

特別講演

優しさの心って何？  
－朝顔やつるべとられてもらい水－

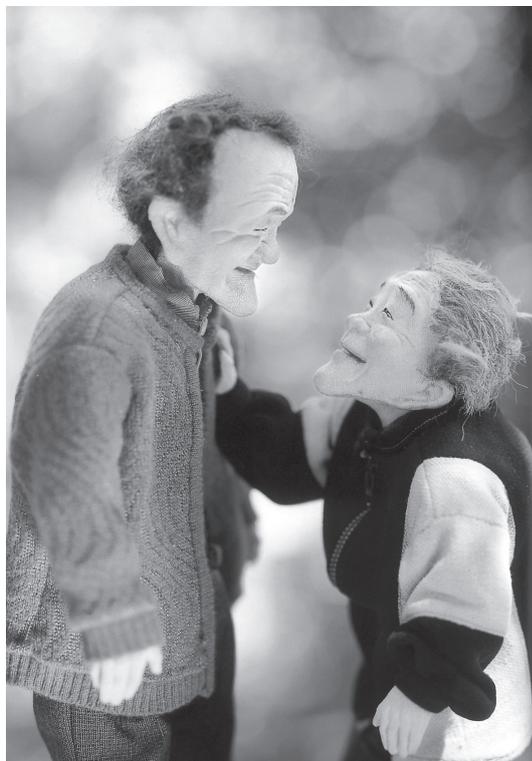
What is the Spirit of Affectionateness  
“A Morning Glory Twined round the Bucket:  
I will Ask My Neighbor for Water”.

陽 信孝 Nobutaka Minami (山口県萩市金谷天満宮宮司, 元萩市教育長)

キーワード：優しさ、若年性アルツハイマー病、介護、家庭教育

key words : affectionateness, juvenile Alzheimer disease, caregiving, home education

「寒すずめ <sup>こぞ</sup>今年もさ庭に <sup>みょうと</sup>夫婦づれ 共に語り  
し 妻は何処に<sup>いづこ</sup>」



冬の昼下がり、廊下にゆっくりと午後の陽が射し込む。昼食を終え、陽だまりの中で心がほっと和らぐ。一日の中で大切な会話の一時であった。その会話を提供してくれるのが庭の小枝に飛び交う寒すずめの寄り

添う夫婦であった。妻の笑顔を誘い、二人にとって最もつらい冬の季節に、心を和ませてくれる大切な大切な一齣であった。

「母さん、みなみやえこさん。」過去のすべてを忘れ去ろうとしている妻に、せめて自分の名前だけでも忘れてほしくないという切実な思いから呼びかけ続けてきた。

妻に出来ることは、囁むこと、飲み込むこと、歩くこと、そして笑顔とハミング、それ以外人としての機能をすべて忘れさってしまった。せめて、囁むことを忘れない為に最後まで私と同じ物を食べさせてきた。

外の雀を見るときもなく、私の呼びかけを聞くともなく私の手をしっかりと握って、側で安心しきって座っている。日々の妻への語りかけがわかってくれていると信じ、願いつつ語り続けてきたひと日ひと日が懐かしく、悲しく、厳しい現実として今も私に襲いかかってくる。

若年性アルツハイマーという不治の病いと十二年戦い続けてきた妻、八重子は平成14年12月静かに、穏やかな寝顔で六十五歳の生涯を閉じた。娘が、「お父さん、お母さんの顔が穏やかで、苦しんだ様子がなかったから安心した。良かったね。」と。

娘の言葉の奥には、私が在宅介護と施設を活用することとはざまで悩み、苦しみながら24時間、365日在宅介護を続けたことへの「良かったね。」の理解を示してくれた言葉であった。家族、妻の姉妹たちとの外には見えない葛藤は続いたが、私の意志を通し続けてきた。若年性アルツハイマーへの知識、認識、理解

への不足と、いま一つは、出来る限り長い時間、寄り添っていてやりたいという思いであった。そのことが穏やかな死を迎えさせてやれる最良の介護だと決断したからであった。妻の手を引いて講演に向く私に涙の抗議を繰り返した娘の言葉だっただけに嬉しかった。つらかったのは私だけでなく娘たちも同じであったらと思うと胸が痛む。

娘の投げかけた言葉は私にとって、更に介護に携さわる多くの人たちへの介護という課題への問いかけでもあった。

介護の奥深さ、厳しさ、難しさ、それに伴ってくる心等への課題でもあった。

一つ一つが押しつけの介護であったことにただただ妻に申し訳なかったという思いの日々であり、私の心に残り続けるであろう。

私の一年間に三度にわたる癌（胃、腸、すい臓）の手術が引き金で、妻の脳の萎縮が始まり、幼児に向けて徐々に機能を失い、過去の記憶のすべてを奪っていった。

「紙おむつ 笑顔で当てる 妻ありて 娘は涙 流しつつ見る」

「今もなお 妻にわびおり 夏おむつ 何ぜに涼しき 日々奪いしか」

脳の萎縮により、膀胱に指令が届かなくなり残尿処理の出来なくなった妻に、不本意ながら紙おむつを当てることとなった。

毎日のように廊下をふいている私の姿を見て紙おむつを進めていた娘が或る日思い切って買ってきた。

私は妻に、紙おむつを当てるなんて考えたくもなかったが娘の思いに従うことにした。「母さんおむつ当てるかなー」とつぶやきながらしゃがんではおかせるとすんなり身につけた。その時のショックは、私はしゃがんだまま「母さんここまで進んだーや」と言ったまま涙が止まらなかった。娘は涙を流しながらただ佇んで見守っていた。

固定観念で介護してきたことへの悩みは数限りない。一度当てたはずしてやるということに頭が働かなかった自分を責め続けている。廊下に新聞紙を積んで置き、流した時、廊下いっぱい広げ、そのまま風呂につれて行ってきれいに洗う。次の作業が新聞をめくりながらの掃除となる。妻は自分のことではなくただニコニコと歌を口ずさんでいる。

この病気は、かかった瞬間からのことは何も覚えていない。だから自分が廊下に流したことはすでに忘れていたのである。

過去のことはすべて覚えているが遠くから少しずつ忘れていく不思議な病である。

この世を去る瞬間まで覚えていたのは、私とハミン

グでの童謡、唱歌であり、谷村新司の歌であった。

私の帰りの遅い時、六歳の孫を先頭に三人で風呂に入れてくれていた。

ある日、娘が風呂にいられた折、「お父さん、下の方は立って洗ったら母さんすんなり受け入れたよ。」と。座ったまま下の方を洗う固定観念の為に妻にいやな思いをさせていた。

紙おむつも、夏場になぜ外してやれなかったのかと。

赤ちゃんに返っていくことから、体を洗う、服の脱着、顔を洗う等々は妻にとって何よりも嫌なことであったし抵抗を繰り返してきた。

少しでも妻がいやな思いをしないように家族全員が知恵をしばって対応してくれた。

そんな中で生まれてくる介護が、相手の立場に立った本当の介護の心ではないだろうか。紙おむつを当てたから介護ではなく、紙おむつがよごれないように心がけてやるのが本当の介護の心ではないだろうか。

孫娘が小学校2年の時であった。買物に出かけている先に電話が入ってきた。「ジジ、廊下が濠水よ。いつもより少ないけど。」「マーちゃん、廊下に新聞紙を敷いて風呂のスイッチを入れといて。」「ジジもう出来るから早う帰ってきて。」

急いで帰ると玄関先に2人が座って、孫はミカンを食べさせながら、童謡と一緒にハミングして孫なりの介護をしてくれていた。我が家では当たり前の風景であったが、可愛い孫にと私の胸はあらゆる場面で痛み続けた。この子が来春からふるさと萩で介護士としてのスタートを切る。

<sup>うぐいす</sup>  
「鶯の 鳴き声まねる 口びるを 妻は追いかけてつかまんとする」

「スローグッドバイ」家族とのゆっくりとしたお別れ。若年性アルツハイマーを適格に表現した言葉である。認知症すべてに通じる言葉でもある。この言葉は家族にとって厳しく、悲しい言葉であるが、この言葉が大きく私の介護への思いを変え、心を前進させ、穏やかにもさせてくれた。日々の介護生活に落ち着きが出てきた。更に、妻への愛しさが増してきた。

ゆっくりとしたお別れをするためには少しでも穏やかな生活が送れるように、静かで、優しい環境、思いやりの中で妻の命を大切に愛しんでいきたい。自由に外の散歩もさせよう。もし、交通事故が起こった時、相手を決して責めないことを家族で話し合った。

妻の症状が進むにつれて、自由に玄関の戸を開く脳力が失われた時は正直ホットしたと同時にさみしさもいなめなかった。

口笛で鶯の鳴き声を真ねると、私の口唇をつかもうとして追いかけてくる。ハーモニカで童謡、唱歌を吹いてやると、気げんの悪い時でもにこにこしながらハ

ミングを繰り返す。家族の心がなごむひとときであった。妻の笑顔が唯一の喜びであった。

葉だけが葉ではなく、鳥の声、野の花等、あらゆる自然、妻を取り巻くすべてが葉であった。

「去りゆくも 笑顔残せし 妻なれど 向きて語るも  
 言葉返らず」  
 「優しさが バアバの葉と 八人の 孫は日々 笑顔そそげり」

妻と生きてゆく日々、家族の心がやすらぐ唯一のものは妻の笑顔であった。8人の孫たちは如何に妻から笑顔を引き出すか幼いながらもピエロを演じてくれていた。

一日一日が過ぎゆくにつれて、何もしてやれなかったという思いがつのり、写真の笑顔に向かって「母さん、ゴメンネ。」を繰り返している。

喉が喝いた、トイレに行きたい等の一つ一つの要求に答えてやれた日々であったなら多少とも自責の念から逃れることもできる。

3年目頃から書くこと、読むこと、ことばを失っていった。ただ介護する側の判断であったことから、すべてが押しつけの介護であったことはいなめない。

毎日のようにドライブに、散歩に連れ出しながら妻の行きたい所へ一度でも連れて行ってやれたらどうか。暑い時、寒い時、その求めに応じてやれたらどうか。

思い起こせば、数限りない介護の一こま一こまに、結局何一つ答えてやれなかったという思いで今も自問自答を繰り返している。

若年性アルツハイマーは、痴呆、ボケと同じ介護することは全く逆治療であり、むしろ進行を早めてしまうことを知ってほしい。一人でも多くの皆さんに知ってほしいと私のライフワークとして声がかかれば妻を伴ない、妻の病気を隠さず講演に出かけた。講演は妻が亡くなった今も繰り返している。妻をさらし物にすることへの自分との闘い。母親をさらし物にする私への娘の悲痛な叫びと抗議。妻の姉たちからの非難。世間の目。筆舌に尽くせないものがあつた。

「介護って大変ですね。」とよく耳にする。ウンチを布団やタンスに入れる。食べたウンチを口で吸い出す等々、目に見えない部分までわかって「介護って大変ですね。」と言える社会の構築がなされなくてはならない。

介護の奥深さ、難しさ、厳しさ、それに伴ってくる心の大切さ。更に心の自由、環境の自由、優しさが最良の薬であることを強く認識し、理解した上での介護であってほしい。

介護士、看護師の心を育てる原点は家族教育であり、特に「つ」のつく年代にあると、すなわち、「一つ、

二つ…九つ」9歳までの教育にあると考える。優しさのみでなく、厳しさとのバランスを大切にしてほしい。

教育の大切さが見直されようとしているが、ただ目の前の介護の問題として捉えるだけではなく、このことは高齢化に向けての介護の心を育てることにもつながっていることを認識してほしい。若いお父さん、お母さんの子育てが、自分たちの将来にそのまま返ってくることの事実を、現実を認識してほしい。

幼児教育の原点は、「健康な体の基礎（食生活）」「相手を思いやる心」「我慢する心」「人の心の痛みのわかる人間」を育てていくことだと考える。

失われつつある家庭教育での「厳しさ」「生きていくためのたくましい心と知恵」など基本的な生活習慣も含めて家庭の文化を見つめ直し、取りもどす時がきている。言い換えればあたりまえのを取りもどす（日本の積み重ねられた文化）ことだと考える。

孫たちは毎日のように妻への接し方で両親から叱られ教育されてきた。私からすれば可愛い孫故に心が痛んだ。誰よりも厳しく教育を受けた来春大学4年を卒業する孫は両親に頭を下げて、2年ほど介護専門の学校に行かせてくれと。我が家に2人の介護士が生まれる。

「幾度も われの帰りを たたづみて 待つ妻の背に 雪は積もれり」



大雪の夜、忙しい教育長としての仕事に追われている折、夜の1時過ぎ、帰宅すると雪だるまになってお宮の橋の上に待ち続けていた妻。申し訳なかった思い

は私の心の傷として持ち続けて生きていかななくてはならない。<sup>※1</sup>

認知症を隠して生きていく時代ではない。とは言え、隠さずに生きていくことの厳しさ、つらさの少しでも和らぐ社会、こうした家族を抱えた人々を温かく見守る地域、支える施策、将来を見通した教育を望むことは私の夢に過ぎないのだろうか。

## — 心を育む文化 —

「介護」という言葉が日本列島を走って十数年が過ぎようとしている。

国の施策が、ひどい時は一年ごとに変わり、この数年、現場は迷わされ続けてきた。

時代のニーズ、現場と机上の空論で施策を変えていく政府。より良い方向への努力の過程であることへの理解はすれども、一つ一つに何かが足りないと思いつけてきた。

今日まで、1300回を超える講演の依頼をいただき私なりに訴え続けて来たテーマは、介護を基点とした教育の問題、人権、男女共同参画等々であった。多くの介護施設に訪れる度に多くの課題を目の当たりにし、いらだつ思いが強まるばかりであった。介護・看護の現場は泣いているんだと。

ある日、山口県内の講演を終え、次の講演地の静岡に向かう為、新山口駅のホームで忘れかけた日本の風景に出合った。

その風景にほのぼのとした思いと介護に忘れられた原点、家庭教育の原点を見たような思いで静岡の講演の導入とさせてもらった。

「日本の家庭の文化と介護」を頭に置きながら2時間話をさせてもらった。

内容は少々随筆調になるがお許し願いたい。

「車の運転から解放された安心からホームで缶ビールの冷たい流れをのどに感じながら晴れ渡った青空を眺め、午後のひとときを快く味わっていた。ふと前の席に目を向けると乳児に無造作にお乳を飲ませている母親の姿が目に入った。

母親を挟んで小学生の男の子、中高生らしい2人の女の子。5人での旅のようだった。

母親は飲ませ終わると、あたり前のように中学生らしい女の子にポイと渡してはだけた胸を直しながら席を立った。

女の子は幼児をほうり上げてあやし、キャキャと可愛い声が待ち合い室に響き列車を待つしばしの空気をやわらげた。年の離れた出産のようであるが、女の子は当然のように慣れた手つきで、あたり前のようにあ

やし続けている。

そのうちに母親が帰り、何もなかったように男の子と談笑している。幼児を振り返ろうともしない。その様子が自然で、母親のたくましさ、日々の家庭の教育を見たようで感動を覚えた。

残りのビールを飲み干していると、「姉ちゃん」と言う声が聞こえた。姉が読みかけの本を閉じて立ち上がり幼児を受け取った。あやしながら椅子に寝かせ慣れた手つきでおむつを取りかえていた。そこには何のきまりもなく、指示もなく、時と行動が流れていった。

母親は何もなかったように相変わらず男の子と談笑し、頭をピシヤリとやったり、服装を直してやったりしていた。

こんな風景こそが、受け継がれてきた家庭の文化であり、受け継いでいかれなくてはならない日本の風景であり、大切な日本の文化ではないだろうか。あたり前のことであるが、今、このあたりまえのことが失われている。

何か事情のある旅なのだろうか。楽しい家族の旅立ちの風景ではなかった。」

あたり前の日々の営みがあたり前でなくなった現実

に今一度目を向ける時が来ているのではないだろうか。すばらしい風景との出会いが静岡への講演の力づけとなるとともに、ほのぼのとした、ぬくもりに包まれた新幹線の旅となった。

この文章を新幹線の中で一気に書きあげ、「日本の風景」と題した。

日々報道されるニュースで獣以下の事件が目につかない日はない。殺人、虐待、犯罪と人間のなすわざではない事件が報道される毎日。

12年間、「若年性アルツハイマー」の妻と365日、24時間態勢で生きてきた私にとって、これらの日本の現実に対して「介護」という課題として避けて通れない切実なこととして覆いかぶさってくる。

「介護」という課題に対してその原点を、日本の引き継がれてきた文化、家庭教育と捕えてみたい。

## — 癌、アルツハイマーそして介護 —

私事だが、20年前、1年間で胃、すい臓、腸と立て続けに癌の手術を受けた。その後、リンパ腺の手術を2回。医療、看護のおかげと運の良さで乗り越え、術後のおみやげはいくつかもらいながら仲良く元気に全国を飛びまわっている。

ただ、ただ感謝の日々の中で介護の心、福祉のありかたを訴え続けている。

20年前の癌告知の瞬間のショックはひどく、朝まで

※1 校長を四年残しての教育長就任であったが、このことを機会に3年間の教育長を退任した。

「お父さんが死ぬ。」と泣きながら廊下を歩き続けていた。その時から脳の萎縮が始まり、「若年性アルツハイマー」の発症となった。私の癌との戦い、妻の少しずつ進んでいくアルツハイマーとの二重の戦いが始まった。

当時は、介護への知識、認識、理解が浅く、日々変化する妻との戦いもさることながら、家族、親族、地域等との戦いでもあった。

自分自身の死への不安。妻の発症と介護という中で、一緒に「死」を考え続けた。

どんなことがあろうと妻を残して死ねないという思い。手術の度に襲ってくる術後の痛みの繰り返しといった葛藤の日々であった。妻や家族にも悲しみ、苦しみを与えているのだと相手を思いやるゆとりもなかった。このことは今も申し訳なかったと手を合わせている。

若年性アルツハイマー病の特性なのか、発病した瞬間からのことは最後まで何も覚えていなかった。トイレにつれて行き、ズボン、ズボン下、紙おむつと下げ、後ろから私も座り、わきの下から両手をさし込み、妻の両膝を押えて待つ。子どもに帰っていく妻にとって、トイレ、顔を洗う、風呂に入る等何よりもいやなことであった。トイレにしゃがんでいることにあまりにも抵抗する時は、「ゴメン、ゴメン」と一端中止し、手を引いて廊下を5、6歩…「母さん、トイレに行こうね。」とターンして又しゃがませる。すでにトイレに行っていたことは忘れていた。1日に何度も繰り返し、尿、便の時間をこまめに記録し、少しでも不快な思いをさせないように務めた。

反対に、過去のことはすべて覚えている。しかし、年月が過ぎていくにつれて、遠くから徐々に忘れていく。3年、4年と経つにつれて文字が書けなくなり、箸が持てなくなっていった。徐々に言葉を忘れ、家族の顔も忘れ、廊下ですれ違っても何の反応もなくなっていった。ひさしぶりの次女の帰郷にも反応はなく、玄関で次女はジダンダを踏んで泣き続けていた。

幼児に帰っていき、過去のすべてを忘れていく中で、すべてを失っていかうとする妻の姿を日々目の当たりすることの胸のえぐられるような悲しさ、つらさ、逃げ出したい現実。

8人の孫たちや家族すべてが妻の病気を理解し、優しさという薬を注ぎながら12年間を共に過してくれた。

どうすればバアバが笑顔を見せてくれるのか、つらい思いをしないか、喜んでくれるか、当時2才から6才までの内孫、外孫たちがピエロを演じ続けてくれた。

そこには3組の夫婦の厳しくも優しくたくましい孫たちへの教育があった。

妻が3人の娘たちに残してくれた家庭教育の財産であり、それを引き継いだ娘たちの孫たちへの教育だったと自負している。妻は孫たちに優しさの財産を残してくれたと感謝している。

高齢化が加速し、介護・看護の心、技能、技術とい



(サンダルをたがいちがいに)

う課題は避けて通ることの出来ない現実であろう。反面、家庭の崩壊が進み、子どもたちの心の教育がなされていない。感性の源は家庭で生まれ、学校、社会で形成されていくものと考えられる。

我慢する心、思いやる心、相手の立場に立って言動出来る心の基本は家庭教育になる。

国を基点としたハードの部分も大切だし、弱者の立場に立った福祉も進められなくてはならない。更に同時にソフトな部分としての心の教育が急がれる。

その原点は、日本が育み続けてきたあたりまえの日本の風景、すなわち文化ではないだろうか。

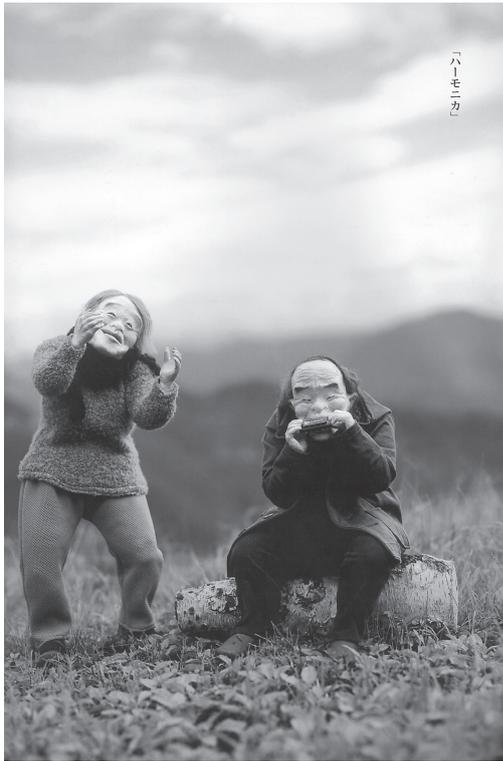
日々の家庭の中の食卓に、ふれあいの生活の中にその文化はある。

## — 花鳥風月 —

認知症の人たちに最後まで残る中に歌があると言われる。妻は歌詩は早くから出なくなったが、死ぬ寸前まで私に合わせて嬉しそうに童謡、唱歌をハミングし、音程は確かなものであった。

私が口笛でうぐいすの声を吹くと私の口をつかまえようとニコニコしながら追いかけてくる。ハーモニカを吹くと嬉しそうに静かに聞いている。

薬だけが薬ではないと持論を述べ続けているが、もちろん医学、薬の大切さは私が身を持って体験しているし、看護師さんの心、力が私の命を救っていただいたことは言うまでもない。5回の手術で150日の入院。山口日赤の看護師の皆さんのプロ意識を見、そのお



げで私は命を救われたと思っている。医師との連携、同僚同志の連携。そしてすばらしい笑顔と感性。

鳥の声、流れる雲、四季の草花、雨の音。冬景色等々、認知症の皆さんにとって何よりの薬ではないだろうか。ということは、介護、看護の方向性を幅広くとらえていく必要があるのではなからうか。

諺に「子どもを育てることを知ってお嫁に行く女性はいない。」とあるが、「介護を知って介護に入る者はいない。」と思っている。

私は、日々介護する中で、家族の知恵をもらってきた。それはすべて妻の立場に立って生まれた家族の知恵であった。

少しでも穏やかな日々を、穏やかな死をと知恵をしぼっての介護が本当の介護であり、介護・看護する人に求められるものではないだろうか。

### — 優しさとは —

来春看護師として地元でスタートする孫娘が、4歳の折、風呂に入れ、膝に抱っこしていると、「ジイジあね、バアバおかしいよ。サンダルで廊下を歩いたり、泣いたり笑ったり、マーちゃんのお人形を取ったり、マーちゃん悪くないのにたたいたり。」行動に異変が起り始めた頃であった。

「マーちゃんごめんね。バアバは病気なの。」「でもお薬飲んでないよ。」「あね、バアバは赤ちゃんになっていく病気なの。マーちゃんの方がお姉さんなんだよ。だから優しくしてあげてね。バアバの薬は優しさという薬なんだよ。」どれだけ理解できたかは…。

認知症すべてに言えることだが、特に若年性に関しては治療も医療もリハビリも集団での生活も、すべて極端な言い方であるが、やっっては逆介護になるということである。

脳の委縮によって幼児に帰るということは箸を持たせたり、絵をかかせたり等の学習は逆効果ということである。追い込むだけである。

妻との12年間、5度に渡る手術等の中で学んだことは、「生きることは逃げないこと。」「人間、怒りには限界があっても優しさには限界はなく、泉のように全身からわき上がってくるものだ。」ということを学んだ。

手を強く握る、優しく握る、そっと肩を抱く、歩調に合わせて歩く等。

こうした優しさの心、感性を育む源は家庭にあり、あたり前のこととされてきた日本の生活文化であるこの早急な見直しが必要だと考える。

人間に平等に与えられた自分の、そして相手の命・時間・言葉・笑顔を大切に、今ある自分に感謝しながら、人の心の痛みのわかる社会の構築が望まれる。

### 「朝顔や つるべとられて もらい水」

江戸時代の俳句であるが、井戸水を汲もうと井戸端に行くにつるべに朝顔のつるが巻きついていて。そっとしておいて隣に水をもらいに行った。朝顔に対する優しい思いやり。

「絆」という言葉が日本列島を走っているが、この歌の「心」がすべてであると思いつつ介護・看護の道に明るい明日が来ることを願って止まない。



文献（文中の写真）

「故郷からのおくりもの」実行委員会企画（2007）. 故郷からのおくりもの－高橋まゆみ人形作品集－, 東京：「故郷からのおくりもの」実行委員会.