

書簡型連載 4

ケアマネさんとお坊さん



木村 晃子 様



差出人 竹中 尚文

2017年5月14日

— 死を目前にして生きる目的 —

気がつけば、すっかり暖かくなりました。こちらでは暖かい日にはTシャツで過ごせそうな季節になりました。昨年、札幌を訪れたのは6月でした。空気を軽やかに感じました。湿気が少なく軽暖で、本州より大きな街路樹が街のサイズを一回り大きく見せていて、それが白い花を付けて爽快な気分させてもらいました。一年前に木村さんに会いに札幌に出かけたのは、妻を伴っての一泊二日の小旅行でした。住職の妻は坊守と言って、お寺を守っています。浄土真宗では、僧侶が結婚をして家庭を持つのが開祖からの宗風になっています。だから浄土真宗の僧侶を出家と呼ぶことはありませんし、住職の妻も坊守と言う職名があります。

日頃、専光寺を守る坊守は一泊二日の小旅行が息抜きであって、ちょっとした夢なのです。ところが、昨年だったから札幌に行けましたが、今年になるともう難しくなってきました。ウチにはもうすぐ九十歳になる前坊守がいます。私の母です。ウチは私たち夫婦と母の三人家族なのです。一日以上の間、母から目を離すことが難しくなりました。だから、今年になると私たち夫婦で一泊旅行をすることが困難になりました。私には弟がありますが、ブラジルかアルゼンチンに居るような家族で、母のことを頼むことなどできません。

母は数ヶ月前からずいぶんと記憶力が衰えました。食事を取ったかどうか分

からなくなってきました。前日の記憶も不明瞭ですし、翌日の予定を言うと混乱してしまいます。以前はよくテレビを見ていたのですが、ここ一年近くはめっきりテレビを見ることもなく眠っています。テレビを見ないのかと尋ねると、面白くないと答えます。テレビのスピードに理解のスピードが追いつかないようです。

食事は三人で取るのですが、できるだけ母が加われる話題で話すようにしています。但し、住職と坊守の会話もこの食事時なのです。私は朝からお参りに出かけて、お昼に食事に戻ってまた午後に出かけていくことが多いのです。ウチの坊守は得度をして、僧侶になったのでお参りに出かけることもあります。基本的にはお寺に来て話していく人の聞き役です。私たち住職と坊守の会話はその日に会った門徒さんのことです。門徒さんが語ったことや門徒さんの様子を二人で情報交換します。できるだけ門徒さんが何を思い、どのように暮らしているか知っておきたいのです。決して生き方の是非を問うものではなく、どんなふうにいるか知っておきたいのです。それが住職と坊守の会話です。数年前までは、母親も前坊守でありますから、私たちの話に加わりました。それは今の情報だけでなく、かなり昔の情報が加わります。今は、門徒さんのことを母に尋ねても誰が誰か分からなくなりました。

あるご門徒の方が退職をしてから、時間ができたのでお年寄りの話し相手をするボランティア活動をされていると聞いたので、ウチにも来て下さいとお願いをしました。現在、母は要支援2という判定を受けているのですが、本人が誰の世話にもなりたくないという意向で、ケアマネさんに相談をしていません。誰の世話にもならず暮らすことなど人間には不可能なのですがね。ボチボチお願いをする頃だと思います。

母を見ていると、人間の機能が衰えていくのが見えます。聴覚などの感覚が衰えていきます。感覚器官によって情報を受け取って、それを認識し考察し判断決定する機能も衰えます。人間の機能の衰えです。一年ほど前に母が私にこんなこと言いました。

「あなた達もしっかりしているし、私は何も心配することがない」

「そんな水くさいことを言わないで。死ぬまで、死んでからも心配していき
れ」

生きると言うことは、そこに何らかの目的があったり、楽しみがあったりしま
す。生きる機能が衰えたときにこそ、生きる目的が必要だと思います。死が目
前にあるときこそ、生きる目的が必要です。

最近、六十代や七十代の人たちから、よくお墓の相談を受けます。「子供た
ちに負担を掛けたくないのです、お墓を整理したい」と。私も、その意向に肯定
的な回答をしてきました。ところが、「負担を掛けたくない」というのは「面倒な
ことを残して往った、と思われたくない」のではないのでしょうか。自分の死後
に気掛かりを残して往きたくない、と言う思いかもしれません。

死にゆく人の気持ちはどうなのでしょう。自分の死後に何を思うのでしょうか。
かつて、戦争によって人生をひどく歪められた人たちが、自分の死後にも
平和な社会を願いながら死んでいった時代がありました。これから死を迎える
私たちは自分の死後に何を願うのでしょうか。

自分の死後に送ってくれる人たちと、次の時代の話をしてほしいのでしょうか。
子供たちと自分の死後の話をするのもいいと思います。自分の死後一年後の話
や、数年後の家族旅行の話や、孫の成人式の話や、家の建て替えなど話題は尽
きないはずで。すべて自分の死後についての話題です。迷惑なことも残して
往けばいいと思います。子供たちと自分の死後のずっと先の相談をして欲しい
と思います。こんな語らいは、死ぬまで生きる目的を与え、死後を生きる目的
を与えることになると思います。こんな会話には、死を目前にしても、死んで
からもずっとつながっていると言う気持ちが必要です。死にゆく者にも送る者
にも、双方に死を越えて繋がる気持ちが必要だと思うのです。

季節の変わり目です。どうか御自愛下さい。

合掌

竹中 尚文 様

拝復

(実は、この「拝復」という書き方、竹中さんとのやり取りを始めた頃のメールで目にした時に、この響きに惹かれました。響きも字体も好きです。)

そちらは初夏の兆しのようなですね。私たちの北海道も、夏のような暖かさを感じる日もあれば、ストーブが必要な朝晩もあります。平均して暖かい春を過ごしています。もう初夏と言ってもいいでしょう。けれども、春から初夏に暖かい日が多いと、真夏には冷夏になってしまうという過去の記憶があります。ちょうど田んぼの稲に日光や温度が必要な時期に日が射さなくなるのです。お米の収穫が心配されます。と言っても、根拠のない私の浅はかな人生経験からの所感にすぎません。

竹中さんが北海道に来てくださったのが、もう1年も前のことになるのですね。あの時も爽やかな日だったように記憶しています。ジンギスカンの美味しいお店にご案内できずに、少々後悔をしています。また、いつか・・・

お母さんの様子に変化が見られているのですね。大事な時をお過ごしになっているのが伝わってきました。私は職業柄、高齢者の方の人生の最期の方に出会い、若干の関わりをさせていただくことが珍しくありません。長い人生の幕引きをどのようにお手伝いすると、ご本人やご家族にとって良い思い出になるのだらうと考えます。けれども、私などができることはさほどありません。

この3月に、支援を続けていた方がお亡くなりになりました。90歳を超えていたその方は、これまでお元気な毎日を過ごしていました。冬のある日に風邪のような症状になったことをきっかけに、食欲低下を引き起こしました。入院も必要でしたが、「家で過ごしたい。」というご本人の意向を支える形で、介護していたご家族も、「最期の時は自宅で・・・」という希望を示されました。私は、介護保険のサービスを手配する役割でした。お元気だった頃とは全く違い、言葉も少なくなっていました。体力も低下しています。ご自宅へ訪問すると、ベッドに寝ていても、ご家族に「起こして欲しい。」というように合図をします。ご家族もそれに応じて、ご本人を車椅子に乗車させます。車椅子に移っ

たご本人は、私の方をじっと見つめるのです。そして、ご家族がご本人に水分摂取を勧めると、私に視線を送りながら、ご家族に向かって更に合図をします。この時の合図の意味は、私（ケアマネジャー）にお茶を出しなさい、と促しているのです。ご家族は、その合図をしっかりと理解し、私にお茶を差し出してくれます。有り難くお茶をいただくと、ご本人も自分でコップを手に持ち、水を飲まれます。けれども、体力も落ちている状態では車椅子に乘車しても、途端に体調が悪くなり、またすぐにベッドに戻ることになりました。

このやりとりの2日後、その方は眠りながら静かに旅立っていきました。その方にとって、最期の時までの生きる目的は何だったのでしょうか。

お子さんと二人で暮らしていました。認知機能の低下もありました。私が訪問すると、「(自分の子が)面倒を見てくれるから、本当に助かるよ。」というのが口癖でした。そして、自分で出来ることは減っていましたが、訪問した私に対して、もてなしを促すように、子どもさんに向かって指示をしているのです。子どもの手助けを受けながら、「母親」としての気概のようなものを感じました。亡くなる二日前のご様子を振り返っても、やはり「母親」としての姿勢のようなものを感じさせてくれていたようにも思います。この方の、生きる目的は、「母親としての自分で在ること」だったのかもしれませんが。

「人に迷惑をかけたくない。」という言葉は高齢者からよく聞く言い回しです。私の母（77才）も、よく言っています。他者の手助けを受けることは「迷惑」なことなのだろうか、と疑問に思うことがよくありますが、やはり手助けを受ける側には、気兼ねが起こるのだろうと推測します。

私の父は、二年前に亡くなりました。7月下旬に「肝不全」の状態を起こし、お盆までもつかどうか・・・と言われましたが、亡くなったのは10月でした。毎日が覚悟の時で、私は、仕事が終わってからは、1時間ほどかけて父の病院に足を運びました。その時にできることは、それしかなかったからです。母は、私の疲れも気遣って、「悪いね。」と言葉をかけてくれていました。けれども、今になっても、あの時、父のもとへ足を運ぶことができたのは良かったと思います。病床で、皮膚の色がすっかり変わってしまった父を見つめるのは、辛い

ことでもありました。若く元気な時の父を思い浮かべながら、その時々にかかる私の周辺あれこれについて、父に問いかけたものでした。父なら、何と云うだろう・・・身動きがとれない沈黙の父と私。間もなく命尽きるであろう父と、元気な私。まるで、闇に向かう父と、光の中にいる私かのような、立場の違いを感じます。けれども、光をもらっていたのは私だったと思います。

人と人との関係は、いつでも対等です。一見、助けられている、と見えている人が、助けているように見えている人の力を引き出しているということはよくあることです。「お互い様」であるし、誰かの中にある「弱さ」は、他の誰かの「強さ」を引き出す力なのかもしれません。

助けたり、助けられたり。支えたり、支えられたりする関係は、「迷惑」ではないように思います。そして、人はいつでも一人ではない。

もし、気兼ねから、或いは他者への思いやりから、「人に迷惑をかけたくない。人の世話にはなりたくない。」という言葉が出てしまうのなら、どのような言葉でそれが迷惑ではないと伝えたら良いのでしょうか・・・

この4月から、私の配属先が変わりました。地域包括支援センターでの仕事をしています。要支援1・2の人たちの介護サービス利用に関して担当するセンターです。もし、竹中さんの地区の包括支援センターだとすれば、私は竹中さんのお母さんに関わる可能性があります。その時、お母さんにどのような言葉でご挨拶するのでしょうか。

「出会いとご縁に感謝します。」このような言葉になると思います。人生の大先輩から、私はいつでも「ありがとうございます。」をいただいております。

誰かの存在が、生きる目的であったら素晴らしいと思います。

どうぞ、ご家族の皆様、良い時間を過ごせますように・・・

木村 晃子