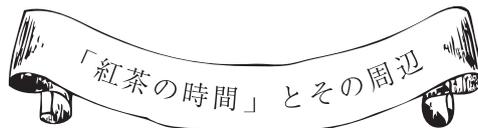


きもちは、 言葉を さがしている



第46話

水野 スウ

昨夏から今年の春にかけて、わたしたち家族に起きたできごと。いろいろありました、と言って済ませるにはもったいないくらいのギフトを受けとった／受けとっている、と思うので、まずは私の記録のためにこの間の家族の物語をここに記しておこう、と思います。

娘が倒れた

10年ほど前から、娘は東京で夫婦二人暮らしをしています。去年8月日曜の夕方、娘のパートナーから電話がありました。「まいがくも膜下出血になりました」。その前の日の夕方、娘の頭が突然ものすごく痛くなって、すぐ救急車で運ばれたものの、行った先の病院では原因がわからずそのまま帰されてしまったこと、彼から聞いていました。だけどその後、娘はついさっきのことも忘れてどんどん話がかみ合わなくなっていったそうです。その様子に、やっぱりおかしい、と思った彼が、休日でも診てくれる小さな脳専門のクリニックを必死に見つけて彼女を連れていき、そこで撮ってもらったCTでよう

やく、娘がくも膜下出血をおこしていたことがわかったのです。

その小さなクリニックには入院設備がないので別の病院を探すけれど、その頃の東京はコロナの緊急事態宣言下、なかなか受け入れ先が決まりません。やっとのことで受け入れてくれる大学病院が見つかり、そこに救急車で運ばれたのが発症からすでに24時間後のこと。今にして思えば、その時の娘は相当に深刻で危険な状態でした。造影剤を入れてカテーテル検査をし、出血している場所を特定したら、そのまま手術にとりかかることになりました。

けれども夜遅くになって彼から連絡があり、「今まで詳しく脳の中を調べたけれど、どこから出血しているかが特定できないので、今夜、手術はできないそうです」。「できない……。でも、脳からは出血してるのよね」「はい、まだ続いていて髄液は真っ赤です」「だけど手術は、できないのね……」「はい、できません」。その時のまっくらで絶望的なきもち、もう言葉にもなにもならなかったです。

それでもその後、やがて髄液が透明になり、娘の意識ももどり、ICUで慎重に経過観察を続ける中で、

娘は手術することなしにのちを無事につないで、奇跡的に後遺症もなくこちらの世界に還ってくることができました。本当によくぞ戻ってきてくれた！という気持ちでいっぱいの日々でした。

扉をひらく

3週間入院して家に戻ってきてからの娘は、徐々にからだは元気になっていったけど、心がずっと不安なままでした。食べたいものがわからなくて、食材や献立を選ぼうと思っても、何を選んだらいいかわからない、食べてもおいしいと思えない——。「もし許されるならなんにもしたくない。ずっとこのままだったらどうしよう」と電話口で泣く娘に、「不安なときはクッキングハウスの松浦さんに話を聞いてもらうこともできるんだよ」と言ったことを覚えています。私の電話からほどなく、彼女は自分で電話をかけて面談の予約をとり、調布のクッキングハウスを一人で訪ねました。

クッキングハウスは、心の病気をした人たちの居場所であり、働く場所でもあるレストラン。代表をしている松浦幸子さんから出前のご注文を受けて、私は2004年からずっと年に一度、おはなし会にでかけています。そこに娘は毎回参加し、時には彼女がみなの前で話す場面もあったので、クッキングハウスはもうおなじみの場所だったはずだけど、誰のためでもなく自分のために必要だ、という想いであらためてそこへ行く、というのははじめてのこと。それって、私を通して知っていたつもりのクッキングハウスの、これまでとはまったく違うドアを彼女が自分で押して入っていった、ということだったのだらうと思います。

そんな彼女のことを松浦さんは、よくきたね、と迎え入れ、「まいさん、3ヶ月は充電期間だと思って過ごしてくださいね」と話してくれたそうです。

倒れる前の娘は、それはひどい生活をしていました。15年ほど独学で、ゆっくりと産地直送の本づくりをしてきた娘だったけど、そのときは生まれてはじめて、自分以外の編集者さん、デザイナーさんと一緒に、出版社から出す本づくりに取り組んでい

た真っ最中。普段の自分とは違うペースで本づくりが進んでいくなか、自分にできるだろうかという不安と、足手まといになっちゃいけないという重圧がごちゃ混ぜになって、寝ることも食べることも何ヶ月も満足にできていなかったのです。

そんな彼女の生活を知った松浦さんは、「まずは生活の基本を整えましょう」と言って、野菜たっぷりの食事を摂ること、夜しっかりと寝て朝になったら起きること、日光の出ているときに運動して、子どもの頃から好きだったことをすること……と目の前でサラサラと書いてくれました。

ただでさえ頭が四角く、ましてや不安がいっぱいでまだ頭がてんぼっていたその頃の娘にとっては、そのどれもがハードル高く思えて、アドバイスをもらったものの、内心とても困ってしまったそうです。(さらに「充電期間の3ヶ月っていつから数え始めるんですか？ 退院してからですか？ 今日からですか？」と松浦さんに訊ねたと聞いたときは、我が娘ながらなんと頭の四角いことだらう！と)

「この先もう本をつくりたくなくなってしまうらどうしよう」という娘に、松浦さんは「別に本をつくらなくたっていいのよ。そのうちまた別の新しい何かがしたくなるんだから、そのときはそれをしてらいいのよ」とカラッと笑顔を答えてくれ、その言葉に娘はホッとした、と。

そして、「まいさんが小さい頃から好きなことはなんですか？」と問いかけられてすぐ、「歌うことです」と答えた娘に、「ちょうどこのあと歌の会があるから、よかったら参加しませんか」と誘ってくれた松浦さん。

歌の会というのは、伴奏なしのアカペラで、メンバーさんが歌いたい歌を思い思いに歌う小一時間ほどの会。慣れていない娘は、はじめドギマギしていたけど、「まいさんもどうぞ」と順番がまわってきて思い切って歌って見たら、なんだかとてもきもちがよくて、この会にはまた出たいな、と思えたそうです。

そんな風にクッキングハウスとの出会い直しをしながら少しずつ心の緊張がほどけてきた頃、彼女は松浦さんが言ってくれた「充電期間」というのを、

何かをしな^きゃいけ^ない期間、ではなくて、心とからだの声を聴きながら生きるための練習期間、と自分なりに再定義したこと、電話で報告してくれました。

リカバリーの途上で

クッキングハウスでは、おいしいランチを食べられることはもちろん、いくつもの文化学習プログラムも開かれています。その中の一つ、「メンタルヘルス市民講座」というのは心の病気について理解を深める連続講座。松浦さんの解説だけでなく、メンバーさんが講師になって自身の体験を語ってくれる時間や、受講生みんなが参加するワークショップ、最後には、この場で感じたことを一人ひとりが言葉にし、皆でそれを共有する時間もある、双方向の学びの時間です。

あるときのテーマが「リカバリー」だと知った娘は、まだまだ人に会うのは怖かったから直前まで迷ったけど、これは今の自分に関係あるテーマな気がする、しかもちょうど歌の会もある日だから歌える！と、この日だけのつもりで、えいやと参加してみることに。やっぱりはじめはドキドキしたけど、そのドキドキを観察していくと、どうやら不思議なことに、メンバーさんやスタッフさんのそばにいるときはあまり緊張してないみたい、と気づいたのだとか。なんだかこの場所にいると心地いいな、この講座はなんとなく自分に必要な気がする、また参加できそうなきときは来ようって思えたんだ、と、娘は電話口でちょっと嬉しそうに話してくれました。

結局その後、彼女はそのシーズンのメンタルヘルス講座に全回出席して、さらに、コミュニケーションを練習するSST（ソーシャル・スキルズ・トレーニング／日常の中で困っていることを課題として持ち寄って、どうしたらいいかを皆で考え、練習してみる会）にも参加するようになり、新しい発見があるたび電話をかけてきては、私にそれを伝えてくれるようになりました。どうやら娘にとっては、一回一回の講座が学びであると同時に、セラピーでもあると感じているみたい。実際、クッキングハウスに通い始めたときに

は、食べたいものがわからない、おいしいと思えない、献立も食材も選べない、と言っていた彼女が、次第に献立を決められるようになったり、これを食べたい、これをつくろう、これがおいしい、と感じられるように、少しずつ変わっていったのでした。

娘に起きた革命

娘が生協に入ったことも、生活が変わる一つのきっかけになったかもしれません。松浦さんから「野菜をたくさん摂りましょう」とアドバイスをもらってははじめは困ってしまい、野菜が家までやってきてくれたらさすがに食べられるのではないかと考えたよう。それでも入りたての頃はカタログから選んで注文するのも難しく、もしかしたらすぐにやめるかもしれないけどそれでもいいよね、と思いながら見守っていました。

はじめのうちこそ、野菜食べな^きゃ、料理しな^きゃ、でもむずかしい……と困っていた娘でしたが、そのうち「しな^きゃ」は大変だから「したい」を大切にしよう、と軌道修正したらしく。少しずつ生協とも付き合い方のコツを見つけ、次第に食生活にリズムが生まれ、どうやったら季節の野菜をおいしくたくさん簡単に（簡単に！なところがミソ）とれるだろうか、娘は楽しみながら工夫するようになっていきました。これまで自分のからだをさんざん粗末してきた、以前の彼女の生活ぶりからすると、これはもう革命！っていえるほどの大きな変化です。

はじめて彼女が出た講座で、松浦さんはこんなふうに話してくれたそうです。「リカバリーは元の位置、元の自分に戻ることにありませんよ。病気になった自分を認めながら、普通に生活し、自分の夢や希望を叶えていくプロセスそのものがリカバリーなのです」

ああ、本当にそうだなあ。倒れる前の彼女に戻ったのではなく、もっと楽に、自由に、のびのびとした彼女になっていくのを、私自身が感じていました。これまで相手にいつも気を遣い、期待に答えようと、自分のきもちを後まわしにするようなところが多々あった娘だけれど、最近は少しずつそれを軌道

修正して、自分のことを大事にできるようになってきているとも感じます。

突然倒れた夏のあの日から時間が経ち、娘は何度も当時のことを振り返っては言葉にしています。「どんだけからだか注意信号だしても私が無視し続けてたから、やむなくからだか急ブレーキ踏んで、それで倒れちゃったんだよね、同じとこに戻ったら危ないね」

本当にその通り。もとの同じところに戻っちゃ危険、そのことを自覚している娘に私も少しほっとしました。

クッキングハウスと出会い直し、心から安心できる自分の居場所になったことで、松浦さんはもちろん、メンバーさんやスタッフさんたちにもおおいに助けられながら、娘は彼女なりのリカバリーの道を、ゆっくりゆっくりと歩いている途上です。

「風を待って」

退院してから4ヶ月弱、クリスマスの翌日、娘からこんな電話がかかってきました。

「昨日の真夜中、たまたまテレビつけたら、2年ぶりに小田和正さんの歌番組『クリスマスの約束』がはじまって、1曲目の「風を待って」を聞いてたら、なんか知らないうちに涙が出てきた。こんなフレーズが何度も出てくる歌なんだよ」と、電話越しに口ずさむ娘。

♪ずっと待っていた 風がいま吹いた
まるでやさしい声で 話しかけるように吹いた
It's going to be all right きっと大丈夫

娘ははじめ何気なく聴いていたのだけど、途中からなぜか涙がじんわりにじみだして、次のこの歌詞を聞いたとたん、涙がポロポロあふれ出したのだとか。

♪今はもどらないから大切 なんじゃなくて
今を重ねて明日へ つながって行くから
そんなにも大泣きした訳を、娘はこう話してくれ

ました。

——ああ、自分がICUで目を覚ました時、退院した時、もう大丈夫って思えた時って、彼やパパやママは、この歌みたいに感じたのかな。ずっと待っていた風がやっと吹いて、やさしい声で、もう大丈夫だよ、って言ってもらったみたいに、きもちがふわっとゆるむような感じしたのかな、って想像したんだよね。

そう思った瞬間、じゃあ、まだ大丈夫って思えてない時、まだ私がどうなるかわからなかった時って、どれだけびーんと張りつめた不安なきもちでその時間をずっと過ごしてたんだろう！ってことに、改めて思い至った。だってあの時、“今”がとぎれて、もう明日につながっていかない可能性だって、十分にあったんだものね。この歌を聞いてたら、ようやく、今更だけどリアルにそう感じられて、それでぼろぼろ涙がこぼれてきたんだよ。

ああ、確かにそうでした。パートナーの彼は、娘がただ目覚めた、というだけではまだまだ全然、安心することなどできなかったのです。ドクターは、良い見立ても、そうでない見立ても、起こりうる最悪の可能性も、あわせて家族に伝えるもの。特に娘の場合は、発症から病名がわかるまでにまる一日経ってしまい、水頭症までおこしていたから（話がかみあわなくなっていたのは、その症状）、いのちがあっても何らかの後遺症が残ることは覚悟してほしい、と彼はドクターから暗に伝えられていたのです。

無事に目が覚めたとしても、その後に再出血したり後遺症が出たり、血管が細くなって脳梗塞の起こる可能性があるから、入院してからの2週間は本当に細心の注意をはらってICUでずっと見ていないといけなかったのです。

思い返すと、娘が大学病院に運び込まれたその夜、娘のパートナーが私たちに伝えたのは、ドクターから聞いた話の、本当に必要最小限のことだけでした。残り、つまり最悪の予想やその手前の予想の具体的なことは、娘が無事に退院してくるまで、自分一人の胸におさめたままだったのです。そうやって私たち両親の不安がそれ以上、無限にふくらんでいかないよう、彼は私たちを守ってもくれていること、私

たちは娘が退院した後になって知りました（知った時、もうもう言葉にできないくらい彼に感謝して、胸が詰まっていっぱいになった。たった一人でその不安を抱えていたって、その恐怖はいったいどれほどだったろう、と）。

だからなおさら、これでもう大丈夫、って安心できるまで、彼は私たち以上の長い長い時をずーっと一人で待っていたんだ、と私も娘の話を聴きながら思いました、そして、ようやく、風が吹いた。やさしい声で、きっと大丈夫、と話しかけるように吹いた。そうか、娘はこの歌詞をそのように聴いて、それでそんなにもいっぱい涙したんだな、とやっとわかりました。

夫の食が細くなって

その翌月、私の誕生日に、娘から「クリスマスの約束」のDVDが届いて、はじめて私たちも「風を待って」の歌を聞くことができました。そして、ああもう大丈夫、と思ったときのきもちを思い返していました。でもその一方、私の心には密かに引っかかっていることがあったのです。

夫の食が急に細くなったのは、12月に入ってからのこと。毎食おいしく食べれることはいつも通りなのだけど、その量が、低燃費で知られる私（少食の割によく動く）よりもまだ少ない。あれ、どうしたん？ と聞いても、う～ん、なんかこれ以上食べられないんだよな、というだけ。そのほかの変化は特にありません。

夫にはもともと慢性心不全の持病がありました。これまで何度、専門のお医者さんに診てもらおうと言っても腰をあげなかった彼だけど、娘が夏に大病したことでやっとその気になって、去年の秋から心臓専門医のクリニックに定期的に行って診てもらうようになりました。

1月、毎月通う心臓専門のホームドクターに彼の食事量の変化を伝えると、彼の体重減少を見た先生はすぐに「うーん、あやしい、がんかもしれない。胃カメラ、すぐのみにいってもらえますか」。そう言うなり、その場で医療センターに予約をいれ、紹介状を書いてくれました。翌々日、センターにいっ

てカメラをのんで検査した結果、夫の食道にがんが見つかったのです（心臓のクリニックの先生は進行性胃がんを疑っていたことを後で知る）

医療センターの初診の日、夫の腎臓の数値が異常に低いこともわかりました。この日が初対面の、消化器内科の若い主治医さんは夫の飲んでいる降圧剤の副作用を疑って、とりあえずその服用をやめることになりました。

それから手術までひと月半の間に5回検査。胃カメラ、CT、超音波内視鏡、ペット検査、造影剤をいれてのCT検査などなど。はじめはその回数多さに驚いたけど、これも後になってわけがわかりました。夫の食道がんはごく初期のもので、そんな早くに見つかることはとても稀なので、医療センターの主治医さんは、大きな手術をせずに内視鏡だけで患部をはたしてとりきれるかどうか、そう判断できるまで慎重に慎重を期して検査してくれていたのです。

腎機能の低下は、ドクターの見立てがあたっていたようで、薬をやめてから確実に数値があがり、それに伴って食欲も出てきて、目に見えて夫の食事量がふえてきたのは本当にうれしいことでした。

アゴの骨が折れちゃった

1月に夫の病気を知ってすぐ、一番簡単なケータイを買ってきました。これまで彼はケータイを持たず、持つ気もないと知っていたけど、今どきの入院はほぼ、家族とも会えない。彼との連絡方法が院内公衆電話からだけ、というのはあまりに私が心もとなく、彼のためというより、私のために買ったようなケータイでした。

彼にミニ特訓をして、電話をかける／受けるはすぐできるようになり———とっていたら、彼の入院まで2週間あまり、というタイミングの2月初め、私がケガをして、なんと彼より先に私が入院することに！ 買ったばかりのケータイがこの時、おおいに役立ってくれました。

そのケガというのは——いつも行く銭湯の湯船か

ら何気にガバッと立って出たところで、突然ふわあ〜となり、気づいた時は、裸の私がタオルと毛布にくるまれて、救急隊員さんに担架で運ばれるところでした。救急車に載せられる時、一緒に銭湯に行っていた夫の不安げな顔が一瞬、視界に入り、彼には聞こえない声で、ごめんね、ごめんね、心配かけてごめんね、と担架の上で何度もつぶやきました。

緊急搬送された病院で調べた結果、私の脳にも心臓にも異常はなく、気を失ったのは急に血圧が低下したことによるただの湯あたりとわかって、まずは、ほっとする。けれど倒れたはずみで顔を激しく打つたらしく、目の下のほっぺとアゴの蝶番^{ちようつがい}を骨折していたため、その日は家には帰れず、そのまま入院することになってしまいました。

幸い骨はずれていないので、手術はしなくてすみそう、後は日にち薬で骨が自然にくっつくのを待つだけ、とドクター。だけど私は焦りました、夫の手術までに一日でも早く家に帰って、からだを治して、彼のよろこぶごはんをつくりたい。

私がそう思ったのには、特別な理由がありました。暮れから夫の食が急に細くなったことではじめて、食は、大切な人への、いのちへの、ラブレターだったんだ、という実に根本的な当たり前のことにやっと気づいたのです。いのちがよろこぶごはんを毎食つくりたい、本気でそう思うようになった。娘が大きな病気をしてはじめて食の大事さに気づいたように、私もまた時間差で、食べるは、生きるだ！とガツンと気づいたのです。

ふり返ればこれまで夫婦とも大病の経験がなく、食に関してそんなに真剣に考えたことはなかったように思います。それに、生まれも育ちも金沢の夫の大好物が、地物の新鮮な海の幸だったこと、頭では知っていたのに、なんとなくお魚料理はめんどくさい気がしてちょっと遠ざけてた私だったんです。

二人で小さな食卓を囲んで、能登の朝どれイワシやアジやカワハギ、地物の旬の野菜などなど、何気ないその日その日のごはんを、おいしいねえ、うまい！最高！といいあう時間が極上のたからものだと知ったのは、遅ればせながらほんとにこの冬からだった気がしています。

そんなわけで、1日でも早くケガを治して、いのちが喜ぶごはんをつくりたい。ただその一心で、ガンガン痛む頭を抱えながら、病院のベッドの上の私は、3つの養生プランをたてました。

その3つとは——養生プランその①「食べる時はおちょぼ口、話す時はもごもごぼそぼそっと宣言」。その②「ちから強い味方チームに頼るぞ宣言」。その③「『紅茶の時間』お休みします宣言」です。

私の養生プラン

その①「食べる時はおちょぼ口、話す時はもごもごぼそぼそっと宣言」。

形成外科のドクターからは、当分の間、大きな口を開けたり、大声で歌ったり、硬いもの噛んだりしないようにとのお達し。しばらくはおかゆと刻み野菜のみの食事。口を開けると痛いし、噛むのはもっと痛いしで、おちょぼ口になるしかありません。口をあけずに話すと、もごもごボソボソ、まるで腹話術みたいなくぐもった声だけど、これもまたいたしかたない。きもちよくて大好きな大あくびも、毎回グッとこらえてかみ殺すことに。

養生プランその②「ちから強い味方チームに頼るぞ宣言」。

ここ数年、親しい友人で、すばらしい鍼灸の技を持つお二人に、定期的にわたしのからだを診てもらっています。全身の不調、腰痛や肩こり、菌肉炎細菌感染によるほっぺの腫れ、足の甲のねんざ、出血性膀胱炎に至るまで、これまで何度ピンチのたびに助けてもらってきたかしれません。二人の施術を信頼してるので、しろうと考えながら今回のケガにもいいのでは、と即、連絡すると、骨折後の鍼灸で骨癒合^{こつごう}（って言葉、初耳でした）も促進されるし、まわりの細胞の活性化にも効果あるよ、とのこと。ああ、なんてありがたい。彼女たちに前から出逢っていたことに本当に感謝しました。

骨折してからのひと月間、あまり日をおかずに私は二つの鍼灸院にかわりばんこに通いました。私の全身を注意深く診ながら、ほっぺやアゴの骨の折れ

たあたりを細い細い鍼で浅く刺す散鍼^{さんしん}、打たない鍼で皮膚の上をこする銀の棒の鍣鍼^{ていしん}、太い葉巻みたいにもぐさを固めて棒状にしたものに火をつけて、それを患部近くにかざしてぼわ〜んと温める棒灸、それに加えていつもの鍼灸、と骨がくっつくのを促す施術あの手この手。

古色蒼然とカップ色に腫れた顔のひどいあざも、太ももの内出血も、それを一ヶ所にとどめないで早く散らす効果が鍼にはあるらしく、からだのあちこち、内出血の場所が転々と移動していく様は、からだの不思議そのものを見る思いがしました。

結果的に、ケガしてからひと月あまりの間に、二人の友達鍼灸師さんに2回ずつ、計4回施術してもらいました。これをもって今回の骨折に関しての緊急鍼灸はひとまず卒業。おかげで形成外科のドクターが驚くほどの回復ぶりで、おかげを早々に卒業してご飯を食べられるようになり、口もだいぶ開くようになりました。

二人の鍼灸師さんが誠実に施術をしてくれて、それに私のからだがとてもよく反応することを、二人とも毎回とてもよろこびます。彼女たちは常々、鍼灸が治すんじゃなくて、患者さんの治ろうとする力をうまく引き出すお手伝いを鍼灸でしてるんだよ、というけど、まさにそのことを実感しました。このひと月あまり、鍼灸の刺激によって私のからだのなかで起きている／いたであろう不思議なドラマや、折れた骨のまわりで、それを治そうとする細胞たちが集まってきて懸命に仕事をしている図を想像するたび、とても感動して毎回、敬虔なきもちになったものです。

そして、これってコール&レスポンスだ、とも気づきました。鍼灸でからだに働きかけて、それにかからだが応えていく。養生プランその②として「力強い味方チームに頼るぞ宣言」と書いたけど、まさしく患者である私も含めての3人が一つのチームとなって、からだを治していったんだ。思いのほか回復が早かったのはそのおかげ。入院していた病院の形成外科ドクターの、めざましい回復ぶりですね！という口調からもそれを感じました。

からだに直接触れる治療だけに、施術する人、さ

れる人との信頼がこの治療には欠かせない要素だとも感じました。まだまだ、鍼ってこわそうって思う人多いかもしれないけれど、私にとっては、からだのツボや血流のことよく知ってる鍼灸師さんって私の身体の伴走者みたいだなって日頃から感じてた。この安心と信頼があったからこそ、骨折後1週間で鍼してもらおう、とピン！と閃くことができたんだろうなと思います。

紅茶のロングバケーション

最後の養生プランその③は、「『紅茶の時間』お休みします宣言」。

毎週の紅茶は、もう、とうにはやってない場で、コロナ下の2年間はさらにそうで。それでも誰かしらぼつぼつとやってくる場であり続けてきました。紅茶で、誰かのしんどい胸のうちの聴く時の私はとても寡黙だけど、大好きな仲間たちと語りあう時は、大声あげてよく笑う、よくしゃべる。でも、もしそれで骨がずれたら大変だし、そもそもからだ中痛くて当分は人と会うのも無理。紅茶39年目ではじめてのことだけど思い切って紅茶を休もう、と思った時、ロングバケーションという単語が降ってきました。そうだよ、私のケガという理由があるんだから、堂々と、夫が養生する分まで紅茶を長休みしよう。これがほんとのケガの功妙！

39年前に紅茶をはじめたのは私、でも夫が会社をやめてからの20年、紅茶は二人で開けてきたようなものだと感じています。紅茶の時間中、彼がみんなの語りあいに入ってくることはまずないけれど、同じ空間に空気のように居てくれることがもう紅茶の当たり前で、それが私の大きな安心でした。たぶん、紅茶に来る人たちにとっても。

そうやっていっぱい助けられてきたのだから、せめて彼が病気になったこんな時は、できるだけ静かな環境をつくって彼を守りたいと思った、それが紅茶ではじめてのロングバケーションをとったもう一つの理由だったのでした。

ウォークマンから「風を待って」

3つの養生プランのおかげで、私のからだは順調に良くなり、夫の入院の日までに、彼の喜ぶ料理を毎日つくることができました。その間に彼の病気のくわしい検査が行われ、がんがごく初期のものでおおがかりな手術をせずに、内視鏡でとれるものだという事も少しずつわかってきました。

今の日本では二人に一人ががんになるのだそうですね、誰がいつなってもおかしくない、それほど当たり前前の病気であっても、いざ、がんです、といわれた時は、母をがんで早くに亡くしている私にとってやはりショックで、不安で、こわかった。けれども、ドクターの念には念を入れた検査や診察のおかげもあって、私も彼も、はじめの頃のドキドキは薄まり、自分でも意外なほど安心して、彼の手術の日を迎えることができました。

夫の手術の日（奇しくもウクライナにロシア軍が侵攻を始めた日）、主治医のドクターが内視鏡で見ながら患部を切り取ってくれて、手術は無事に終了。ただし、一つが予想していたより大きかったため、がんでない部分もふくめて粘膜下層近くのぎりぎりまで取り除いたとのこと。そのために食道までの壁が薄くなって絶食期間が増えて、はじめ一週間の予定だった退院の日が延びることになってしまいました。安心しきっていただけに、正直私も少しショック。

それを知った娘が「もしかしてパパ、とても落ち込んでるかもしれない。それにテレビをつけたらウクライナのことしか放送してないから、ますます気持ち沈んじゃうかも。何かちょっとでもおだやかなきもちになれること、離れているけど家族とつながっている、って感じられるようなこと、自分にできないかな」と言って、こんな提案をしてくれました。「ウォークマンがあれば病院でも音楽聴けるよね。私がセレクトした曲をCDに入れて送るから、その両方を病院に届けてもらえる？」

その翌日、娘の注文したウォークマンと、娘がセレクトした家族の思い出の歌入りCDが、同時にわが家につきました。包みをほどいて、電池いれて、CDいれて、スイッチいれて。あれ？なにも聞こえ

てこないよ。どきどき。3秒くらい考えてから気づいた、ひょっとするとウォークマンってイヤホン使わないと聞こえないものなのかな？——あ、聞こえた聞こえた、1曲目は予想した通り、小田さんの「風を待って」でした。今の私たち家族にとってのテーマソング。イントロ聞いただけで涙が出ました。

夫の手術の日の同じ時間、私は石川で、娘は東京で、この歌を聞いていたのです。離れていても、一つの歌を共有することで一人じゃないようなきもちになれました。今、退院が延びて不安になっているかもしれない父親に、この歌を届けたい、って娘は考えたんですね。

早速、病院に持って行きました。私と同じく、ウォークマンっていうものを初めて見る夫。じかには会えないので、病院の駐車場からケータイで使い方を説明して、彼の耳にやっと音が聞こえてきた。ベッドの上でイヤホンして、ウォークマンから流れてきた「風を待って」を聴いた夫、その晩に「やけにしみて、泣けちゃったよ」とケータイから電話してきました。

ロンバケ明けの紅茶で

その後の検査で夫の予後は良好なことがわかり、一度延期された入院期間も再び延びることはなく、無事に夫が家に帰ってくることができました。紅茶のロングバケーションのおかげで、彼は家でゆっくり養生しながら過ごし、私も大口開けて食べ、笑えるようになり。

そうして2ヶ月ぶり、ロングバケーションあけの紅茶の時間には、懐かしい顔が入れ替わり立ち替わりやってきました。私たち夫婦の元気な顔をじかに確認して、みなやっと安心してうれしそう。もちろん私も。よかった～、会いたかった～、うれしい！の言葉と笑顔が、その日の紅茶内で何度もやまびこしていました。

仲間たちから矢つぎ早にあれこれ聞かれて彼の病気や私のケガの話をする、実はうちも、私も、と自分や家族の病気やケガのこと、これまであまり言っていないような話が次々、飛び出しました。

そう、誰にでも、どの家庭にも、それぞれ何かしらあって、抱えていて、でもそれを超えて、くぐり抜けて、痛みや悩みや不安となんとか折り合いつけながら生きてきているんだよね、そう互いに実感しあえた、それは豊かな紅茶再開の時間だったのです。

ふくさよさよのさいわい？

夫が退院して2週間後の診察の時、医療センターの主治医さんが、「血管にがん細胞が絡んでいないという検査結果が出ました、よかったですね。治療はこれで終わりですよ」と。手術の日に自身の手で内視鏡を使って患部をとりのぞけたこと、その判断で間違っていたことが、この若いドクターにとってもほんとうにうれしい出来事だったのが、その表情から伝わってきました。

実はこのドクターも、初診で胃カメラの結果を見るまでは、夫の急な体重減少から進行性がんを疑っていたそうです。体重の減った理由が降圧剤による副作用だとも言い切れないので、結局、食欲不振になった原因はいまだはっきりわかりません。ドクターはそう言って一瞬の間を置いてから、私たち夫婦の方を向いて、「医者がこんなことというのはおかしいかもしれませんが、強いていうなら、(急激にやせたのは) 神様のお告げ、としか言いようがないです」と。それを聞いてなんだか胸がいっぱいになりました。この先生の誠実さと謙虚さに。

私はというと一降圧剤で食欲不振になったんだとしたら、それって「ふくさよさよのさいわい」(薬の副作用が作用したことによる幸い) だ、って思ってたんです。その証拠はどこにもないけど、夫が急にやせたことでがんがごく初期に見つかったのは確かなこと。だからやっぱりそこは何かおおいなるちからがはたらいて彼を守ってくださったのだと、この一連のできごとに心から感謝しました。

チームで治す

毎回、診察時に感じてたことだけど、医療センターのこの主治医さんがいつも、医学のしろうとの私

たち夫婦を治療チームの一員とみなして接してくれていたこと、ほんとにありがたかったです。私のごく初歩的な質問にも、いつも真摯にいてねいに、たいらに、答えてくれていました。

さっき、私の骨折のリハビリをおおいに手助けしてくれた友人鍼灸師さんたちと私はチームだと書いたけど、今回のことでも、医の者と思う者とは、本来、チームを組んで、信頼関係をつくって、その病とむきあう、つきあうというのがすごく大事なことで、とつくづく思いました。当人にしかわからない痛みや不調、わずかな変化、そういうからだの声を聴いて、それを専門家に伝えること。それは思うものの受け持つ仕事かもしれないのだなあ、と。

そしてまた、家族もチームだと思ったのです。娘は「私が無茶な働き方してた時にパパとママのことが起こらなくてよかった。その時だったら、私のきもちが不安でいっぱいになりすぎて、耐えられなかったと思う。倒れたおかげで、もう一度自分のペースで生き直そうと思えて、ちょっとずつリハビリしてきもちが落ち着いたタイミングで、ママが入院、その次がパパで。この順序でほんとうによかった！」と何度も何度も言いました。

大病してみないとわからなかったことがたくさんあって、そんな娘の気づきや発見から私たち両親が教えられることもまたいっぱいあって。そのおかげで今年にはいつからの夫婦の日々は、これまでよりもずっとずっといとおしい。

娘の異変に気づいてくれたパートナー(彼にはありがたいがいくつあっても足りない!) 含め、離れて暮らしていてもチームとなって、ともに家族におきた出来事に向き合えたこと、そのことに心から深く感謝しています。

そもそも、夫のホームドクターを、町の内科のお医者さんから金沢の心臓専門クリニックにかえたことも、娘の病気がきっかけでした。前々から、専門医に診てもらおうと何度いっても腰をあげなかった夫が、娘が倒れた翌月から今のクリニックに行くようになってくれたのです。そうでなければ今だにがんは見つけてもらえなかったに違いありません。

物語からのギフト

娘の入院からはじまった長い長い家族の物語、前からも漠然とは思っていたけど、書いてみてあらためて気がつきました。ゼーんぶが見事につながっていた、ということに。娘が病気になったこと、夫の食が細くなってがんが見つかったこと。私がケガしたこと、夫の入院。食がいのちをつなげるってこと。家族をつなぐ歌があったこと。紅茶の時間のロングバケーション。一つひとつ必然があって、意味があって。

何気ない今、誰かと一緒に笑うこと、涙すること、ごはんを一食一食おいしく食べること、話すこと、見つめること、歌うこと、ちゃんと眠ること、自分

のきもちを大事にすること。そんな一瞬一瞬を、あの夏の日以来、娘は自分のからだところの声に耳を澄ましなが、夫婦二人の生活をていねいに重ねて、いのちを明日につなげていってるんだなあ。去年からの娘を見ていてそう実感していたけど、それと同じことが私たち夫婦の間にも起きていたんですよ。

この物語の最初に「いろいろありました、で済ませるにはもったいないくらいのギフトをうけとった」と書いたけど、そのギフトというのがこの物語に記したことだったのでした。今しっかりそのことを胸に刻みます。ひとは忘れっぽい生きものだから、忘れそうになった時、私はきっとこのギフトを読み返すことでしょう。そう、何度でも何度でも。

2022/5/26

