



*miho Hatanaka,*

数年来、複数の学校で看護師・介護福祉士を目指す学生への心理学の講義を受け持っている。講義では毎回、その日の内容に関連したワークシートを用いて学生に考えてもらう時間をもっているが、好評なワークの一つに「自分が余命（3か月と指定）を宣告されたとして、その期間をどのように生きるか」について考えるワークがある。このワークを始めた当初はテーマが重くはないかということも考えた。他のワーク同様、“しない自由”も認めて個々の負担には配慮するものの、結果的に、学生の言葉で記せば「今までに考えたこともないようなこと」を考える機会となり、「自分にとって大切なものは何か」を問う経験となるようだ。

さて、今年度もこのワークを行った。そのまとめは一先ず置くとして、この準備をしている時に私が大学院生だった頃を書いたレポートの存在を思い出した。老年心理学特論の講義で出された課題。そのレポートに、加除修正を加えて下記に記す。



【第 15 話 レポート『老いて死にゆくことについて ―身近な者の死からの所感―』より】

初めて人の死を身近に経験したのは同居していた祖父が亡くなった時である。小学 1 年生の 3 学期の始業式の朝で、目覚めると母が「おじいちゃんが亡くならはったさかいに、今日は学校には行かへんねん」と言った。当時の感覚で言って“それは学校に（しかも始業式）行かないに値することなんだ”ということと、明るいよく晴れた朝だったことを覚えている。祖父は材木問屋のいわゆる 3 代目のぼんぼんで、高祖父・曾祖父の築いた財産を一代で費やし、何軒もあった長屋を全て失ったと聞いた。背の高いハイカラな優男で、髪にはいつもきれいに櫛が通っていた。朝には温めたミルクを飲み、新し

い物好きで、高めの声でよく長唄を口ずさんでいた。子ども好きでもあったのだと思う、植物園や動物園に連れて行ってくれたり、当時の大きな 50 円玉が手に入るとまだ自分で買い物すらできない私にくれたりした。祖母の横でお灸のもぐさを祖父の背中に置いたこと、夏にはたくさん飼っている鈴虫の世話を手伝ったこと、レコードプレイヤーを扱わせてくれてソノシートを自由に掛けていたことなど、細かく口うるさい祖母に比べいつも飄々としており、傍に居て好きにさせてくれていたように思う。その祖父の死は、少し前までいっしょに暮らしていた人が“いなくなる”ということがあるのだ”ということ、決定的に私に知らしめた。

祖母は、私が看護学生の時に亡くなった。東本願寺に出入りする餅屋の“お嬢さん”で、肌のきれいな厳しい人であった。「おなごはんがおみやを出してお座りやすな」（女の子が足を投げ出して座ってはいけません）とよく叱られたものである。私が看護師になると決めた時は職業に対する偏見もあり良い顔をしなかったと後に母から聞いたが、案外「まあ、そうかもなあ」と思って落胆もしなかった。それでも亡くなる前は大腿骨の骨折で長く入院し、看護師さんにもずいぶんお世話になったのだろう、母に「美穂ちゃんはええ看護婦さんにならはるやろな」と言ったと聞いて、やっと自分が認められた気がして本当にうれしかった。いつもきちんと結っていた長い髪を、入院中は手入れがしやすいようにと短く切ったのは私である。「もうこの長さまで髪が伸びることはないだろう」と思いながらのことであった。祖母は思っていた以上に喜んでくれ、おかっぱになった髪で「すっぱりしてええわ」と言ってくれた。その後、短い退院生活を自宅で過ごし、母が最期のひと呼吸まで傍に居て看取った。死後の処置と化粧を施して、足をさすりながら「おばあちゃん、ようがんばったなあ。足、痛かったやろなあ。もう歩かんでええねんで。ゆっくり休んでや」と心のなかで願った。

もう一人の、母方の祖母が亡くなったのはそれからさらに 10 年ほどしてからである。幼い頃から祖母の家によく一人で泊まりに行き、かわいがってもらって大好きな祖母であった。最期の入院中に私が遠方から訪ねて見舞った折、目覚めて私の顔を見て、夢か現か「あんた、遠いところから来て、お腹空いてへんか？ おうどんでも作っただけよか？」と尋ねてくれた。大所帯を切り盛りした料理の上手な人で、何とも祖母らしいことと思い「ありがとう。今はかまへんわ」と返した。もう名前を呼んでもらうことはなかったが、「あんたはお母さんによく似てきたなあ」と言われた時、ちゃんと私のことをわかっていているのだとしみじみうれしかった。

このようにみると、それぞれの死は“老衰”の言葉に感じとれる“枯れていくような”様であり、悲しいには違いないが長く引きずらなくてはならない痛みを伴うものではない。自分が助産師ということもあって生と死については人以上に考える機会があるとは思いますが、身近な者の死がひどくつらいものではなく、むしろよい“終い方”ができたと思えることは恵まれたことだと思う。看取りの周辺の時期、死にゆく人が孤独ではなか

ったこと、できるだけ苦痛が少なかったこと、いよいよ最期の時が自然なプロセスを辿ったことは、本人だけではなく遺された者にも苦痛の少ないことなのだと思う。またその人と生前どのような関係であったかは重要で、ともに過ごした思い出や遺してくれた言葉が救いにもなるのだとつくづく感じる。「私のことを大切にしてくれた」という思いが今の自分を「これでよい」と支え、遺る者の心の整理の過程で重要な役割を果たすだけではなく、これから生きていく者として力を与えられるのだろう。また単なる延命のための処置では成し得ないものがあり、その選択のなかに「生きる」ことの姿が顕れるということを幼い頃から自然に身近にしたことは、私の死生観を豊かにしてくれていると思う。

一時期、特別養護老人ホームでの看護に携わった経験から、病院でも家庭でもない場での人の老い方について考えることがあった。胃瘻の創部の痛みのために怒りを露にする人、介助を受け押し込まれるように3度の食事とおやつ(!)を口にしなければならぬ人、寝たきりで体が硬縮し話しかけても何の反応も示さない人。ほとんどが親しい人が見舞いに来ることはない。歳を取り自然のしくみの中で死は近づいてくるのに簡単には“死ねない”人がおり、「この延命は何のためなのだろう」と考えた。“死ぬというのは大変なことなんだなあ”という何とも言えない思い。ああそうなんだ、古来、人は“自分の意思で”、“口で”食べる生き物であり、それが叶わなくなったら自然に枯れるように命を終える“ことができる”のに——。そしてその生を、ともにいて支える人の存在が必要なのだとつくづく思った。

私自身、自分の死についてもよく考える。それはいわゆる“終活”という言葉でくるものではない。例えば何かができなくなって諦めたなら、その空間にはまた新しいものを容れることができるスペースができ、その時どきに合った自分で居られるような気がしている。そのような自分を思い描くことができるのは、すでに亡くなった者も含めて私にそのように信じさせてくれる者たちの存在があるからだと思う。大切な人たちがひとつ、ひとつ、そのいのちの営みを終えていく。その死によって、自分の「生きること」に向かい合いなおし、新たに歩もうとする。死は、身近な者たちからの最後の“Lesson”なのかもしれない。よく、生き、よく往きたいと思う。



吹き寄せとそば饅頭