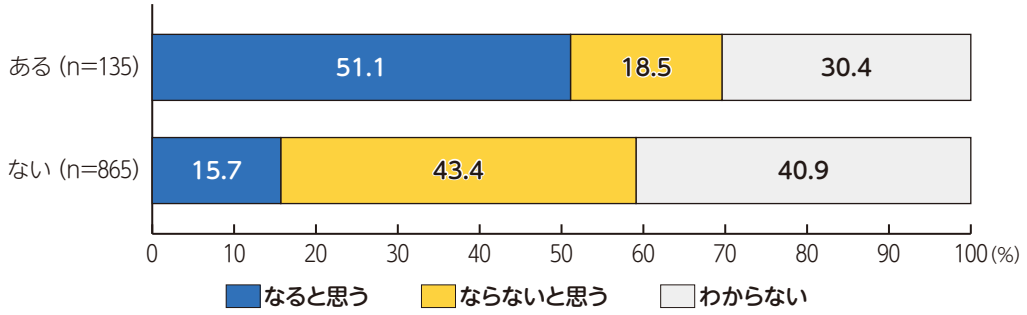
過去の調査と比較すると、「心の支えになると思う」とする人の割合は 2008年調査 39.8%→2012年調査 54.8%→2018調査 32.0%→今回調査20.5%と、これまでの調査のなかで最も低かった。

図表33　宗教は、死に直面したときに心の支えになるか（全体、性別、年代別）



また信仰する宗教の有無別でみると、信仰する宗教がある人では、宗教が心の支えに「なると思う」と回答した人が51.1％であり、信仰がない人の15.7％と比較すると、35ポイント以上の差があった。一方、信仰がない人では、「ならないと思う」「わからない」が二分され、信仰の有無によって、宗教が心の支えになるかどうかの考え方に大きな差があることがわかった。

図表34　宗教は、死に直面したときに心の支えになるか（信仰する宗教の有無別）



（7）頼れる人がいるか

昨今、高齢世帯の核家族化の進展、50歳時未婚率の上昇など、世帯人員数の減少が進んでいる。本調査では補足として、自立できなくなった時に頼れる人がいるかどうかをたずねた。

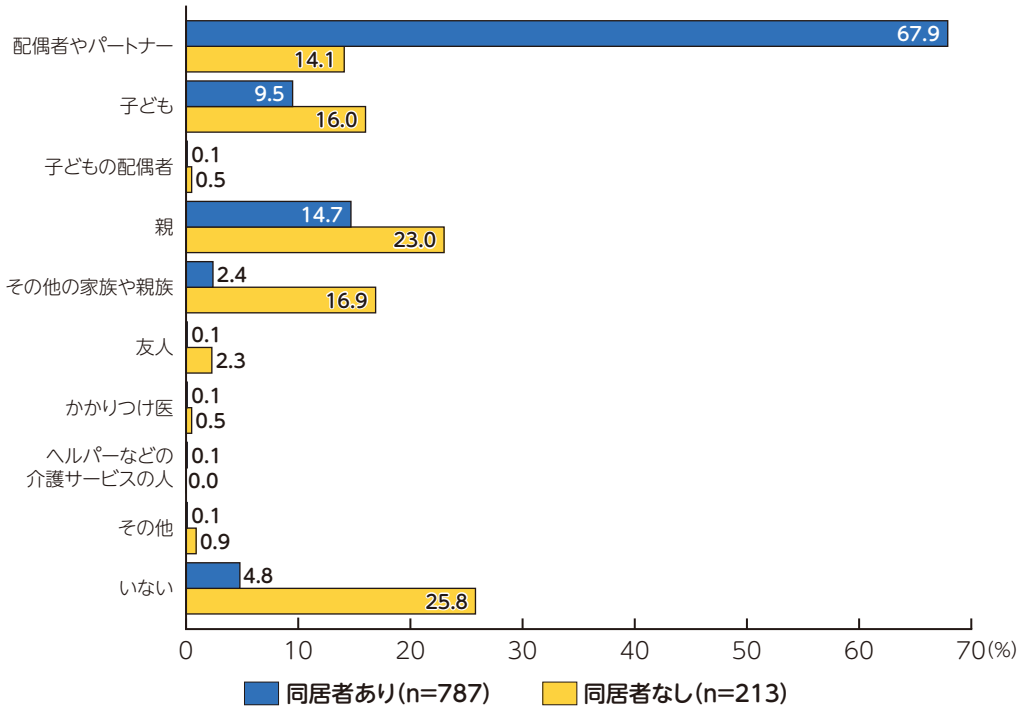
本調査では、「入院や手術が必要になった時の保証人」「入院や手術が必要になった時の付き添いや立ち合い」をしてくれる人がいるかをたずねた。その結果、ひとり暮らしの人では、該当者がいない割合が少なくなかった。

「入院や手術が必要になった時の保証人」をしてくれる人の続柄をみると、同居者がいる人では「配偶者やパートナー」（67.9%）が最も多かったが、ひとり暮らしの人では「いない」（25.8%）と回答した人が最も多かった。

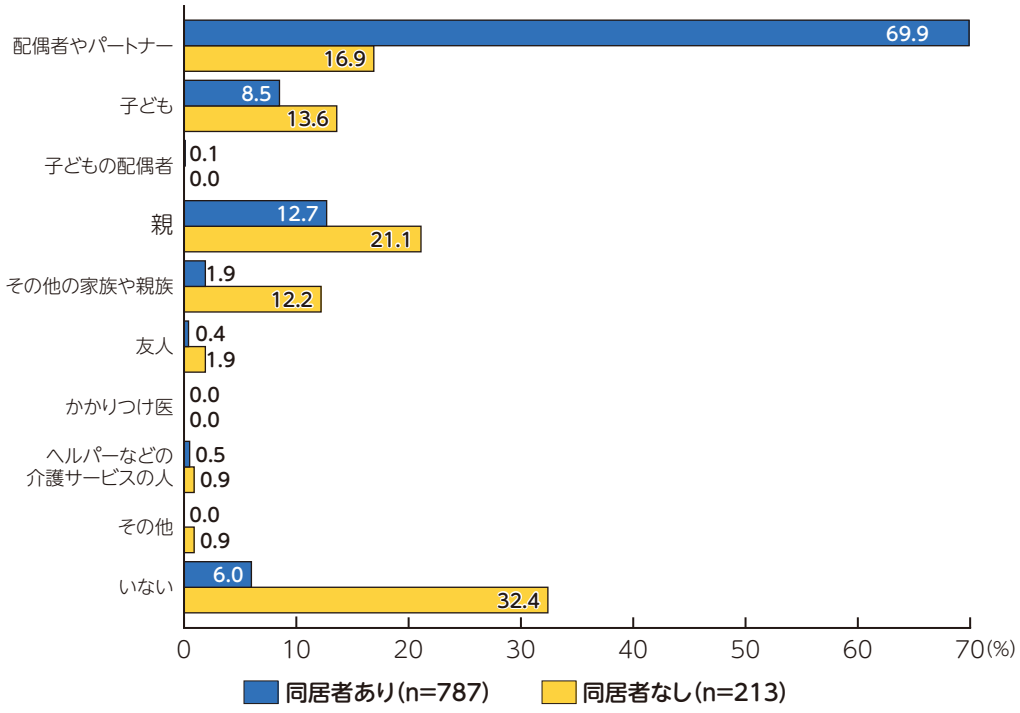
また「入院や手術が必要になった時の付き添いや立ち合い」をしてくれる人は、同居者がいる人では「配偶者やパートナー」（69.9%）が最も多かったが、ひとり暮らしの人では「いない」人が32.4%にものぼった。

今後、配偶者がいない人やひとり暮らし高齢者が増加するなか、入院や手術の際に頼れる人がいない問題が深刻化していくと思われる。

図表35　入院や手術が必要になった時の保証人



図表36　入院や手術が必要になった時の付き添いや立ち合い



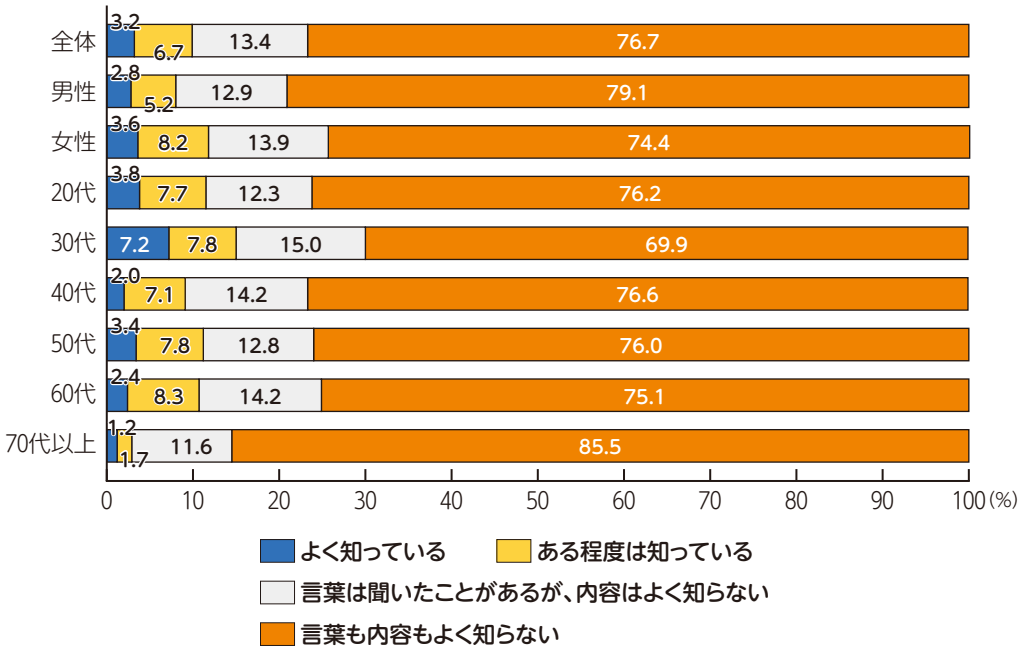
第３章　人生観について

（1）「グリーフケア」を知っているか

「グリーフケア」の認知度をたずねたところ、「言葉も内容もよく知らない」と回答した人が76.7％と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが、内容はよく知らない」との回答が13.4％であった（図表37）。「よく知っている」と回答した人は3.2％であり、「ある程度は知っている」との回答も6.7％にとどまっており、グリーフケアについての認知度は低く、知識や情報がまだまだ社会に浸透していないことが示唆される。

性別でみると、「言葉も内容もよく知らない」と回答した人の割合は、男性の方がやや高いものの、グリーフケアを知っている人は男女ともに１割前後にとどまっていた。また年代別でみると、70代以上において、グリーフケアという言葉も内容もよく知らない人が85.5％と最も高かった。グリーフケアを知っている人の割合は30代がやや高かったが、それでも15％に過ぎず、言葉を聞いたことがあるという人を含めても３割であった。死別経験（５年以内の有無）との関連はみられなかった。性別や年代、死別経験の有無に関わらず、グリーフケアの認知度の低さが浮き彫りになったといえる。

図表37　「グリーフケア」を知っているか（性別・年代別）



（2）自分の生きた証を残したいと思うか

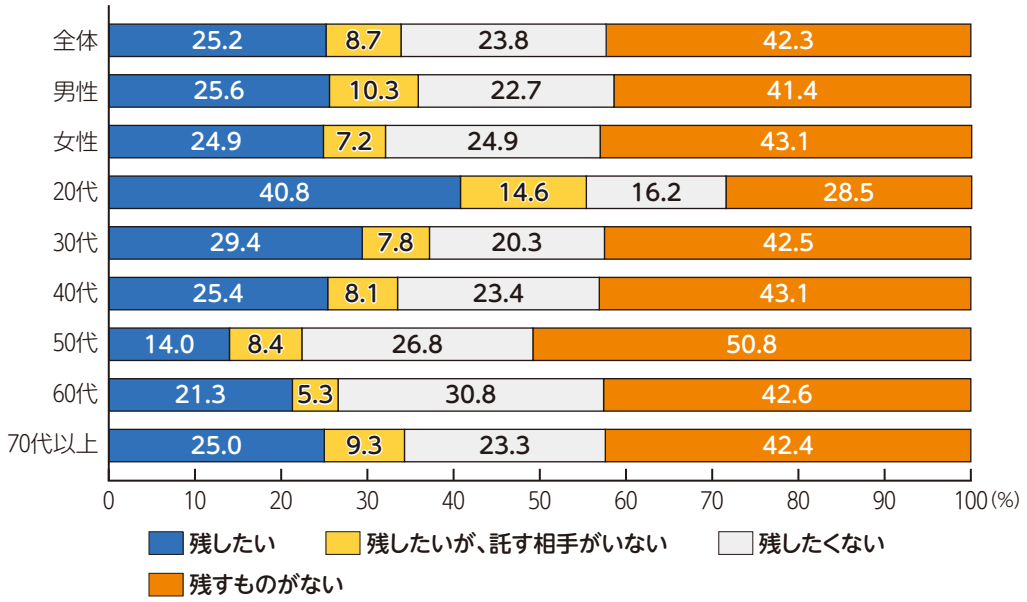
自分自身の生きた証を残したいかどうかをたずねたところ、「残すものがない」と回答した人が42.3％と最も多かった（図表38）。「残したい」との回答は25.2％であり、「残したいが、託す相手がいない」との回答（8.7％）を合わせると、３人に１人は自分の生き

た証を残したいと思っているといえる。他方、「残したくない」との回答は23.8%であった。

性別でみると、特に顕著な差はみられなかった。また年代別でみると、20代において生きた証を残したいと思う人の割合が最も高く、託す相手がいない人も含めると、55.4%と半数以上にのぼった。30代、40代と残したいと思う人の割合は減少し、50代では２割程度と全年代の中で最も少ない。そして、60代、70代と残したいと思う人の割合は増加に転じており、みずからの死を意識し始める中で、自分の生きた証を残したいと考えるようになるのではないかと考えられる。

死の不安との関連に関して、「自分が死ぬことを怖いと思いますか」との設問で、「とても怖い」と回答した人では、自分の生きた証を残したいと思う人が32.4%と多く、残したくないと思う人が14.2%と少なかった。逆に、「全く怖くない」と回答した人では、残したいと思う人が9.6%と少なく、残したくないと思う人が36.5%と多かった。自分の死に対する不安が強い人ほど、現世におけるみずからの生の永続性を望むのかもしれない。

図表38　自分の生きた証を残したいと思うか（性別・年代別）



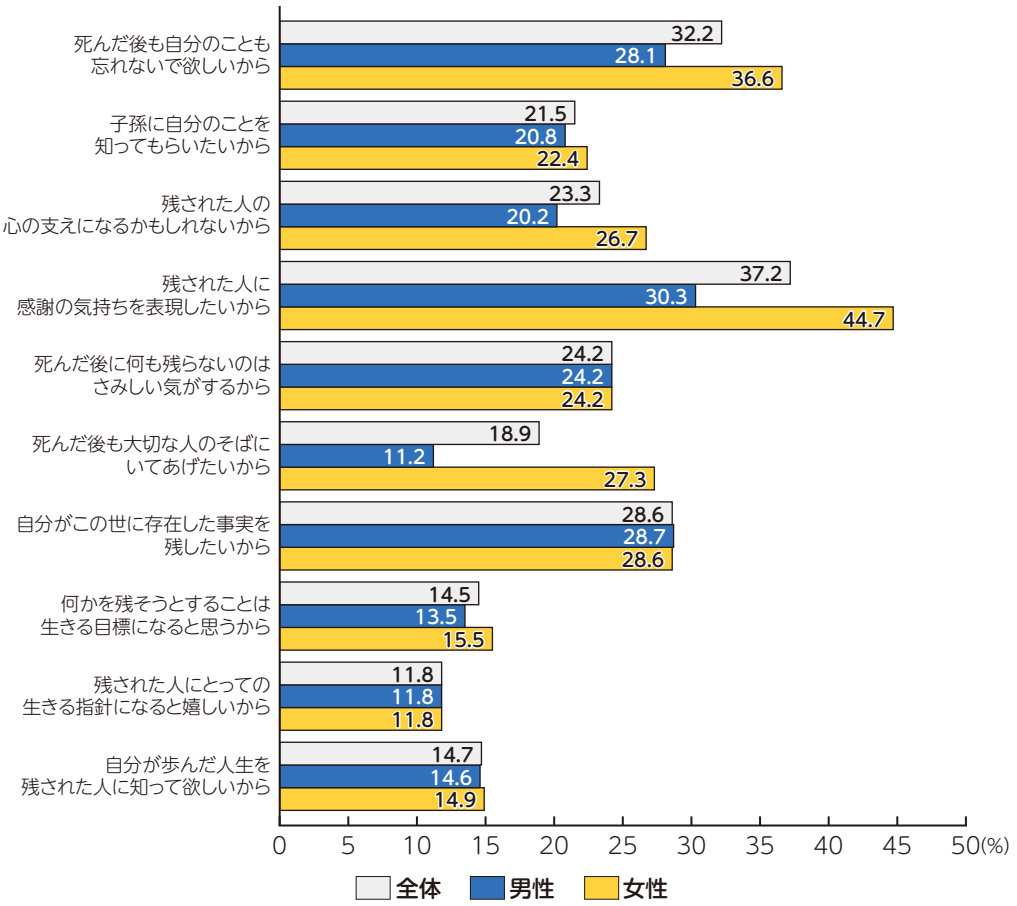
自分の生きた証を「残したい」あるいは「残したいが、託す相手がいない」と回答した人に、残したいと思う理由について尋ねたところ、「残された人に感謝の気持ちを表現したいから」との回答が37.2%と最も多く、次いで「死んだ後も自分のことを忘れないで欲しいから」が32.2%であった（図表39）。

性別で見ると、「死んだ後も大切な人のそばにいてあげたいから」との回答が、男性では11.2%であったのに対して、女性では27.3%と２倍以上も多くみられた。「残された人に感謝の気持ちを表現したいから」と回答した人の割合も、女性では44.7%と、男性より

も15%近く高かった。

自分の生きた証として残したいものについて、自由記述で回答を求めたところ、現時点ではわからないとの回答が多かった。具体的に残したいものとしては、写真、手紙や日記、自分の生き方や考え方、思い出、子ども・子孫、趣味のもの、お金、愛情などが示された。

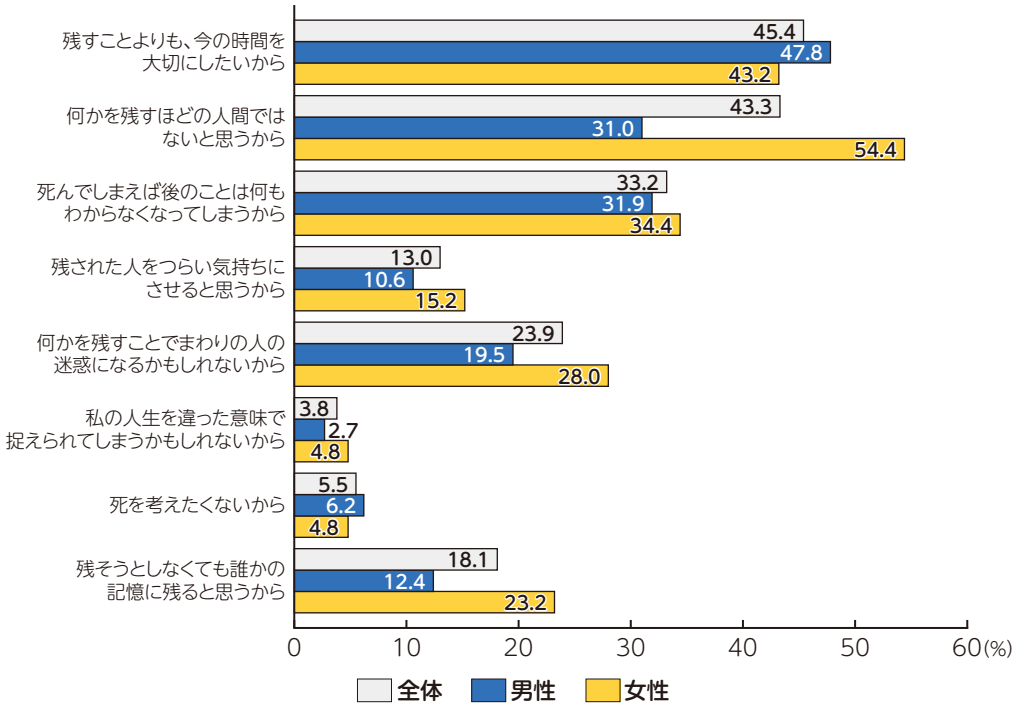
図表39　自分の生きた証を残したいと思う理由〈複数回答〉



自分の生きた証を「残したくない」と回答した人に、残したくないと思う理由について尋ねたところ、「残すことよりも、今の時間を大切にしたいから」との回答が45.4%と最も多く、次いで「何かを残すほどの人間ではないと思うから」が43.3%、「死んでしまえば後のことは何もわからなくなってしまうから」が33.2%であった（図表40）。

性別で見ると、「何かを残すほどの人間ではないと思うから」との回答が、男性では31.0%であったのに対して、女性では54.4%と20ポイント以上も多くみられた。「残そうとしなくても誰かの記憶に残ると思うから」と回答した人の割合も、女性では23.2%と、男性よりも10%以上高かった。

図表40　自分の生きた証を残したくないと思う理由〈複数回答〉



（3）今夜、死ぬとしたら、何か心残りはあるか

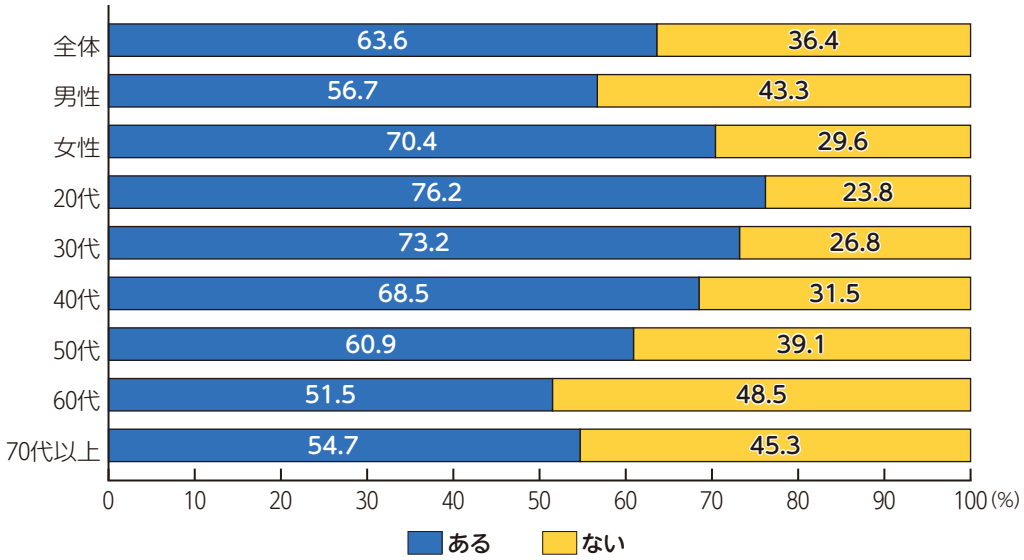
今夜死ぬとしたら心残りがあるかどうかをたずねたところ、心残りがある人が62.6%、心残りがない人が36.4%であり、３人に２人は心残りがあると回答した（図表41）。

性別でみると、心残りがある人の割合は女性の方が70.4%と、男性よりも15ポイント近く高かった。また年代別では、若い年代ほど心残りがある人の割合が高く、年齢があがるにつれ、心残りがない人の割合が増加していた。

心残りの有無の理由について、自由記述で回答を求めたところ、心残りがあることの理由として、やり残したことや、やりたいことがまだまだたくさんあるからとの回答が多かった。心残りの具体的な内容に関しては、子どもの成長を見届けられないことや、子どもの将来が心配であることなど子どもに関する記述が最も多くみられた。また、家族の生活が心配、身辺整理ができていない、親孝行ができていない、感謝の気持ちを伝えられていない、会いたい人に会えていない。もっと旅行に行きたい、もっと遊びたい、まだ若いといった理由も比較的多かった。その他、ペットが心配、結婚したかった、お金が残っている、部屋を片づけたい、見終わっていないドラマがあるなどの記述もみられた。

一方、心残りがないことの理由としては、やりたいことはやったから、死んだら終わりだから、考えても仕方ないから、毎日を精一杯生きてきたから、運命だと思うからといった回答が得られた。

図表41　今夜あなたが死ぬとしたら、何か心残りがあるか（性別・年代別）

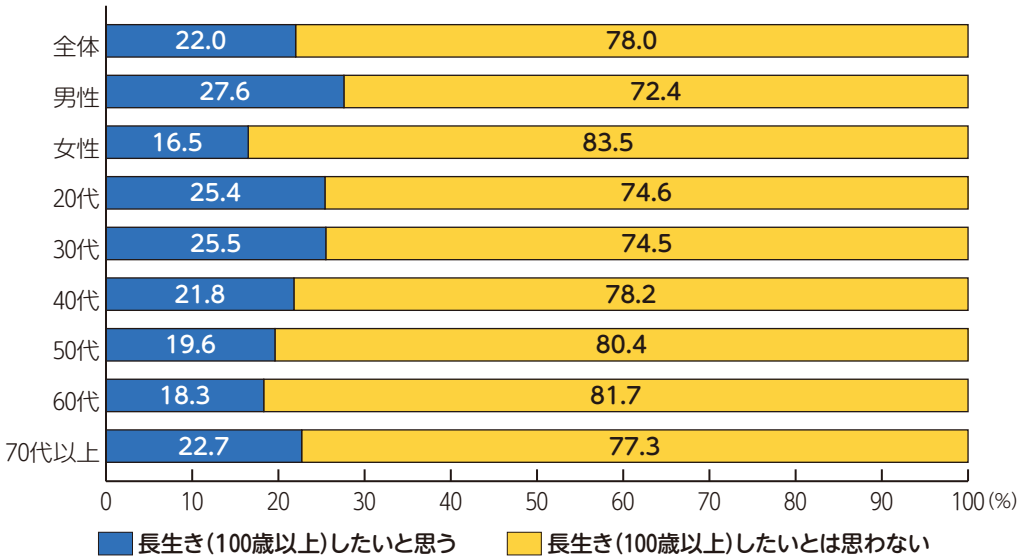


（4）長生き（100歳以上）したいと思うか

100歳以上まで長生きしたいかどうかをたずねたところ、長生きしたいとは思わない人が78.0％で、長生きしたいと思う人は22.0％にとどまった（図表42）。日本では100歳以上の人口は年々増加し、2022年時点で９万人を上回り、人生100年時代も現実味を帯びてきたように思える中、現段階においては、そこまでの長生きを望まない人が大半であることが明らかとなった。

性別でみると、長生きしたいとは思わない人の割合は女性の方が83.5％と、男性を10ポイント以上も上回っていた。また年代別では、50代と60代において、長生きしたいとは思わない人の割合が高く、８割を上回っていた。

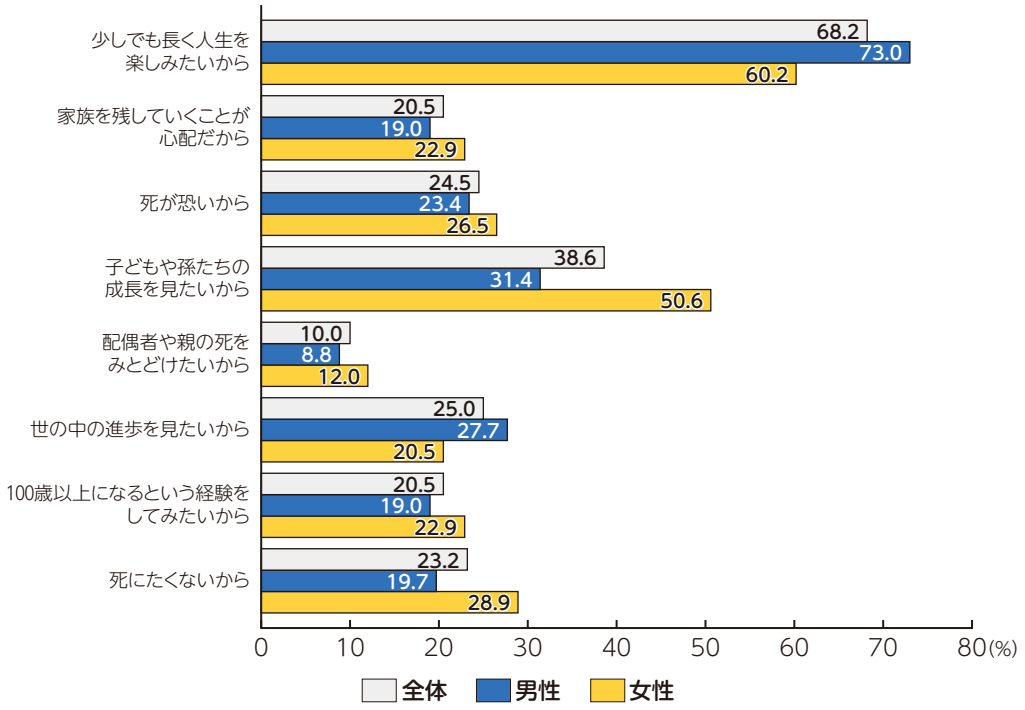
図表42　長生き（100歳以上）したいと思うか（性別・年代別）



長生きしたいと思うと回答した人に、その理由を尋ねたところ、「少しでも長く人生を楽しみたいから」との回答が68.2％と最も多く、次いで「子どもや孫たちの成長を見たいから」が38.6％であった（図表43）。「世の中の進歩を見たいから」や「死が恐いから」と回答した人も４人に１人みられた。

性別で見ると、「子どもや孫たちの成長を見たいから」との回答が、男性では31.4％であったのに対して、女性では50.6％と20ポイント近い差があった。

図表43　長生き（100歳以上）したいと思う理由〈複数回答〉



長生きしたいとは思わないと回答した人に、その理由を尋ねたところ、「家族やまわりの人に迷惑をかけたくないから」との回答が59.0％と最も多く、次いで「身体がだんだんつらくなると思うから」が48.2％、「経済的な不安があるから」が36.7％であった（図表44）。「充分に生きてきたから」や「長生きしても特に楽しみがないと思うから」と回答した人も４人に１人みられた。

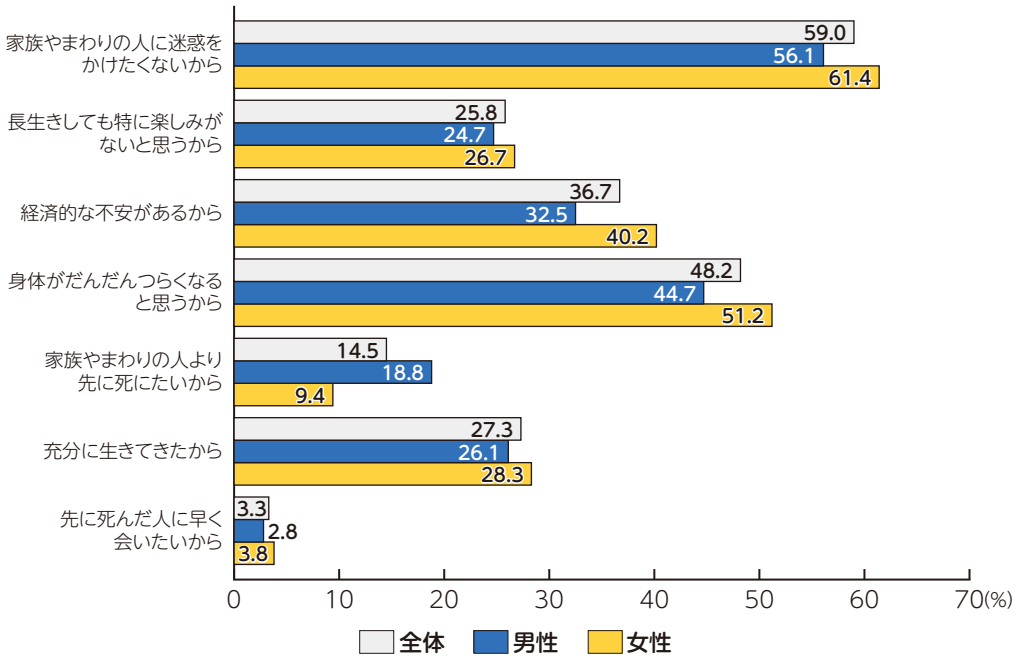
性別で見ると、「経済的な不安があるから」との回答が、女性では40.2％と、男性よりも８ポイント高い割合であった。他方、「家族やまわりの人より先に死にたいから」と回答した人の割合は、男性では18.8％と、女性よりも２倍高かった。

年代別では、「家族やまわりの人に迷惑をかけたくないから」との回答の割合は、年齢があがるにつれて増加し、20代が36.1％、30代が44.7％であるのに対して、60代では67.4％、70代では66.9％であった。「経済的な不安があるから」との回答の割合は、40代が48.7％で最も高く、次いで30代が43.9％、50代が43.8％であり、60代以降は減少し、60代

は29.0%、70代以上は23.3%であった。

家族の介護負担や、老化に伴う身体的苦痛、経済的不安などが、長く生きることを望まない理由として示唆された。特に、30～50代の現役世代で、経済的不安を理由に、長生きすることを望まない人の割合が高いことは特筆すべきである。

図表44　長生き（100歳以上）したいとは思わない理由〈複数回答〉



第４章　考察

１．死や終末期について

自分の理想の死に方について、「ぽっくり死」を望む人が７割もいました。「苦しみたくない」「家族に迷惑をかけたくない」「寝たきりなら生きていても仕方ない」が主な理由です。大切な人の死に方については、「わからない」と回答した人が多いものの、「ぽっくり」を希望する人では、やはり「苦しんでほしくない」が大きな理由として挙げられています。このことから、終末期の苦しみや痛みが、死の恐怖につながっている可能性が示唆されます。

また、有配偶者にたずねた質問では、男性はどの年代でも「自分が先に死にたい」と考えているのに対し、60代以上の女性は男性に先に逝ってもらいたいと考えていました。しかし女性は年代が下がるほど、「自分が先に死にたい」と回答した人が多くなり、40代以下では、男女ともに「自分が先に」と考える人が過半数を占めています。子や孫の有無に関わらず、老後は夫婦二人でというライフスタイルが定着し、自分が死ぬことよりも「最後は一人」という状況になることを恐れている人が増えているのではないかと推察されます。これは、自分が死ぬことよりも、大切な人に先立たれることが怖いと考えている人が多いことからも裏付けられます。

実際、ひとり暮らしの人のなかには、入院や手術の保証人、付き添いや立ち合いをしてくれる人がいないケースが少なくないことも明らかになりました。「自立できなくなっても、支える家族がいるのが当たり前」ではなくなった昨今、老・病・死に向かう人たちを社会でどう支えるかは喫緊の課題です。

２．人生の最終段階について

自分の余命が限られているとしたら、その事実を知りたい人は多い一方、家族以外には知らせたくない人も多いことがわかりました。「身辺整理をしたい」「会いたいと思う人に会っておきたい」という意見が多いものの、「誰にも心配をかけたくない」と考える人も少なくなく、勤労世代では「誰にも知られたくない」人が１割を超えています。

余命が限られたら、７割以上の人が自宅で過ごしたいと考えていたが、実現は難しいと回答した人が多かった。しかしながら過去の調査と比較すると、実現は難しいと回答した人は減少傾向にあり、在宅医療への理解や知識が徐々に浸透しつつあるといえよう。

とはいえ、同居者の有無に関わらず、在宅死を希望する人は多いものの、同居者がいない人では、実現は難しいと考える人が多いことから、単身者であっても在宅で死を迎えられる環境の整備が急務であろう。さらに経済的ゆとりが少なくなるほど、在宅死を望む人が減少することも興味深い結果であった。

３．人生観について

100歳以上まで長生きしたいかどうかをたずねたところ、長生きしたいとは思わない人が８割で、長生きしたいと思う人は２割にとどまりました。人生100年時代も現実味を帯びてきたように思えますが、そこまでの長生きを望まない人が大半であることが明らかとなりました。家族の介護負担や、老化に伴う身体的苦痛、経済的不安などが、長く生きることを望まない理由として示されました。特に30～50代の現役世代で、経済的不安を理由に、長生きすることを望まない人の割合が高いことは特筆すべきことであるといえます。

今夜死ぬとしたら心残りがあるかどうかについては、およそ３人に２人が心残りはあると回答しました。若い年代ほど心残りがある人の割合が高かったです。他方、若い世代であっても、心残りはないと回答した人が一定の割合でいました。心残りの内容としては、子どもの成長を見届けられないなど子どもに関する記述が最も多く、家族の生活が心配、身辺整理ができていない、親孝行ができていない、感謝の気持ちを伝えられていない、もっと旅行に行きたいといった理由も比較的多くみられました。その他、ペットが心配、お金が残っている、部屋を片づけたい、見終わっていないドラマがあるなどの記述もありました。

また、自分自身の生きた証を残したいかどうかに関しては、およそ３人に１人は自分の生きた証を残したいと思っていました。他方、「残したくない」との回答は２割でした。30代から50代に比べ、60代、70代と残したいと思う人の割合は増加しており、みずからの死を意識し始める中で、自分の生きた証を残したいと考えるようになるのではないかと考えられます。具体的に残したいものとしては、写真、手紙や日記、自分の生き方や考え方、思い出、子ども・子孫、趣味のもの、お金、愛情などが挙げられていました。

今回の調査では、死別の悲しみを抱えた人へのケア、いわゆる“グリーフケア”についても尋ねました。その結果、「言葉も内容もよく知らない」と回答した人が８割と最も多く、次いで「言葉は聞いたことがあるが、内容はよく知らない」との回答が１割でした。「よく知っている」と回答した人は3.2%であり、「ある程度は知っている」との回答も6.7%にとどまっており、グリーフケアについての認知度は低く、知識や情報がまだまだ社会に浸透していないことが示唆されました。

調査票

ホスピス・緩和ケアに関するアンケート

Q１　あなたの年齢をお知らせください。

１．【N】歳

Q２　あなたの性別をお知らせください。

１．男性　　２．女性

Q３　あなたのお住まいの地域をお知らせください。

１．北海道	２．青森県	３．岩手県	４．宮城県	５．秋田県
６．山形県	７．福島県	８．茨城県	９．栃木県	10．群馬県
11．埼玉県	12．千葉県	13．東京都	14．神奈川県	15．新潟県
16．富山県	17．石川県	18．福井県	19．山梨県	20．長野県
21．岐阜県	22．静岡県	23．愛知県	24．三重県	25．滋賀県
26．京都府	27．大阪府	28．兵庫県	29．奈良県	30．和歌山県
31．鳥取県	32．島根県	33．岡山県	34．広島県	35．山口県
36．徳島県	37．香川県	38．愛媛県	39．高知県	40．福岡県
41．佐賀県	42．長崎県	43．熊本県	44．大分県	45．宮崎県
46．鹿児島県	47．沖縄県			

Q４　あなたの健康状態をお知らせください。

１．とても健康である　　２．ある程度健康である
３．あまり健康でない　　４．まったく健康でない

Q５　あなたの現在の婚姻状況をお知らせください。

１．配偶者がいる　　２．死別　　３．離婚　　４．未婚

Q６　あなたには同居者がおられますか。

１．同居者がいる　　２．同居者はいない

Ｑ７　あなたには子どもがおられますか。

１．いる　　２．いない

Ｑ８　あなたはこれまでに、がんの告知についてご家族と話し合ったことはありますか。

１．はい　　２．いいえ

Ｑ９　もしあなたが、死が避けられず、余命が限られている状態になったら、その事実を知りたいですか。最もあてはまるものをお選びください。

１．事実も余命も知りたい
２．事実を知りたいが、余命までは知りたくない
３．事実も余命も知りたくない
４．わからない

Q10　もしあなたは、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、そのことを家族や身近な人が知ることについてどう思いますか？１つだけ選んでください。※あてはまるものがない方もお気持ちに近いものをお選びください。

１．誰にも知られたくない
２．家族だけには知ってほしい
３．特定の人（一部の家族、近しい友人など）に知ってほしい
４．身近な人に知ってほしい
５．不特定多数の人にも知ってほしい（ＳＮＳなどで発信）

Q11　もしあなたは、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、以下のうちあなたの気持ちに近いものはどれですか。（いくつでも）

１．会いたいと思う人に会っておきたい
２．自分の気持ちを聞いてほしいし、伝えたい
３．誰にも心配をかけたくない
４．いろいろ聞かれるのがいやである
５．特別扱いしてほしくない
６．生きた証を残したい
７．自分の体験をＳＮＳなどで発信したい
８．同じ病気の人と交流したい
９．自分の状態を知ってもらいたい
10．病状について隠し事はしたくない
11．同情されたくない
12．身辺整理をしたい
13．その他【FA】

Q12　もしあなたの身近な人が、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、あなたはその事実を知りたいですか。

1．知りたい　　2．知りたくない　　3．わからない

Q13　もしあなたの身近な人が、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、あなたはその事実を「知りたい」とお答えになりました。それはなぜですか。（いくつでも）

1．気持ちをわかってあげたい
2．生きているうちに会いたい
3．家事や仕事などの面で配慮してあげたい
4．力になりたい
5．心づもりをしておきたい
6．その他【FA】

Q14　もしあなたの身近な人が、死が避けられず、余命が限られた状態になったら、あなたはその事実を「知りたくない」とお答えになりました。それはなぜですか。（いくつでも）

1．どのように対応すればよいかわからない
2．知ったとしても何もできない
3．普段通りの対応ができない
4．その他【FA】

Q15　あなたはこれまでに、がんと診断されたことがありますか。

1．ある　　2．ない

Q16　もし病気になった際に自分で死に方を決められるとしたら、あなたはどちらが理想だと思いますか。
※あてはまるものがない方もお気持ちに近いものをお選びください。

1．ある日、心臓病などで突然死ぬ
2．（寝こんでもいいので）病気などで徐々に弱って死ぬ

Q17　もし自分で死に方を決められるとしたら【Q16の選択内容】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．苦しみたくないから
2．痛みを感じたくないから
3．寝たきりなら生きていても仕方ないから
4．家族に迷惑をかけたくないから
5．死期を知りたくないから
6．死の心づもりをしたいから
7．きれいに死にたいから
8．少しでも長生きしたいから
9．その他【FA】

Q18　あなたは、自分が死ぬことを怖いと思いますか。

1．とても怖い
2．ある程度怖い
3．あまり怖くない
4．全く怖くない

Q19　もし、あなたのもっとも大切な人が、その人自身の死に方を決められるとしたら、あなたはどちらを選んで欲しいと思いますか。

1．ある日、心臓病などで突然死ぬ
2．（寝込んでもいいので）病気などで徐々に弱って死ぬ
3．決められない

Q20　そのもっとも大切な人とは、誰ですか。一人だけを選んでください。

1．配偶者、パートナー（恋人も含む）
2．子ども
3．兄弟姉妹
4．友人
5．親
6．その他【FA】

Q21　もし、あなたのもっとも大切な人が、その人自身の死に方を決められるとしたら【Q19の選択内容】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．苦しんでほしくないから
2．痛みを感じてほしくないから
3．寝たきりなら生きていても仕方ないから
4．家族に迷惑をかけさせたくないから
5．死期を知ってほしくないから
6．死の心づもりをさせてあげたいから
7．きれいに死なせてあげたいから
8．少しでも長生きしてほしいから
9．自然のままに最期を迎えて欲しいから
10．その他【FA】

Q22　あなたは、大切な人に先立たれることを怖いと思いますか。

1．とても怖い
2．ある程度怖い
3．あまり怖くない
4．全く怖くない

Q23　人生の最終段階に、あなたはどのような治療を受けたいですか。受ける治療に関する全体的な希望をお教えください。

1．治療に苦痛がともなうとしても、病気に対する治療（生命をなるべく長くする治療）をより希望する
2．生命をなるべく長くする治療よりも、痛みや苦痛を取り除く治療をより希望する
3．特に希望はない
4．わからない

Q24　もしあなたががんで余命が１～２カ月に限られているようになったとしたら、自宅で最期を過ごしたいと思いますか。

1．自宅で過ごしたいし、実現可能だと思う
2．自宅で過ごしたいが、実現は難しいと思う
3．自宅では過ごしたくない
4．わからない

Q25　人生の最終段階に、医師から病状や治療等について十分な説明を受けたうえで、あなたは受ける治療をどのように決めたいですか。最もあてはまるものをお選びください。

1．自分が主体的に決めたい
2．家族などに主体的に決めてほしい
3．主治医に主体的に決めてほしい

Q26　もしあなたが以下の【a】から【e】の状況になった時、頼れるのはどなたですか。それぞれの場合で、次の方々の中から一人だけを選んでください。

〈項目リスト〉

1．【a】けがや病気で寝込んだ時に看病してくれる人
2．【b】介護が必要になった時に世話してくれる人
3．【c】入院や手術が必要になった時の保証人
4．【d】入院や手術が必要になった時の付き添いや立ち合い
5．【e】経済的に困った時

〈選択肢リスト〉

1．配偶者やパートナー　2．子ども　3．子どもの配偶者（婿　嫁）
4．親　5．その他の家族や親族　6．友人　7．かかりつけ医
8．ヘルパーなどの介護サービスの人　9．近所の人　10．その他
11．いない

Q27　もし自分で死の時期を決められるとしたら、あなたは配偶者やパートナーよりも先に死にたいと思いますか。あるいは後に死にたいと思いますか。

1．自分が先に死にたい　2．自分が後に死にたい

Q28　もし自分で死の時期を決められるとしたら、あなたは配偶者やパートナーよりも【自分が先に死にたい】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．配偶者やパートナーを失う悲しみに耐えられないから
2．配偶者やパートナーがいないと生活していくことが難しいから
3．自分が死ぬときに配偶者やパートナーがそばにいて欲しいから
4．配偶者やパートナーがいない人生は考えられないから
5．配偶者やパートナーの介護をしたくないから
6．葬儀やお墓のことを考えたくないから
7．その他【FA】

Q29　もし自分で死の時期を決められるとしたら、あなたは配偶者やパートナーよりも【自分が後に死にたい】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．配偶者やパートナーの最期を看取ってあげたいから
2．配偶者やパートナーの生活が心配だから
3．配偶者やパートナーを悲しませたくないから
4．自分が少しでも長生きしたいから
5．自分が弱っていく姿を見せたくないから
6．配偶者やパートナーに葬儀やお墓のことで迷惑をかけたくないから
7．その他【FA】

Q30　あなたの死期が近いとしたら、以下のなかで、どんなことが心配だったり、不安に感じたりしますか。（いくつでも）

1．病気が悪化するにつれ、痛みや苦しみがあるのではないかということ
2．自分の存在がこの世から忘れられてしまうのではないかということ
3．自分の存在が家族や親友から忘れられてしまうのではないかということ
4．自分が死ぬと、自分はどうなるのか、どこへ行くのかということ
5．自分の存在が消滅すること
6．家族や親友と別れなければならないこと
7．その他【FA】

Q31　信仰する宗教があるということは、死に直面したときに心の支えになると思いますか。あなた自身の信仰の有無に関わらず、お考えください。

1．なると思う
2．ならないと思う
3．わからない

Q32　あなた自身は、信仰する宗教はありますか。

1．ある　　2．ない

Q33　あなたはあなた自身の生きた証を残したいと思いますか。最もあてはまるものをお選びください。

1．残したい
2．残したいが、託す相手がいない
3．残したくない
4．残すものがない

Q34　あなた自身の生きた証を【残したい】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．死んだ後も自分のことも忘れないで欲しいから
2．子孫に自分のことを知ってもらいたいから
3．残された人の心の支えになるかもしれないから
4．残された人に感謝の気持ちを表現したいから
5．死んだ後に何も残らないのはさみしい気がするから
6．死んだ後も大切な人のそばにいてあげたいから
7．自分がこの世に存在した事実を残したいから
8．何かを残そうとすることは生きる目標になるから
9．残された人にとっての生きる指針になると嬉しいから
10．自分が歩んだ人生を残された人に知って欲しいから
11．その他【FA】

Q35　あなた自身の生きた証を【残したくない】とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．残すことよりも、今の時間を大切にしたいから
2．何かを残すほどの人間ではないと思うから
3．死んでしまえば後のことは何もわからなくなってしまうから
4．残された人をつらい気持ちにさせると思うから
5．何かを残すことでまわりの人の迷惑になるかもしれないから
6．私の人生を違った意味で捉えられてしまうかもしれないから
7．死を考えたくないから
8．残そうとしなくても誰かの記憶に残ると思うから
9．その他【FA】

Q36　あなた自身の生きた証として残したいものは何ですか。

【FA】

Q37　死別の悲しみを抱えた方々への支援のことを「グリーフケア」といいますが、この言葉をご存じでしたか。

1．よく知っている　　2．ある程度は知っている
3．言葉は聞いたことがあるが、内容はよく知らない
4．言葉も内容もよく知らない

Q38　今夜あなたが死ぬとしたら、何か心残りはありますか。

1．ある→　それはなぜですか【FA】
2．ない→　それはなぜですか【FA】

Q39　あなたは長生き（100歳以上）したいと思いますか。

1．長生き（100歳以上）したいと思う
2．長生き（100歳以上）したいとは思わない

Q40　前問で「長生き（100歳以上）したいと思う」とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．少しでも長く人生を楽しみたいから
2．家族を残していくことが心配だから
3．死が恐いから
4．子どもや孫たちの成長を見たいから
5．配偶者や親の死をみとどけたいから
6．世の中の進歩を見たいから
7．100歳以上になるという経験をしてみたいから
8．死にたくないから
9．その他【FA】

Q41　前問で「長生き（100歳以上）したいとは思わない」とお答えになりました。なぜそう思いますか。（いくつでも）

1．家族やまわりの人に迷惑をかけたくないから
2．長生きしても特に楽しみがないから
3．経済的な不安があるから
4．身体がだんだんつらくなるから
5．家族やまわりの人より先に死にたいから
6．充分に生きてきたから
7．先に死んだ人に早く会いたいから
8．その他【FA】

Q42　現在の生活に経済的なゆとりは、どの程度ありますか？

1．とてもゆとりがある
2．ややゆとりがある
3．あまりゆとりがない
4．まったくゆとりがない

Q43　大切な人との死別が最近５年以内にありましたか。

1．ある　　2．ない

Q44　大切な人との死別が最近５年以内にあるとお答えの方にお伺いいたします。それは誰ですか。（いくつでも）

1．配偶者やパートナー
2．母親
3．父親
4．子ども
5．その他の家族・親族
6．親友
7．その他

Q45　大切な人との死別が最近５年以内にあるとお答えの方にお伺いします。その方の死因はなんでしたか。
※複数あてはまる方がいる場合、一番身近な方についてお答えください。

〈項目リスト〉

１．配偶者やパートナー　２．母親　３．父親　４．子ども
５．その他の家族・親族　６．親友　７．その他

〈選択肢リスト〉

１．病気　２．事故　３．災害　４．老衰
５．自殺　６．その他