

明日晴れたよ!

松本千恵子 & 松本久造



この手記は主人と義母、そして私の「大！奮闘記」です。

一九九九年から五年間に及んだまさに波乱万丈の日々の中で、

「あまり頑張らない！でも決して諦めない！」

ということを学びました。

そんな私たち三人の貴重な五年間を拙い文章で綴ってみました。

第1章 まいった……でも負けない！

- きゅうちゃんが倒れた！ 7
- 地獄の日々 9
- 奇跡の生還 11
- 「あの世の夢」 14
- 二人だけの秘密 16
- 絵日記で励ます！ 18
- 「MRSAに感染……」 21
- ゼリーを食べたよ！ 22
- リカバリールームで結婚式！ 23
- 言葉のリハビリ 25
- 「よいよー病棟く 27
- 「入院中の切り替え」 29
- リハビリ病院へ転院 31
- 「脳血管リハビリセンターに」 34
- 週二回のお楽しみ 35
- 「七沢いの生活」 37
- たいへんだ！ 39
- 祝！きゅうちゃん退院 40

第2章 つらい事ばかりじゃない！

- 二人の出逢い 42
- 嵐の前の静けさ 46
- 危ない生活習慣 47
- 「自立への旅立ち」 49
- 雨の日はイヤよ…… 50
- 「リハビリは長〜い友達」 52
- 食事の工夫・一〇〇円グッズの利用法 54
- 「ぼしても気にしない！」 56
- 「食事は苦痛……」 58
- 私の自己満足・オリジナルシャワー 60
- 「第三の手と第三の足ーイメージ療法のすすめー」 63
- 福祉のお世話になる 64
- 訪問歯医者さん 66
- 毎日の習慣・トイレの工夫 68
- 「普段のわたし・着替えに」 70
- 「きゅうちゃんの回復記録 二〇〇〇年」 72

第3章 介護生活の始まりだ！

お義母さんの元気な頃	85
ヘルパーの講習に うー！	88
妄想がやってきた！	89
リハビリパンツ	92
風邪で倒れる	95
トイレで格闘！	98
親子でデイサービス	100
ホームヘルパーさんも頼む	104
オシッコ問題	106
私の休日	109
初ショートステイ	110
逆効の結末	113
つなぎパジャマへの罪悪感	116
諦めないぞ！ 市営住宅	117
介護からの逃避	119
試行錯誤の手段	120
ついにキレた！	122
パーキンソンかもしれない	125
薬の副作用で苦しむ！	126
市営住宅が当たったよ！	128
きゅうちゃんが歩いた！	129

第4章 まだまだこれから！

食欲不振	131
お義母さん蓼科旅行へ	133
脱水症状始まる	135
救急車で緊急入院	139
食事が摂れたよ！	140
誤嚥性肺炎	141
近くの病院へ転院	142
最初のショック	144
危篤の知らせ	147
とても静かな日々	149
お義母さんありがとう！	152
これからは奉仕生活！	155
お義母さんの介護生活で学んだこと	157
きゅうちゃんの回復記録 二〇〇四年	160
新しい「御飯の食方」	161
お気に入りのシャワーチェア	163
エピソード	165



プロローグ

まるで根無し草のような生き方をしてきた私が、人さまの介護をさせていただきながら、穏やかな生活を営めるようになるまでには、実にたくさんのお出来事がありました。

長年続けた夜の仕事を辞めてから、私の人生は一転したかのように変わって行きました。

全く職種の違う『病院の調理補助』の職についたのがきっかけで、あっという間に『調理師』の資格をとり、さらに介護の世界にまで足を踏み入れ、看護助手として病院で働くことになったのです。

その頃の私には、少しでも人さまの役にたつ仕事がしたいという強い思いがあったのですが、後で思えば、自分の意志だけで、そのような職に就いたのではなかったように思うのです。

気が付いてみると、まるで当たり前のようにこの職を選んでいる、といった感じで、なにかしらとても不思議な力に導かれているような、そんな感じでした。

しかし、その頃の私は、その時に得たさまざまな経験が、その後の私の人生の貴重な糧になるなどとは知る由もありませんでした。

今考えると、主人とその母に巡り合い、ともに人生を歩んでいくための準備期間ではなかったかと思えるのです。

ひょっとすると、神様か仏様が、根無し草の私に、人生の目的を与えてくださったのかもしれませんが。

そして、ちょうど ”人生の折り返し点“ に達するのを待っていたかのように、私の新たな人生が始まったのです。

第1章 まいった……でも負けない！

きゅうちゃんが倒れた！

（久造というのが主人の名前です。私も友人たちも「きゅうちゃん」と呼んでいます）

一九九九年六月二十四日。

この日は、朝から窓も開けられないほどの強風が吹いていました。

遅い朝食を済ませて一時間ほど経った頃でしょうか、前触れもなくきゅうちゃんの友達が訪れたのです。

しかし、どうしたわけか、いつもなら楽しそうに喋って会話もはずんでいるはずなのに、この日は逆で、友達一人が喋り、彼はただ相槌を打って静かに笑っているだけでした。いつもの雰囲気と全く違う不思議な光景に、私は何かしら漠然とした不安を感じ取ったのを覚えています。

そういえば、きゅうちゃんは朝から様子が変でした。

この日は、もともとゴルフの練習に出掛ける予定になっていたのですが、悪天候のために中止になり、私は久しぶりに一緒に休日をご一緒することとても喜んでいました。

でも、きゅうちゃんはいえ、いつものような冗談も言わず、大好きなパソコンゲームもしないで塞ぎ込んでいたのです。ちよつと不審に思っていたのですが、その時は（きつとかなり疲れているんだな）ぐら

いにしか思わず、さほど気にも留めていませんでした。

しかし、ふと、数日前にきゅうちゃん、右手の痺れを訴えていたのを思い出しました。仕事中にちよつと高い塀により登ろうとした時に、手が痺れたような感じがしたということです。しかも、右手だけ幾度かそんなことがあったそうです。今考えると、完璧な”病気の前兆“だったのだと思います。

そして、友達が帰って二、三十分ほど経った頃、珍しくきゅうちゃんが自分で肩を揉み始めたのです。普段から肩や腰が痛いと言っていたので、段不思議なことではなかったのですが、いつもよりかなり辛そうだったので、すぐ後ろに回って揉んであげようと両手を彼の肩に掛けました。

すると、その瞬間！

「頭がいたいよ~~~~~！」と、突然呻き出して前こごみに倒れ込んだのです！

私はびっくりして身体を起こそうとしましたが、その時（もしかしたら 脳かもしれない！）と直感し、（動かしづらいけない！ とにかく救急車だ！）と必死で転げるように電話の前まで走りました。

無我夢中で一一九番に 報し、一気に症状を言っただけでは良かったのですが、もう自分でも何を言っているのか分からず、やっこの思いで住所を伝え、祈る思いでひたすら救急車を待ち続けたのです。

そのうち次第に落ち着きを取り戻し、やっど、なんとか現状を把握することができたかのように思いました。しかし、畳の上を転げ回って顔をクシャクシャにしながら苦しみ、口からたくさん白い泡を出している姿を目の当たりにした時、思わず全身が凍りつきました。



とにかく恐ろしかった。そしてみるうちに全身の痙攣も始まったのです。（このままこの人は死んでしまふのだろうか……いや！ 私がしっかりしていなければ！ 大丈夫、疲れて倒れただけだよ！）救急車がなかなか来ないので、私は何度も庭へ出たり入ったりして、気持ちを落ち着かせようと思いました。「きゅうちゃん、きゅうちゃん！ 大丈夫だよ！ もうすぐ救急車が来るからね！」と、意識が遠のかないように何度も何度も繰り返し呼びかけ、なるべく身体を揺さぶらないように、軽く叩き続けていたのですが、その地獄のような数分間は、私にとって今まで生きてきた中で最も長い時間に思われました。

地獄の日々

やっと病院に運ばれてCTやレントゲン、心電図を撮り、いろいろな検査をして三十分ほどたった頃、担当医師に呼ばれました。

それまでずっと心の中で（大丈夫！ 落ち着け！ たいしたことないから大丈夫！）と、誰もいないガランとした待合室で、職場のタイ人の同僚からもらった大切な仏様のペンダントをずっと握り締めて、ひたすら祈り続けていました。

薄暗く寒々とした部屋へされ、診察結を聞かされたのですが、私にとってそれはあまりにも残酷で冷酷きわまりないものでした。

「まことにお気の毒なのですが、脳幹といって、脳のだ真ん中の部分が大出血を起こしていました。この場

合はとても手術は無理なのです。できるだけことはしてみますが、恐らくあと二時間で呼吸が止まるでしょう。一刻も早く親の方に連絡してください」

その瞬間一気に体中の血の気が引き、もう何が何だかわけがわからなくなり、腰が抜けてしまったようで、気が付いたら床に突つ伏していて、立ち上がることもすらできなくなっていました。看護師さんが、

「少しお水を飲みなさい」とコップを持って来てくださいましたが、飲むどころかすぐに床に落としてしまい、ますます頭の中は真っ白になりました。

もちろん呂律もまわらず、話すこともできなかったのも、実家の母や親への連絡は先生がしてくださいさったそうです。後になって母から聞いたのですが、先生の声もかなり震えていらしたそうです。

その後、きゅうちゃんは一C U（集中治療室）に運ばれて処置を受けていました。私は待合室で泣き崩れ、彼のお母さん、私の母が到着したのも、全くわからない状態でした。

小一時間ほど経った頃でしょうか。主治医が私のところへいらして、

「今、ご主人の手が、とてもいい動きをしましたよ。希望を捨てずにあなたも頑張りなさい！ 大丈夫！ 私も頑張るからね」と言われましたが、その時の私にはとても聞き入れる余裕などありませんでした。

私の中には、ただ、絶望感“以外の何にも存在していなかったのです。脳幹出血で助かった患者さんはほとんどいないそうです。大半は呼吸器の機能が目になるために、即死か数時間で亡くなるのが普通なのです。

（どうしてこんな目に合わなくはいけないの？ 何も悪いことなどしていないのに……）と神様を恨みました。ずっとこのまま病院にいて、きゅうちゃんのすぐ傍に付いていてあげたい！ 何かあったらすぐに行つて

あげなければ！ と実家の母と二人で、ただただ時間の経つのも忘れて待合室で呆然と過ごしていたのです。母も、娘の変貌ぶりに翻弄されておろおろするばかりだったことでしょう。

いつまでも抜け殻のようになって座っている母と娘の姿を見兼ねて、ICUの看護師さんが心配してくださり、「今日はもうお帰りになってください。何かありましたらすぐに連絡しますので大丈夫ですよ」と優しく仰ってくださいだったので、やつとのことで立ち上がり、その日は母に抱えられるようにして実家へ帰りましたが、その晩は、食事などとても喉をらず、一睡もできないまま地獄のような朝を迎えました。

翌日、病院へ行くまでに何度も電話が鳴りましたが、悪い知らせではないかとビクビクし、むしろ私の方が先に心臓麻痺で死んでしまうのではないかと思うほど、精神状態もおかしくなっていました。

奇跡の生還

倒れてから容態はほとんど変わらず、危険な状態が続いていました。それでもなんとか二日経ち、三日が過ぎ、きゅうちゃんは見事に一週間頑張りしたのです。

しかし、呼吸器系統をやられてしまったので、少しでも呼吸が楽になるよう、すぐにどの切開手術を受けました。後になって本人から聞いた話によると、それまで苦しくてたまらなかったのが、切開をしたことによって、瞬時に死苦しみから解放されたそうです。

毎日毎日病院へ行き、しつこいくらい看護師さんをつかまえては容態を聞きだし、何かしら回復の兆しが

あれば飛び上がって喜び、取り敢えずその日一日は明るい気持ちで過ごすことができました。まさに一喜一憂の日々でした。そして、私にとっても毎日が戦いそのものだったのです。

担当の先生も、

「本当に生命力のある人だ！ 私は今まで、この病気で助かった人を見たことがない」と信じられないような表情で、びつくりしていらつしやいました。

ところが、喜んでいたのもほんのつかの間。

翌日、再び先生からお話があり、その内容を聞いた瞬間、一気に奈落の底へ突き落されたのです。

「今の時点では小康状態を保っていますが、これからが一番危険な状態なのです。脳浮腫といって、出血した血液が脳に吸収される時に、脳が腫れるのです。これを乗り越えられれば、まず第一段階はクリアできたこととなります。でも、まだまだこれからいくつもの危険なハードルを乗り越えなければなりませんよ。たとえ回復しても、寝たきり状態で、物を飲み込めなくなる可能性があるのです、胃に穴を開けて、そこから栄養を入れる形になります」

でも、私はすぐに思いました。（それでもいい。きゅうちゃんが生きてさえいてくれれば、私も一緒に頑張ることができる！）

それから一週間経ちましたが、脳浮腫の影響もなく、見事に乗り切りました。

本当によく頑張ったね！ きゅうちゃん！

驚いたことに、倒れてから半月ほど経った頃から、一日一日と意識がはつきりしてきたのです。

廊下からICUの窓越しに彼を見ると、ちゃんと目を開け、ともするとこちらを見て何か言おうとしているかのように見えました。表情もだいぶはつきりとして、再び元気な頃のきゆうちゃんに戻って来てくれたようで、目の前が明るくなりましたが、常に宙を指差し、無意識に鼻から胃へ繋がっている管をはずして看護師さんから怒られたり、足をボタンボタンと動かしたりで、とても目が離せない様子でした。

とにかく暴れるので、病衣の裾がはだけ、オムツがあらわになっている姿は、今までのきゆうちゃんのイメージとは程遠く感じましたが、少しでも動いてくれると安心し、「しっかりと生きていますよ！」と言ってくれているようで、逆にその元気な姿を見させてくれることが、私にとつての活力源になっていたのです。

状態も安定していて、これといった問題はないとのことではあった。しかし、まだ完全に意識が元に戻ったわけではなく、夢と現実の狭間を右往左往し、常に頭の上をめまぐるしく虫が飛んだり這っていたりする幻想を見たりして、非常に苦しい時期を過ごしていたようです。

仕事のほうは、きゆうちゃんが倒れてから二日間だけ休みましたが、何もしていないと、本当に気がおかしくなりそうだったので、思い切って三日目からは仕事に出掛けました。かえってその方が気も紛れて助かりました。何しろ仕事が人工透析の看護助手だったのですから、泣いている場合ではありません。逆に「頑張るんだよ！」と患者さんに励ましていただいたほどです。

そして、一日おきに透析を受けながら、必死で頑張っという患者さん達の姿を見るたび、（負けてはいけない！ けっして諦めないで頑張ろう！）と自分自身に言い聞かせて、一日も休まずに続けたのでした。

そして、四度の危ない時期もみごとに乗り越えたきゅうちゃんは、ついにおとなりのリカバリールームへ昇進することができたのです。

きゅうちゃん、すごいよ！

バンザイ！ やったやった！ 入院一カ月後のことでした。

「あの世の夢」（きゅうちゃんの手記より）

病院に担ぎ込まれた時の診断結は、『脳幹出血』でした。

なんと、脳のど真ん中が大出血していたため手術は無理で、全く手が付けられない状態だったそうです。ただ死を待つだけです。

その時、女房は担当医師から、

「あと二時間で呼吸が止まります。一刻も早く親の方に連絡をとってください」と言われたそうで、ショックのあまり、腰が抜けてしばらくは動けなかったようです。

なんと、脳幹出血だとほとんどの人が助からないそうですが、私の場合は、本当に奇跡的に助かっていました。先生の処置がよかったのはもちろんのこと、私の超人的な生命力で、命を取り留めることができました。たのしかったですね。

約一ヶ月間、生死の境を彷徨い続けました。

一度は死んだのと同じなのだから、そのつもりで与えられた命を十二分にフル活用させなければ、バチがあたってしまいますね。

でも正直言って、あの時助からなかった方がどんなにか楽だったろうと思っていました。どうして助かってしまったの？と神様を恨みました。

病院の看護師さんが、ICUで夜し私の容態を見守ってくださいだった最初の一ヶ月間に、危険な山が四回あったそうです。

出血した血液が、脳に吸収される時に脳浮腫のうふしゅといって、脳がとても腫れ、それが最も危険な状態でしたが、なんとか乗り越えることができました。

その時に、私は一つの不思議な夢をずっと見続けていたのです。それは、船から下りることができずに、一人取り残される奇妙な夢でしたが、今思い出すと、死が背景になっていたのですね。

船を下りていたら今、私はこの世には存在していないのかもしれないかもしれません。

リカバリールームとは、急性期を乗り越えて病状が安定し、一病棟へ移る前段階の部屋ですが、残念ながらまだ遠くからガラス越しでしか姿を見ることができません。しかも、だだっ広い部屋に、患者さんはきゆうちゃんとおばあさんの二人だけでした。

面会に行つて何より辛つらかったことがありました。



まだ自分で痰を出すことができないため、日に何度か吸引器で取ってもらっていたのですが、その時の苦しそうな表情といったら、思わず目を覆いたくなるほど壮絶なものでした。今でも胸元の切開した傷を見るたびに、その時の様子を思い出しては、現在の信じられないほどの回復ぶりに、ただただ驚くばかりです。まだのどを切開して間もない頃、吸引された痰の色が真つ黒なのにびっくり仰天し、思わず看護師さんに尋ねたことがあります。どうやらその黒い色の正体は、肺にこびりついたニコチンやタールだったようです。ますます目が点になりました。

そう言えば、元気な頃は、一日にタバコ二箱は必ずしつかりと吸い、しかも、それを三十年間続けていたのですから、肺もたまったものではありません。これですっかり綺麗になってくれれば大変ありがたいことです。またとないチャンスではありませんか！

しかし、この後もきゆうちゃん、まさに拷問というに等しい”辛い吸引“に必死で耐え続け、一週間ほどで、真つ黒だった痰をもの見事に透明な液体へと変身させたのです。

憎っきニコチンタールは、全て身体の中から抹殺されて、肺はすっかり綺麗になったというわけです。

二人だけの秘密

七月も半ばを過ぎた頃のことでした。

いつものようにガラス越しのデートを楽しみに、リカバリールームへ向かいました。

何故かこの日はきゅうちゃんの様子が今までとは違い、大きく左手を動かして、一心に何かを訴えているのです。私も、なんとか理解しようと、じつと必死の訴えを聴いて（見て）いました。

そのうち、きゅうちゃんの左手は、看護師さんやヘルパーさんの出入り口を指差し、そして自分を指差したのです。あれっ？ と思っていると、今度は私を指差し、最後に再びきゅうちゃん自身を指差しました。

その時、ハッと気が付きました。

「そこから入ってここへ来てよ」と言っていたのです。

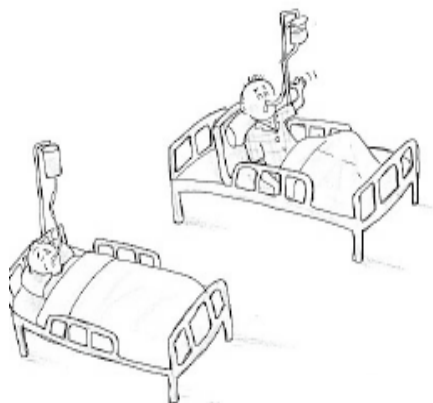
でも、私たち一人の人間は、この部屋には入れません。なんとか、この辛い現実をわかってもらわなくては！ と、両手でばってんの形を作り、口を大きく開いて、できるだけゆっくりと、

「入れないんだよ！」と意思表示をしたのですが、まだわからないようでした。

本当に、この邪魔なガラスさえないければ……とイライラしながらも、どうにかうまく忍び込めないものかと、あれこれ手段を考えていました。

ふと気が付くと、不思議なこともあるもので、なんとまわりには看護師さんやヘルパーさんが一人もいないのです。しんと静まり返り、一瞬時が止まってしまったかのように思えました。

（おっ、これはきつと二人を応援してくれているんだ！ 勝手にそう思ったら、いてもたってもいられなくなり、ついにリカバリールームへのドアを開けてしまいました。そして、大声で叫んだのです！



「きゅうちゃんっ！ ここには入っちゃダメなんだって！ ごめんね！」

すると、きゅうちゃんは目を大きく開けて、首を縦に動かしてくれました。

誰かに見とがめられるかもしれないので、すぐにドアを閉めました。まだ誰も入って来る様子がないので、図々しくも再びドアを開け、

「きゅうちゃん！ 頑張つてね！ 大丈夫だからね！」と叫ぶと、また大きく頷き、とても嬉しそうな顔をしてくれたのです。感激して涙が溢れ、きゅうちゃんの顔も見えなくなりました。まさに、二人だけの世界です。ほんの数分のランデブーでしたが、これ程までに、お互いの気持ちが高く、じ合ったことはなかったように思います。はじめて知り合った頃の、あの新鮮なときめきとは全く比べ物にならないほど、神聖なものに感じられました。

絵日記で励ます！

まさにこの頃は毎日が感動の連続でした。

「これはけっして奇跡ではなく、まずきゅうちゃん自身の生命力と、一生懸命生きようとする努力が勝利を勝ち取ったんだ！ そして諦めないで、毎日病院へって元気つけてあげて本当に良かった！ 何があっても三人で力を合わせて頑張つていこうね」と、きゅうちゃんのお母さんと二人で涙を流しながら、夜遅くまで語り合ったこともありました。

私はきゆうちゃんを少しでも安心させてあげたいと思い、雨の日も風の日も、ひたすら病院にいました。この年は例年にならない猛暑で、仕事と病院の往復だけでもかなりハードでしたが、不思議なことに全く疲れるといふことを知りませんでした。きつと『必ず私がきゆうちゃんを元気にしてみせる！ 私しかないんだ！』という強い信念があつたからこそ、頑張りすことができたのだと思います。

ワクワクしながら病室へ行くと、きゆうちゃんはいつもベッドの中で目を開けていて、こちらから手を振ると、ちゃんと片手でピースサインを出してくれるのです。その時の嬉しさは、とても言葉では言い表せませんでした。

ここまで回復してくると、何だかもしかして物足りない……。何か彼の回復のための手助けをしたい！（でもいったい何をしてあげたらいいのだろう）と、四六時中考えていました。

ところがある日、ふと思いついたのです。

（そうだ！ 毎日一枚ずつ絵日記を書いて持つて行こう！）と。

唯一私の中で自慢できることといえば、かわいいイラストを描くことでした、私にできることは、どんなことでもしてあげたかったです。日々の出来事を知らせてあげること、きゆうちゃんの脳に、刺激を与えてあげられるのではないかと思つたのです。

その日の帰りにさっそく画用紙を買い、その夜から描き始めましたが、驚くほど次々とたくさんの文章と絵が頭に浮かび、しかも魔法をかけられたようにスラスラと描けたのです。

翌日、意気揚々ときゆうちゃんの病室へ持つて行き、ドキドキしながらヘルパーさんに渡しました。

何だか遙か遠い昔、片思いの人に手紙を渡した時のような、妙に懐かしいトキメキを感じてしまいました。どうやら再びきゆうちゃんに恋をしてしまったようです。

絵日記を渡してください。さつそく様子を聞いてみると、とても嬉しそうにしていたとの話だったので、（よし！）とばかりに気を良くして、翌日から毎日の出来事やお義母さんの様子、天気のことや、晩のおかずは何にしたとか、とにかくきゅうちゃんのお姿だけを思い浮かべて（これでもかっ！）とばかりに描きまくったのです。

もう嬉しくて仕方ありませんでした。ヘルパーさんもニコニコして毎日きょうちゃんに読み聞かせてくださっていたそうです。

今思ひ出すたび、毎日よく書き続けたものだと思ひます。(いつでも私がついているよ！ だから安心して早く元気になって！) という思いがとても強かつたからこそ、書き続けることができたのだと思います。

ありがたいことに、この絵日記をヘルパーさんが、「ファイルに閉じてとっておく」といい思い出になるよ」と、全部大切に保管してくださっていました。今でもこの時のヘルパーさんには心から感謝しています。



「MRSAに感染……」（きゅうちゃんの手記より）

ICUを卒業すると、リカバリアルームという部屋でもうひと頑張りしなくてははいけません。ここは一病棟へ移る前の段階で少しずつ食事を始めながら体力をつけていくのですが、私は一番心配されていた（MRSA）に感染してしまいました。MRSAは『メシチリン耐性ブドウ球菌』と言って、手術後の抵抗力が低下している時とかお年寄り、鼻や尿道に管をしている患者さんなどに感染するそうです。

私もしばらくは経管栄養といって、鼻から胃まで管をして高栄養の液体を入れていたので、一発で感染してしまいました。感染といっても、本人は痛くも痒くもなく何だかピンと来ませんでした。担当の医師や看護師さん達の完全武装スタイルで、ことの重大さをしみじみと感じさせられました。

でも半月くらいしてだいぶ回復してきたので経管栄養の管をはずしたら、すぐに感染症は退散してくれました。

リカバリアルームはちょうど六人部屋くらいの広さですが、二台しかベッドを置いていないので実に広々としています。その時は私の他に「歌さん」と呼ばれる女性が入院していただけで本当に怖いくらい静かでした。歌さんはかなり高齢で完全に寝たきり状態。いつも食事と床ずれのお世話をしてもらっているだけで、家族や親のお見舞いもほとんどありませんでした。静かなものです。たまに家族が来ても、着替えを置いて会もせずに逃げるようにして帰ってしまうので可哀想で仕方ありませんでした。

その点私は本当に幸せです。なにせ毎日毎日私の様子を見に女房が来てくれていたのですから……しかも自作の絵日記まで持参で！

ゼリーを食べたよ！

まだ経管栄養でしたが、日に日に回復し、なんとか起き上がることができるようになりました。

そして半月ほど過ぎたある日、病室の前に立っていると、中からヘルパーさんがニコニコしながら出てこられました。

「ニュースですよ！ きゅうちゃんがね、今日始めてゼリーを食べましたよ」

「ええーっ！ 本当ですか？」 私は一瞬耳を疑いました。

話によると、若い男の看護師さんが昼食の時に冗談半分で、

「自分で管を抜いてみる？」 と仰ったので、きゅうちゃんは本当に鼻から身体の中に入っている経管栄養の管を引っ張って抜き取ったそうです。

この日は試験的に口から食べてみようという試みで初めて挑戦したそうですが、なんと、出されたゼリーをぺろりとたいらげ、おまけに、

「これ、ピーチ味だ」などと声無き声で意思表示をしたそうです。全くたまげたの一言でした。

なにしろつい数日前に、「おそらく口からは食べることができないでしょう」と宣告されて間もなかっただけに、感慨はひとしおです。

私はその時思ったのです。

（これから先、ずっと歩くことができなくても車椅子がある、手が利かなくても私の両手が代わりをしてあげられる。でも食べることだけは代わってあげることができない）

身体の中へ人工的に栄養を送り込むだけの食事では、あまりにも辛すぎます。しかし、口から物を食べることが可能だということがわかった時は、本当に心から救われた思いがしました。

リカバリールームで結婚式！

八月もそろそろ終わろうとしていた午後のことでした。

この日、きゅうちゃんはとても元気でしつかりと上体を起こし、私に向かって一生懸命何かを言おうとして、さかんに口を動かしていたのですが、何と言っているのかさっぱりわからず、ヘルパーさんに訳をしてもらいました。まだのどに穴が開いていて声が出ないため、「あいうえお」が書いてある大きな表を見せて、そこから言葉を拾って繋げて行くのです。

第一声はなんと、「病院の支払いをよろしく頼む」と解説されました。

なんとまあ、病人がそんなこと心配して……、となんだかおかしいやら複雑な気持ちでしたが、すぐにこちらもガラス越しにとびつきり大きなゼスチャーでオーケーサインを送りました。

その時、私はふと思い出したのです。

（そういえば、今日は確か私がきゅうちゃんの家に越してきた日だ！ そうだ！ この日を結婚記念日にしよう！）咄嗟にそう思いついて、何も考えることなく区役所へ駆け込み、届けを出しました。

そして、そのことをキチンと知らせるために、証明書を書いてもらってまたすぐに病院へ帰り、さっそく

きゆうちゃんに報告したのです。

そのうち続々と病棟の婦長さんや看護師さん、ヘルパーさんがニコニコ顔でみえて、とても暖かいお祝いをしてくださいました。

（これから私がこの人を一生守っていくんだ。必ず元気にさせてみせる！ ずっと一緒に生きていくんだ！）
一九九九年八月三十一日。

きゆうちゃん四十九歳、私四十一歳、ピカピカの新婚夫婦が誕生しました！

この頃、逗子で一人暮らしをしている彼のお母さんに来ていただいて、（一緒に暮らそう）と思い始めていました。まだ二回ほどしかお逢いしたことがなかったのですが、ちょっと不安でしたが、何故か「嫁姑」という感覚がなかったのです。私独りではとても心細くて不安だらけなので、お義母さんにいろいろとアドバイスをいただきながら、乗り越えて行きたいと思ったのです。

絶対に一人より二人です！

毎晩必ずお義母さんに電話を掛けていたので、ごく自然に言葉が出てきました。

「お義母さんさえよかったら、三人で一緒に暮らしましょう！」

お義母さんは電話の向こうで泣いていました。きっと私などとは比較できないほど心細く、寂しかったのだでしょうね。

「ありがとう。ありがとう」と、お互いに受話器を握り締めて泣きました。
思い切って言ってよかった！

言葉のリハビリ

きゅうちゃんも入籍を機にメキメキ回復し、自分で痰を出せるようになったので、のどの管を外し、やつと少しずつ声が出せるようになりました。

私は喉の管が入っていた所を塞ぐには、縫うのかと思っていました。このまま放っておけば自然に塞がるのだと聞いて、

「えっ！ 縫わなくて大丈夫なの？」とびっくりしました。つくづく人間の体はすごいものだと、感心してしまいました。

そして、いよいよ言葉の訓練、病室での手足のリハビリ、口からの食事の練習が始まって、きゅうちゃんも新たな自分と必死で闘うことになったのです。

そして、今までの努力が実り、ついに九月の始めに一病棟へ移ることができたのです。

約一ヶ月のICU、そして同じく一ヶ月のリカバリールームでの日々はとても長いものでした。本来ならもう少し早く病棟に移れたはずが、再びあのMRSAに感染してしまったため、やむなく延期になったのだそうです。

でもリカバリーにいる時から、すでに看護師さんが少しずつ食べる訓練や言語の訓練をしてくださっていたそうで、とても嬉しく思いました。やはり毎日少しでも身体を動かしていないと、あつという間に関節が固まってしまうのだそうです。

ある日の夜、遅番の仕事を終えて病院へ行くと、病室の中から看護師さんの声が聞こえてきました。部屋

の外で耳をそばだてて聞いていると、

「これはコップです。さあ 言ってみて！」

と、何度もきゅうちゃんに問いかけているのです。言葉のリハビリの真っ最中でした。

そして、そのすぐ後に、きゅうちゃんが赤ちゃんのような喋り方で繰り返し、

「コップ、コップ」と、しっかり声を出しているではありませんか！

（きゅうちゃんがちゃんと喋っている！）

久しぶりで懐かしい声を聞いた私は、思わず廊下で泣いてしまいました。

今まで話し好きでたくさん喋っていた人が、今では一つ一つの単語を一生懸命に喋ろうとしているのです。ついひと月前の、あの元気でかつこいいきゅうちゃんは、もうここにはいません。今、この扉の向こうにいる人が、新たに生まれ変わったきゅうちゃんなのです。

元気な時のきゅうちゃんよりずっとずっと大きくて頼もしく思え、今まで以上に最も大切な人に思えました。やっとここまで回復できたという大きな喜びで、病院を出てからも感激の涙がいつまでも止まりませんでした。



いよいよ一病棟へ

九月の半ば、待ちに待った一病棟への移動日に、ドキドキしながら病室へ向かいました。何だか久しぶりできゆうちゃんとうちさんと会うため、まるで違う世界の人と接するような緊張感で、会う前からとても疲労を感じていました。(笑)

ところが、移動先の病室で、きゆうちゃんのベッドを探してキョロキョロしていると、すぐ後ろで、誰かが、「おいっ！」と、私を呼ぶのです。いったいなんだろうと思って振り向くと、白い布をほっかぶりしたホームレスのような人が私をじっと見つめていました。(脳外科なので、いろいろな患者さんがいるのだろうな) と思い、再びきゆうちゃんのを姿を探し始めました。すると、また、

「おいっ！」と、呼ばれたので、(なんだよ！) と思って振り向き、よく目を凝らして見ると、あれーっ！なんと！

その人は、我が愛するきゆうちゃんだったのです。

なんでも、シャンプーをしてもらったばかりだったため、頭に白いタオルをかぶっていたそうです。しかも、ひげがめいっばい伸び、目ばかりがぎよろぎよろしていたのですから、人だと思われても仕方ありません。しばらくは、おかしくて笑っぱなしでした。

もうのどの切開した所は塞いであるので声は出るのですが、まだ言葉が不明瞭で、聞き取るのに苦労しました。顔も麻痺側の方から始終よだれがしたり落ちてくるので、ティッシュペーパーは手放せません。でも、心配していたよりも明るくて、

「あはは、こんなになったた……」と、まだ子供のような喋り方で笑っていました。私には返事に困り、ただ笑っているだけで精一杯。

やっと二ヶ月ぶりで逢えて、話したいことが山ほどあるはずなのに、胸がいっぱいいてうまく言葉が出てきません。きゆうちゃんも、なかなか言いたいことが私に伝わらないため、身体全体を使って一所懸命に気持ちを伝えようとしていました。その姿に感動し、いつの間にか涙が溢れ出していました。

こんなに元気になって、また私のところに戻ってきてくれたんです！ どんなにこの日を待ち望んでいたことでしょう！ もうこれ以上何も望みません。

あつという間に 会時間が終わってしまい、ひとり、またひとりと 会客が減っていきます。最後に残ってしまった私は、いつまでもずっとこのままでもいい気持ちでいっぱいでした。やつと私の中にやすらぎが戻ってきたのですから。

しかし、本当の意味での過酷な戦いはこれからだったのです。

残ってしまった後遺症は、右半身麻痺、構音障害（発音が上手くできないのだそうです）、嚥下障害、視聴覚障害、平衡感覚喪失で、目は常時上下左右に揺れていて、見る物全てが二重に見えるため、回復しても文字を読んだり書いたりはかなり難しいと言われました。

でも、普なら一〇〇%助からなかったはずが、奇跡的に命を取り留めたのですから、これだけ障害が残っても当たり前なのかもしれませんね。

入院中、動かない手足に苛立たしさを覚えて落ち込んでいるきゆうちゃんでしたが、



（なんとか時間がかかっても障害を全て受け入れ、今までの元気な頃のことは全て忘れてこれからの新しい人生として頑張る！）と決心したそうです。

そして、私も、

「これからは、私の手足が、麻痺で動かなくなってしまったきゅうちゃんの手足の代わりを務めるから、大丈夫だよ！」と答え、二人で何度も励まし合ったのです。

「入院中の切り替え」（きゅうちゃんの手記より）

意識が戻って一番最初に気が付いたことといえば、半身が全く思うように動かないということでした。

朦朧とした意識の中で、（自分はいつたいどうしたのだろうか？　ここは何処なの？　いつたいどのの間こうしていたのだろうか……？）どうやらこの感じから察すると脳だろうか？　脳梗塞かな……。

その時はまさか、脳出血だとは思わず、脳梗塞ではないかと勝手に自分で決めていました。

ところが、ある日若い看護師さんに尋ねると、

「いいえ、脳出血だったのですよ」とおっしゃったので、かなりびっくりしました。

とにかく感覚が今までと違っていて、自分の身体ではなく、ただそこに他の人の腕や足があるだけのよう
な気がしていました。

そして、目に見える景色は、朝起きて夜寝るまで一日中上下左右に揺れていて、何ひとつまともに見るこ

とができないのです。これは、平衡感覚が完全に目になってしまったからだそうです。これは本当に困ったもので、本はおろか、テレビさえも見ることができませんでした。

もちろんラジオもよく聞き取れないので目でした。聴力も完全に落ちてしまったようです。

私は完璧にパニック状態になり、ただただ神様を恨み続けるだけでした。

（これからどうやって生きていったらいいのだろう？）とにかく頭の中が混乱して、ただひたすら一日中ベッドの中で沈黙の時間を過ごすことしかできませんでした。

まず考えたのが日常生活のことです。

やはり最初に気になるのは、何といってもトイレのことです。何とかして行かなければ！この歳で、まだまだポータブルトイレやリハビリパンツのお世話にはなりたくない！這ってでも何とか自力でトイレへ行つて用を足さなければ！

気が遠くなるような悶々とした毎日、そして、“有り余る時間”の中で、何とかして、少しずつでも自分の気持ちの切り替えをしていかなければいけない！頭の中にはただそれだけしかありませんでした。

そして今までは何でも自分でやってきましたが、これからは、何でも人に頼まなければならぬのです。でも自分でできることは、なるべくするようにしなければいけません。

お願いしていろいろ力を貸していただいている場合、どうしてもその人その人のやり方があり、最初の頃はどうしても我儘が出てしまい、内心そんな自分自身がとても嫌で仕方ありませんでした。

でも、ある時こう思ったのです。

（これからは気持ちを切り替えて、頼んだ人のやり方を全部受け入れよう！）

（自分だったら。という気持ちをおさえて頼んだ人のやり方に全部任せよう！）

（絶対に文句を言わない！）このことを実行しようと毎日毎日自分自身に言い聞かせました。

自分自身でできることは、できるだけ自分でやり、身体の中で動く所は、できるだけ動かして少しずつでも頑張つてやってみよう。

（とにかく始めなければ！）そう思いました。

リハビリ病院へ転院

一 病棟に移って間もなくリハビリ室での訓練も始まり、毎日杖と装具を付けての歩行練習に励みながら、リハビリ病院への転院を、ひたすら待っていました。

リハビリ病院とは、少しでも以前のように身体が動くように訓練をして、自宅へ戻る準備をするための大切な病院です。私たち家族にとってもいろいろな意味での準備期間だと言えるでしょう。例えば、戻ってくるまでの間に段差をなくしたり手すりを付けたりして、少しでも動きやすくなるように住宅改修をし、安心して在宅生活が送れるように、準備をする期間ではないかと思っています。

でもきつと同じ病気の方がたくさんいらっしゃるのでしょうか。驚いたことになると一ヶ月待ちだそうです。倒れてから一ヶ月以内にリハビリを始めなければ、身体が固まってしまうと聞いていただけに、（早くリハビリをしないと、手足が動かなくなってしまうじゃないか！）と、本人よりも私のほうがヤキモキするば

かりで、とてもどうかしかったのを覚えています。ところが一ヶ月待ちならずと早い方だと言われました。そして、いよいよ十月一日。

とても爽やかな秋晴れの日に、待ちに待ったリハビリ病院へ転院することができました。

厚木から更にバスに乗って四十分ほど山奥に入ったところの、脳血管リハビリセンターという病院でした。目の前に広がった、あまりに素晴らしい風景に私は思わず圧倒され、これからしばらくの間、旅行気分を味わいながら、この素敵な風景を眺めることができるのだと思うと、何だか嬉しくなりました。

その病院は名前のとおり脳血管障害の患者さんばかりで、まず玄関を入っていきなり全く違う世界に遭遇し、唖然としました。それこそ完璧なる車椅子の世界です。何処を見ても車椅子だらけで車椅子が当たり前の風景といった感じです。健常者の私の方が患者のような錯覚を覚え、なんとも異様な気分でした。

きゅうちゃんの病室は三階の三人部屋でした。同室のお二人の患者さんはこれから入院してこられるそうで、一番乗りだった私たちが、幸運にもベッドの選択権を手に入れることができました。当然のことながら、一番明るい窓際にもらい、とても喜んでいたのでしたが、問題はこれからです。

担当医師との顔合わせで、しよっぱなから非常に不愉快な思いをさせられたのです。

たぶん先生も、脳幹出血の患者さんを扱ったことがなかったのでしょうか、今までの病院の担当医からの申し送りを読み終えた後、突然呆れた顔をしたかと思ったら、こう言ったのです。

「普の患者さんがこの病院に入院する時は車椅子で、退院する時はほとんど杖だけど、あんたの場合は行きも帰りも車椅子だ。一生このままだね」

その瞬間、自分の顔つきがみるみる変わっていくのがわかりました。

な、な、なんてひどい！ あまりに失礼な言葉に、私はその場で殴ってやろうかと思いました。とても医師が言うべき言葉とは思えません！ 勿論私だって、退院する時は杖ではなく、（車椅子だろうな……）とは思っています。しかし、これから一所懸命頑張ろうと思って張り切っていた矢先だっただけに、余計腹が立ったのです。

この日は一日中ムシヤクシヤして気持ちが治まりませんでした。きゅうちゃんは、段気分を害した風もなく淡々としていました。

病院のまわりは三六〇度山に囲まれ、今にも牛の鳴き声が聞こえてきそうな閑静な所です。温泉が出るらしく、あちこちにお風呂屋さんがありました。

とても心地よい秋の風が吹き始め、一年の中で最も過ごしやすい季節に、このような環境の良い病院へ来ることができたのはよかったのですが、きゅうちゃんはいえ、常に目が揺れているせいで、景色どころかテレビも見られないまま、三ヶ月にも及ぶ長く辛いリハビリと機能訓練の毎日を過ごしていたのです。

慣れないリハビリ生活の中で、今までのことやこれからのことなどを、どんな風に考えていたのでしょうか？ それを思うたび、私などにきゅうちゃんのことを理解してあげられるのか、たしてこれから先の心のケアをしてあげることができるようかと、とても不安でたまりませんでした。

後で入ってこられた患者さんも、症状がひどくて大変な思いをなさっていました。やはりきゅうちゃん

の症状が一番重かったようです。

「脳血管リハビリセンターにて」（きゅうちゃんの手記より）

ここは完全な車椅子社会で、何でも車椅子が優先で、周りの人は先生と看護師さんを除いて全員と言ってよいほど車椅子利用者なのです。全箇所にちゃんと手摺が付いていて、生活がとても楽に過ごせるようになっていました。その気になれば一日中立たなくても済むので、健康な時よりかえって快適かもしれませんね。

助かるはずのない私が、どうしたことが助かってしまったのだから、言うまでもなく、当然最悪の障害が残ってしまいました。

まず、目は景色が二重に見えて常に上下左右に揺れていますし、耳も左側がほとんど聞こえません。顔は左側の方がだらんと下がってしまっているのが自分でもわかるのです。

口も左側に曲がっていてしかも動かず、物が食べにくいし水分もたれてきて飲みにくい。も一つついでに喋りにくい！ まるで幼児語です。でも、命が助かったのだから良しとしなければいけませんね？

身体も、右半身が麻痺していて右手右足が全く動きません。平衡感覚も木っ端微塵にやられてしまったので回復しても一人では歩けないと言われました。まるで足は腰からぶら下がっているような感じです。そしてこんなにも手足が重いものだとは思ってもみませんでした。

泥酔して意識を無くした酔っ払いを担ぐとよく、“石のように重たい”というのがわかるような気がしました。

週二回のお楽しみ

私は毎週二回、仕事が休みの日に、横浜の自宅から二時間かけてこの病院へ いましたが、もともと乗り物が大好きなので、ちょっとしたプチ旅行気分でした。もちろん景色も素晴らしかったので、毎回とても楽しみにしていたのです。特に天気の良い日は格 度、車窓から望む富士山の美しさは、とても言葉では言い表せないほどでした。

病院へ行く途中に川が流れていましたが、真つ赤な彼岸花が川の土手一杯に咲き乱れていて、私の気持ちも癒され、とても穏やかな気持ちできゆうちゃんに会いに行くことができました。

と言うのも、毎日毎日たった一人で厳しい訓練に耐え、言い知れ 孤独感や退院後の不安、うまく食事ができない苛立たしさなどでたまらなかったのでしょうか。私が病室へ入っていくと、もう待ち構えていたように愚痴や文句の連発です。

おまけに訳もなく怒られたりして、何度も口喧嘩をしていましたが、きつと自分でもどうしようもない気持ちを、私に思い切りぶつけていたのでしょうか。こんな顔でも、見るとホツとするのか、一度にたくさん思いが身体の中から噴出してしまったのかもしれないですね。

今思うと、私もまだまだ自分のことばかり考えていたため、きゆうちゃんのことをきちんと理解してあげることができなかったのだと思います。しかも、いったいどのように接してあげたらいいのか心底悩みました。



せつかく遠路はるばる会いに来ているのに、どうして……？ と悲しくなりましたが、気をとり直して顔や身体を拭いてあげたり、一緒にリハビリ室に行ったりして、必ず仲直りをしてから帰るようにしました。そうでもしなければ、また逢いに来るまでの間、ずっと辛い気持ちで過ごさなければならなかったからです。きゅうちゃんがどれだけ不自由な身体で大変な思いをしているのか、私には想像もつきません。だから、（今、私のできることは、少しでも過ごしやすい環境を作ってあげることなのだ！）と、そればかり思っていました。しかし、なかなか思い りにはいかず、良かれと思っていたことが彼を傷つけてしまったり、余計なことをしたためにひどく怒られたりで、まさに空回りの連続でした。

本人でさえも、まだまだ障害を受容することができずに毎日苦しんでいるのです。それをわかってあげようなどと、それこそ、おこがましい“の一語に尽きます。それに気が付いてからは、まるで腫れ物に触れるようにびくびくしながら病院へうようになつてしまいました。

あつという間に十月が終わり、十一月に入つて間もなく、きゅうちゃんのお母さんが引越して来ました。いよいよ同居生活の始まりです！

お義母さんとは毎晩のように、きゅうちゃんの様子や接し方、これからの生活などについて語り合っていました。さすが母親ですね。笑いながら、「最初から、あまり甘やかさない方がいいわよ（笑）」

そんなお義母さんもきゅうちゃんの話を話していると、いつも目に涙を浮かべていました。高齢になってから自分の息子が不自由な身体になつてしまったのですから、不憫で仕方なかったのでしょうか。

お義母さん自身、慣れない場所であんなに心細い思いをしているのです。その分、私があんなにか補ってあげなければと思い、できるだけたくさん会話をするように心がけていました。たわいのないことでよく笑

い、よくふざけ合ったりしたことが、まるで昨日のこのように懐かしく思い出されます。

「お義母さんの兄弟やお友達に、たまには電話したら？」と言つても、「いいわよ」と必ず遠慮するので、私が率先してかけてあげていました。

そうすると、とても嬉しそうにお喋りしていたので、たまにこの手を使って喜ばせてあげていたのですが、そのたびに必ず泣いていました。

「七沢での生活」(きゅうちゃんの手記より)

ここでは治療というより、主にリハビリとこれからの生活の準備段階で、あと家族の方々の受け入れ態勢を整える期間、という意味合いも兼ね備えているのではないかと思います。

一週間の時間割があつて、それに従つて毎日動いているのですが、授業は全部で四科目あり、倫理、言語、作業訓練、リハビリでほとんどの人が言語を除いた三科目を受けていました。私の場合は顔に麻痺があつて言葉の発音が上手くできなかったたので言語の訓練でしたが、その代わりといつてはなんです、幸い思考関係が全くやられていなかったたので倫理はありませんでした。

月曜日から金曜日まで運動訓練があり、言語と作業訓練が一日おきにありますが、毎日二科目ずつです。一科目が一時間ですから毎日二科目で二時間だけしか拘束される時間がないのです。いかに暇がよくかわかりかと思いますが、実に退屈で気が狂うほどでした。

退院する時、言語でお世話になった先生が、わざわざ言語訓練のテープを持ってきてくださいました。発音の練習や、口の開け方などがたくさん入った、ありがたい最高のプレゼントです。

毎日女房の小さなテープレコーダーで、

「パン屋さんの前をととジャムパンやクリームパンのいい匂いがいっぱいした！」と練習したものです。

この病院へ入院してから、実に大勢の同じ脳の病気の患者さんの姿を見ましたが、どなたも皆、毎日頑張って生きているのです。

歩けなくても、片手がきかなくても笑顔で訓練している。そのひたむきでとても美しい姿が、私をどれだけ勇気付けてくださったか！入院したての私とは「雲泥の差」と言えるほど、前向きな気持ちにしてくれました。

脳血管センターは土日祭日がお休みで、全ての訓練がありませんから、何もすることがないので、気が遠くなるほど一日が長いのです。ともすれば一日中ベッドに寝そべってテレビを見ていても、誰もなんにも文句を言いません。でも私は、（一日中パジャマ姿でゴロゴロするのは絶対にしたくない！）と心に決めて必死で頑張っていました。

最も私の場合は目が揺れているので、テレビはおろか新聞や壁に貼ってあるカレンダーさえも読めない状態でしたから、寝ているほうがどれだけ楽だったのか知れませんが、そんなことをしていたらそれこそ寝たきりになってしまいます。あつという間でしょうね。

来る日も来るも毎朝キッチンと車椅子に座って、いろいろと物思いにふけている時間。今思うととても貴重なものに入ります。

たいへんだ！

毎日歩行訓練、言語訓練などのスケジュールをこなして、食事もなんとかスプーンで食べることができるようになり、ほんの少しずつ身体も動くようになってきた頃、思わアクシデントが発生したのです。

私がきゅうちゃんの昼食をテーブルに運び、食後のお茶を取りに行つて帰ると、何んと！ 口から真つ赤なよだれがしたり落ちているではありませんか！ 胸にかけたエプロンも真つ赤に染まり、びっくり仰天した私は、すぐに（アッ！ 舌を噛んだな！）と思いました。どうやらデザートのリングをかじった時に、ついでに自分の舌も思いつき噛んでしまったようです。

びっくりするほど凄い出血で、私の応急処置ではとても対応し切れません！ 運悪く日曜日で、救急設備のない病院だったので、看護師さんの指示で口の中にタオルを入れ、圧迫止血しながらタクシーで救急病院へ行くしかありませんでした。道が混んでいたため、病院へ到着するまでの間に、出血はほとんど止まりかけていましたが、なんと傷口が4cmの『かぎ裂き』に切れていたのです。

こんな状態で食事などしようものなら、また傷口が開いてしまうのでは？ と思ったので、無理やり縫ってもらいました。本人はいいと言っていたのですが、また一つ心配ごとを抱えて帰るのは嫌だったのです。

しかし、その時、馬鹿な私はとんでもない思い違いをして大恥をかいてしまいました。何針か縫うのですから当然麻酔を打ちますが、きゅうちゃんは顔も半分麻痺しているので、先生に、



「麻痺しているので麻酔はいいです」と言ったら、先生が、
「えっ！それはです。やっぱり痛いよ！（爆笑）」
きゅうちゃんも呆れて笑っておりました。

祝！きゅうちゃん退院

そんなこんなで三ヶ月たった翌年一月末、ついに退院して自宅に戻ってまいりました！

しかし、退院後しばらくは、いろいろな意味で本当に大変でした。

実は、お正月に一回外出許可が出て帰宅しましたが、大失敗をしてしまったのです。

私の介助で立ちあがり、移動しようとした時に支え方がまずく、二人一緒にひっくり返ってしまったのです。その時、私はテーブルに乗っていたお皿の上に手を付き、割れた破片で手を切ってしまいました。必ず麻痺側に立って介助しなければならなかったのに、動く方の腕を持って介助をしていたのですから、ひっくり返るのも当たり前なのです。

その恐怖感がなかなか消えず、今後の生活もいったいどのようにしていったらよいのか、全くわかりませんでした。とにかくなにもマニュアルがないのですから。

それでもめげずに、なんとか試行錯誤で脳溢血の医学書などを見ながら、必死で勉強しました。なんと言っ



でも、死の淵から奇跡的に甦ってきた人の介護なのです。なんとか同じ脳幹出血の方の手記とか、その御家族の体験記などの本があればとあちらこちら探し回りましたが、何一つなくて往生しました。

その時、私は同じ病気の方や家族の方のために体験手記を書いて、ほんの少しでも役にたちたい！ と思ったのです。それが私の使命のような気がしてなりませんでした。

それがこの本を是非書きたいと思ったきっかけなのです。

第2章 つらい事ばかりじゃない！

二人の出会い

きゅうちゃんと私の運命的な出会いは、忘れもしない一九九八年二月のまだ寒い頃でした。

ある日行きつけの呑み屋さんへ行ったときに、毎年恒例の一泊旅行に誘われましたが、いつものようにあまり気が進まなかったので一度は断ったのです。でも、日が経つうちに、（たまには気分転換になるかもしれない）と、私にしては珍しく、ほんの少し発想を変えて参加することにしました。

そして、いよいよ一週間後の旅行当日。一緒に同行した何名かのお客さんの中に、一際背が高く、ちょっと洪くてカッコいいきゅうちゃんが参加していたのでした。

その瞬間、パツと目の前が薔薇色になり、（わ！来てよかった！）などと密かに心の中でつぶやいた私でしたが、もしこの時参加しなかったら、知り合うこともなく、お互い々の人生を歩んでいたことでしょう。きゅうちゃんも参加したのは今回が初めてだったそうですから、これはまさしく神様が私たちを巡り合せてくださったとしか言いようがありません。（と、勝手に思っていました）

みんなで伊豆行きの電車に乗り込み、それぞれの席を確保したと同時に、もうさっそく呑み会が始まりました。目の前をビールや酒、さきいかや柿の種が飛び交い、あつという間に盛り上がって、私もよし！と

ばかりにガンガン呑みました。嬉しいことに、偶然隣に座ったきゆうちゃんとも乾杯して大騒ぎをし、車窓からの美しい景色を眺めるどころか、現地に到着する頃にはすっかり出来上がっていました。

夕食の宴会でも自然に話が弾んですっかり意気投合し、さっそく、

「今度ゆつくり呑もうね」などと約束をして、お互いの電話番号を交換しました。ところが、何故だか約束がたされるまでには、かなりの空白があつたのです。お互い忘れていたわけではなかつたのですが、きつとそれぞれの仕事が忙しかつたのでしよう。

暖かくなり桜が咲く頃、久し振りにふらつとそのお店に行きました。すると、まるで私を待っていてくれたかのように、きゆうちゃんがカウンターで一杯呑んでいるではありませんか！これには本当にびっくりしました。お互いの再会を祝して（笑）その晩は一緒に朝まで呑み明かし、これを機に何度かデートを重ねるようになりました。

とにかく何を話題にしても物知りで会話も尽きず、とてもひょうきんで楽しい人なのです。しばらくして、初めて彼の部屋へ訪れた時も、何かしら不思議な安堵感と違和感のない空間、そしてどこかしら懐かしい匂いを感じたのを覚えています。男の人の一人暮らしにしては、きちんと片付いていたので、びっくりしました。私の部屋とは大違いでした。（笑）

当時、仕事の忙しさと人間関係で悩み、毎日のように呑んでくれていた私にとって、彼の存在だけが唯一の安らぎでした。まるで木漏れ日のように優しく、とてもおおらかな人柄に惹かれ、彼の部屋に野良猫のように居ついてしまうまでは、それほど時間はかかりませんでした。とにかく居心地がよかつたのです。

ただ、住まいが山の中腹に置いていたため、何処へ行くにも坂道だらけで、買い物の行き帰りが大変だっ

たのが難点でした。でも、悪いことばかりではなく、一階でわりと広い庭があり、日当たりも良く、フェンスにたくさん布団を干せたし、かわいい野鳥も飛んで来ました。秋になって目が沈むといっせいに虫たちが鳴き出し、秋の夜長を静かに楽しむこともできました。そういえば、とても風しが良く、夏でも結構涼しく過ごせたので、快適でした。今思うと、穏やかで優しい住まいだったような気がします。私にとつて、とても素晴らしい人生を与えてくれた学舎だと言っても、決して過言ではありません。

きゅうちゃんと知り合った頃、私は鎌倉の老人病院の調理師として働いていましたが、勤に小一時間はかかり、仕事内容もかなりハードでつらい毎日でした。それでも仕事の行き帰り、四季折々の美しい草花が咲き乱れる裏道を散策したり、小さなお寺の前で手を合わせたりすることができたので、今考えるととても恵まれた環境の職場だったように思います。

一方きゅうちゃんは下請けの会社を経営していて、毎日二時間もかけて埼玉まで車でつっていました。

お互い朝早くからそれぞれの仕事に出掛け、休みの日もなかなか合わなかったため、二人一緒に出掛けることなどほとんどありませんでしたが、それなりにとても幸せな日々でした。

彼の友達も多くてみんなよく呑みに出掛けたり、家で呑んだりしてあつという間に半年が過ぎ、翌年の正月を迎えました。

初めて彼のお母さんの家へ行ったのもこの頃で、当時八十歳にしては、とてももしっかりとした人だったのでびっくりしました。ただ、腰がみご



とに九十五度も曲がっているので、立ったり座ったりすることや歩くことが大変そうでしたが、驚くほど器用に家事をこなしていたのには敬服させられました。

きゅうちゃんの話によると、お義母さんの腰が曲がってしまったのは骨粗しょう症が原因だそうで、本来ならばカルシウムやビタミン剤をキチンと飲まなくてはいけないのに、薬に無頓着なのか、ほとんど飲まなかったそうです。それどころか捨てるのもつたいないからと、きゅうちゃんに飲ませていたのには爆笑してしまいました。（なんとそれをまた私が飲んでいたのです）

何時だったか、お義母さんの若かった頃の 真を見せてもらった時に驚いたのですが、大正生まれの人にしてはかなり背が高く、顔がとても小さくて、おまけに手足が長いのです。

「モデルになっていれば人生変わっていたのにね」と言うと、とても嬉しそうに笑っていました。

私も身長が一六八cmあるのでよくわかるのですが、身体が大きいと自然に猫背になっ
てしまうのです。小学生の頃は大きいのがとても嫌で、それこそコンプレックスの塊で
した。いつも小さく見せようとしていて、高学年になると完璧な猫背になりました。

（お義母さんも同じかな？）と思っていましたが、どうも話を聞くとまたの原因があっ
たようです。お義母さんは自分の背の高さに合わない台所で常に腰を曲げて家事をし、
しかも腰を伸ばさずに曲げたまま移動していたそうです。

きゅうちゃんがよく、「たまに腰を伸ばさないと曲がったままになるぞ！」と注意を促していたそうです。
でも一向に直す努力をしなかったために、そのとおりになってしまったのではないかということでした。



嵐の前の静けさ

いつの間にか再び桜の咲く季節になり、きゅうちゃんと一緒に暮らしてかれこれ一年になりました。

お互いに少しずつ、一生の伴侶“としての意識が強くなっていたのは確かでしたが、その頃の私たちにとつて、籍のことなどさほど問題ではなく、まるで他人事のように、

「に急いで籍を入れることもないよね」などと言って笑っていたものです。

お互いに休みが一緒になってもほとんど出掛けず、たいてい部屋の中でそれぞれ勝手気ままな一日を過ごしていました。

きゅうちゃんは仕事柄、毎日遠路はるばる横浜から埼玉まで車でつていましたから、休みの日くらいはゆつくりしていたいに違いありません。お天気の良い日などは二人でどこかへ出かけたと思うこともありましたが、何だか気の毒でとても言い出せず、じつと我慢していました。けなげだったのですねえ。(笑)

でも今思うと、一度でもいいから我儘を言って、何処かへドライブに連れて行ってもらえばよかったと後悔しています。

当時、彼の友達もよく遊びに来ていて、夕方になると(それっ!)とばかりに呑みに繰り出していました。時間の経つのも忘れてみんなでカラオケで歌いまくり、呑んで騒いだ後に、みんなで食べたラーメンの何て美味しかったこと! 特なことは何もなく、ただ傍らにきゅうちゃんがいてくれる。それが私にとって最高の幸せであり、このままずっとこの平穏な生活が続いてくれるものだ、固く信じていました。

危ない生活習慣

六月に入り、きゅうちゃんの仕事は連日超人的な忙しきで、早朝から出掛け、帰宅時間はだいたい夜十時過ぎでした。しかも、行き帰りの運転でのストレスは半端なものではなかったと思います。それに伴って喫煙もかなりのので、一日に軽く三箱は吸い、本人も身体のことを考えて何度か止めようと挑戦したようでしたが、結局いつも失敗に終わっていました。

よく私に、

「この一箱が終わったらもう吸わない！」

と、堂々と宣言するのですが、最後の一本が終わってから、ものの何分もしないうちにもうイライラし始め、ますます血圧が上がるのではないかと思うくらいでした。

その時かなり疲労が積み重なっていたようでしたが、もともとお酒が好きな人だったので、いくら忙しくても呑み会の誘いだけは断らず、ゴルフ仲間とも打ちっぱなしの練習に出掛けたりしていました。

ゴルフもほとんどが「付き合い」「や」「呑み屋のコンペ」などで、多い時で週二回くらいは出掛け、よくいい成績をあげてはたくさんさんの景品と一緒に意気揚々と帰ってくるのです。その時の得意げな顔！今でも思い出すたび、懐かしくて思わず笑ってしまいます。

私がそんな生活を心配して、

「少しは自分の身体をいたわらないと倒れちゃうよ！」と言っても、いつも「大丈夫」と笑っているだけです。

その上、私もお酒が大好きだったので、毎晩一緒に晩酌していたのです。きっとそれも良くなかったのでしょう。おまけに呑み終わった後に、必ず塩っ辛いラーメンや焼きそばなどを食べたっていましたから……。

塩分の問題は本当に深刻でした。もともと血圧は低い方だったそうですが、生活習慣で味の濃い物しか受け付けたり、それに伴って、血圧も「うなぎ上り」にどんどん高くなっていったのだと思います。とにかく塩辛い物が大好きで、最初の頃、作ってくれる料理の味の濃さといったら半端ではなく、本当にびっくりしました。でも、きゅうちゃんはとても料理が上手なうえ、何でも自分で作るのがモットーで、麺類の「付けだれ」などはまるでプロ並みの腕前で絶品でした。

それにひきかえ、調理師のくせに何でも出来合いのものを買ってきていた私は、最初の頃は知ったかぶりをしてごまかしていました、すぐにバレてしまいました。（笑）

ただ、もっと薄味にしていたら、血圧もそれほど高くはならなかったのかもしれない。

そればかりではなく、仕事先での昼食はほとんどコンビニ弁当やカップラーメンなどで済ませ、汗が乾くと首筋に塩が付着していたそうです。いわば体中塩分の固まりのようなものです。

今思うと、なぜもっと早く気を付けてあげなかったのかと、悔やまれて仕方ありません。よりによって私の仕事はヘルパーだったのですから、もっともつとうるさいくらいに管理してあげればよかったのに。

きゅうちゃん、本当にごめんなさいね……。

そして、あの悪夢の日がやってきたのです。

「自立への旅立ち」（きゅうちゃんの手記より）

私が脳出血のため、救急車で運び込まれたのが、一九九九年の六月二十四日で、気が付いたのが、一ヶ月あまり経った七月二十八日のことでした。

ICUからベッドごと、お隣のリカバールームへ移ることができてまもなくのことです。

日毎に少しずつ自分の身体の状態を認識し始め、ある日、まるで感覚の無い右手を見て、

（ああ、自分は障害者になってしまったのだ）と直感しました。

思えばその時から、ほんの少しずつ私の中での切り替えが始まったのだと思います。気持ちの切り替え、生活の切り替え、いろいろな切り替えの始まりです。

まわりの人、生活、住居、変わった物は一つありません。変わったのは自分自身だけなのです。

これからは自分自身の考えを変えて、まわりの人や生活、住居など“今までどおりのまわり”に私自身を極力合わせなくてはいけないのです。

大まかな気持ちの切り替えは終わったのですが、細かな切り替えはずっと死まで続いて行くのだと思います。とても気が遠くなるほど、大変な作業になりそうです。大変だ大変だ！

いつも自分自身努力して変わるように頑張っている、どうしてもできない部分もあります。（ほとんどかな？）

それは毎日毎日私のまわりで見守っていてくれる『お袋』と『女房』にちょっと我儘を言ってお願ひしなくてはなりませんね。

よろしく頼むよ！

お袋、そして女房が、一所懸命私のために頑張ってくれているのだから、自分もできるだけ頑張って明るく楽しい家庭にしたいと思います。

障害者がいるからといって暗い家にはたくありません。

人が集まる家に行きたいと思います。

全くゼロから始まる人生ですから、倒れる前の自分よりこれからの自分が、本当の意味での始まりなのだと思います。

雨の日はイヤよ……

無事にきゆうちゃんが退院し、私が介護に関わっている間も、お義母さんは一所懸命家事の手助けをしてくださっていました。自分の息子が突然障害者になってしまったのですから、言葉には出さずともどんなに辛かったかしれません。人知れず泣いたこともあったでしょう。

でも、この頃が一番よかったと思います。全てはきゆうちゃん中心の生活で、ああでもない、こうでもないと言いながらも三人が一つになり、毎日がとても充実していたからです。

一週間ほどたってなんとか落ち着いた頃、経過報告と診察のために、退院後初めて ”救急車で運ばれた

病院“へ行きました。民間の移送サービスにお願いして予約をしておいたので、予定り朝十時過ぎに迎えに来てくださり、とても丁寧に送って頂きました。

一時間ほど待ち、四ヶ月ぶりで、あの時、命を助けてくださった主治医の診察を受けたのです。あまりに元気に復帰したのでびっくりなさり、とても嬉しそうでした。

「本当によく頑張ったね！」

一時は絶望的でしたが、精一杯全力を尽くして治療に当たってくださった先生のお陰で、元氣一杯のきゅうちゃんが帰って来たのです！

私はまるで自分のことのように、（どうだ！）とばかり得意になり、その日は一日中ご機嫌でした。もちろんきゅうちゃん本人も、先生の励ましの一言でとても自信がついたようで、更なる励みになったようです。

病院への重要な足となる移送サービスは、最初は社会福祉協議会のボランティアの方の自家用車で、自宅から病院までの“行き“だけお世話になっていました。

毎回とても感じの良い年配の男の方が来てくださって楽しみにしていましたが、雨の日は、きゅうちゃんの歩行の で危ないので、断らなくてはなりませんでした。雨さえ降らなければ、アパートから道路に出るまでの石段を、フェンスに掴まって、注意をしながら何とか道路まで降りることができました。でも雨の日は滑って足元が危険なため、車椅子に乗ったまま降りるしかありませんでした。車椅子ごと道路へ降ろすのは、慣れていないととても危険なのです。

やむを得ず 院を延期せざるを得ませんでした。前日の天気予報を見て当日が雨のようなならば、社会福祉協議会へ連絡をしてキャンセルをするのですが、言ってみればドタキャンです。それが何度か続いてしまい、

あまりにも申し訳ないので、次回からタクシーを利用することにしました。

「リハビリは長〜い友達」(きゅうちゃんの手記より)

退院後、ある程度現実を把握できるようになった私ですが、一時は“投げやり”になり、時には女房やまわりの人達に当り散らしていました。

自分の気持ちがどうにもならず、もがき続けた時期はかなりの間続きましたが、女房の一言で救われた思いがしたのです。

「まだ先が長いじゃない、のんびりやろうよ」

何かふつと気が楽になり、ほんの少し、また新たな元気が湧いてきました。

これから少しずつでも『動かない手足が動いているイメージ』を頭の中に描きながら、何とか歩いてやろうと毎日リハビリをして頑張っています。これから先ずっとずっと死まで続けていくのですね？

欲張ってこれ以上よくなるうというよりは、現状維持をしていくつもりであれば気が楽ですよ？

リハビリは長〜い友達です。(笑)

私の麻痺は顔が左側で手足身体は右側です。

どうも首を境に上下々に麻痺しているみたいで、不思議な感覚です。

でも、最近では動かなくなった膝や肘が少しずつ動くようになりました。

これは朝晩女房がマッサージしてくれているのと、暇さえあれば自分で常に手足の関節を動かして柔らかくしようと、努力していたお陰かもしれません。

とにかく動かし過ぎるくらい動かして当たり前みたいです。動かさなくなると悪循環で、ますます次に動かそうとする時が辛くなるのです。私はそれがとても怖かったので、とにかく少しでもいいから、左手で右の手のひらを広げたり、曲げたり腕の肘の曲げ伸ばしをして、一日の大半を過ごしていました。

唇や頬も、痺れや感覚が少し出てきたのは喜ぶべきことなのですが、逆にかえってとても喋り辛いのです。それも、次第に慣れてくるのかもしれませんが、言いたいことが相手に伝わってくれないのはかなり苦痛でした。

その代わりにと言ってはなんです、よだれが出なくなりました。

とにかくどこへ行くにもティッシュを抱えていきましたが、今ではほとんどいらなくなりました。ほんのちよっぴり身軽になって嬉しかったですね！ よかったよかったです！

「片目のきゆうちゃん」

私の左目は発病後、顔麻痺の為閉じなくなっていました、リカバリールームにいた頃から左目をガーゼで覆って乾燥を防いでいました。

朝起きた時に処方していただいたビタミンの目薬を点して、おまけに乾燥防止の眼軟膏をべったり塗り、

その上から眼帯を付けて一日中片目で過ごしていましたが、非常に視野が狭くなって世界が小さく感じられ、気持ち自体も萎縮してしまいそうでした。

おまけに遠近感がなくなり、しょっちゅう物にぶつかったり、女房から手渡しでもらう粉薬の袋も掴めず、イライラする日がほとんどでしたが、ある日保健婦さんと一緒に訪問してくださった歯科衛生士さんが、「えっ！ ダメダメ！ だめですよ！ ずっと目を覆っていたら本当に視力がなくなって見えなくなってしまうのです」

こちらこそ「えっ！」で目からウロコでした。マジで怖くなり、さっそく眼帯を外して目が乾かないように日に何度も目薬を点して様子を見ることにしたのです。

最初は全く変化はありませんでしたが、そのうちほんの少しずつでしたがかろうじて「まばたき」らしいものができるようになったのです。そして、その次の年には微の涙も出るようになりました。これでベタベタ目薬ともオサラバです。よかった！

食事の工夫・一〇〇円グッズの利用法

一番大変な食事の時は、仕事先の病院で学んだ知識が役に立ちました。しかも、少しでも楽に食べられるように工夫することがとても楽しかったのです。

私のアイデアで作ったおかずなどがとても食べ易くて喜んでくれた時などは、本当に嬉しかったです。

とにかく、「一口大にする」が基本でした。切る、団子状に丸める、重ねるなど可能な限り挑戦しました。

ご飯は少しずつラップに包んでお団子にする。食パンもマーガリンを塗ってから、八等分にする。おもちも（パックの切り餅など）やはり四等分してからトースターで焼くなどして食べました。

食器やスプーンなど、介護用はとて値段が高いのでなかなか手が出ません。でも、一〇〇円ショップでも似たようなものが売っていたりするので、時間がある時に覗いてみるようにしていました。

特にスプーンは先が平らになっているものの方がすくいやすいようで、今でも当時購入したものを使っています。

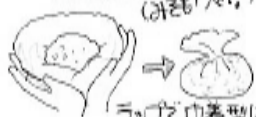
片手で食べるのであるべく器が滑らないようにと、これもまた一〇〇円の滑り止めが大活躍しています。コップの下に敷いて転倒を防ぐこともできるし、その他にも車椅子の座布団の下に敷いておくと、ずり落ちません。滑り止めは、メッシュのゴム製でできていて、ちようどお皿が乗る一〇cm四方の正方形をしています。汚れたら何度でも洗って繰り返し使えるのでとても便利です。（大きなサイズもあります）

当時は、四六時中、介護用品の代用になるものは何かないかと、そればかり考えていました。でも、またそれがとても楽しいのです！

● 団子の作り方

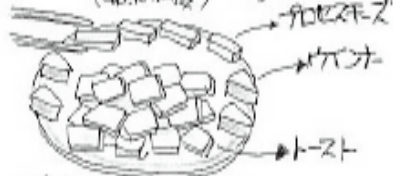


上からふりかけ、うまを
たぐせかけろ。
(おもちウマ！)



うま巾着型にくるみ
鼻先にくるとGOOD!

● 左手の肩こりの治療がコレ！ (405の肩こり)



● 原則是「ふとくちの
団子」になる

こちらが（これならできるだろう）と思っていても、本人にとつてはかなり苦痛だったということがたくさんありました。

たとえば、スパゲティを食べるときに、箸よりフォークの方が食べやすいだろうと思いましたが、唇の感覚がないため、口へ運ぶ時に、思い切りフォークの先で歯茎を刺してしまったことがあります。その時、フォークにはかなり危険が潜んでいるのだと知り、それからしばらくの間使用を止めました。その後いろいろ考えて、スパゲティはくるくる丸め、一口サイズにまとめて、それを箸で食べる方法に変えてみたのです。その結は、とても食べやすかったそうです。

その都度どんな不自由さを言ってもらって、また他の方法を考えるようにしました。どんな小さなことでも、ほんの少しの工夫で快適な生活を営むことができるものだと、改めて気付かされました。一緒に生活しているのですから、皆、同じように気持ちよく暮らしたいものです。

こぼしても気にしない！

固形のものは何でも小口切りにして、液体はストローで飲む方法は今も基本ですが、年々液体の飲み方も上手になってきています。



しかし、決して安心はできません。頻繁に気管に入ってしまうからです。嚥下障害のため、どうしても気管に入りやすく、ストローを使っても少しづつ飲まなくてはすぐにむせてしまうので、普よりも細目のストローにしてみました。だいぶ解消されたようでした。

でも例外もあり、味噌汁の時はこぼすのが嫌だと言ってなかなか飲んでくれませんでした。試しに、身と汁をにして汁を太目のストローで飲んでみたら大丈夫でした。

とにかくこぼすのは当たり前！

いちいち気にしていたら何も食べられないし、美味しくありません。こぼしてもいいじゃないか！ いくらこぼしてもいいように、膝の上にタオルを敷いてみたら、それはそれは美味しそうに食べていたので、（とにかく何も気にせずに思い切り食べることが大切なのだ）と思いました。

あと、気をつけていたのは『ひじき』や『おから』でした。両方とも細かいのでポロポロこぼし、とても食べにくそうだったので、とろみをつけたり卵と絡からませたりして、いろいろ工夫をしました。

『おから』は巾着型にラップに包んで茶巾のようにまとめると食べやすいようです。

最近、介護用品売り場で、とろみをつけるための便利な粉末を売っていますが、私はいつも片栗粉かコーンスターチで調理しています。（安価なので……）

お義母さんもよくむせていたので、同じようにして出していました。お年寄りにとつての”誤嚥“は非常に危険なので、正解だったのかもしれない。

私が作ったものを、親子で嬉しそうに飲んだり食べたりしている姿を見ると、なんだか知らず知らずに涙がこぼれてくるのです。（こんな私のことを必要としてくれている）という喜びで一杯でした。

そのたびに、（私がこの二人を守ってあげなければいけないのだ）と実感し、新たなエネルギーがみなぎってくるのを感じるのです。

もちろん病院での仕事も大切ですが、自分の家のヘルパーの仕事はけっして怠ってはいけません！ むしろこっちの方が本業なのですよね。いくら疲れていてもやらねばなら……。頑張れ頑張れ！

「食事は苦痛……」（きゅうちゃんの手記より）

食事の時などは、右手が麻痺しているため、箸などは当然持てず、かといってフォークでは唇を刺してもわからないのでとても危険です。

ましてや魚の骨などは、うっかり飲んでしまっても、全く痛みを感じないので、怖くて食べたいと思わなくなりました。

唇の周りの部分も痺れて感覚がなく、まるで歯を抜く時に麻酔の注射を打たれたような感じなのです。

仕方なく、最初の頃はほとんどスプーンで食べていました。女房もなるべくスプーンの上に乗るくらいの大きさに切ってくれていたの、とても助かりましたが、精神的にかなり落ち込みました。

（ずっとこのまま、赤ん坊みたいにスプーンで食べていなくてはならないのだろうか？）

スプーンを持つ方の左手も痺れているため、すくった食べ物のは半分はこぼす始末で、食べ終わる頃にはもうヘトヘトになってしまっただけでした。

その為常にビニールの前掛けが必要で、自分でも泣きたいくらい情けない気持ちで、毎回ひたすら『食事』という大きな課題に取り組んでいたのです。

今ではその思い出のエプロンは、じっとタンスの引き出しで次の出番を待っています。

いったいこの次は誰が使うのかな？

言い知れ絶望感が私を襲い、女房には申し訳ないのですがしばらくはせつかくの食事も、とても美味しいとは思えませんでした。

箸も、女房が障害者用の物を用意してくれたので、ほとんどそれで食事をしていました。これは普通の木の箸に細工を施した物で、箸と箸の間を毛抜のような形の金属で繋げてあり、握力低下や指先の痺れで力が入らない私にはもってこいのお助け箸なのです。お年寄りにも、もちろんいいかもしれませんね。

でも、いつまでも介護箸だけに頼ってはいけません。この箸でなければ何も食べられないのでは、あまりにも悲しいではないですか……。また以前のように少しずつでも普通の箸をえるように練習しなければね！

最初の半年あまりはもう大変でしたが、ほんの少しずつ物を掴めるようになり、今では、米粒の一粒一粒がきちんとつまめるようになりました。

もしかしたら、お袋や女房より上手かもしれません。(笑)

でも、どうしても苦手なのは今も同じですが、『豆腐』『ひじき』『おから』などのポロポロ落としてしまうものや『きな粉』のように気管支に入ってしまうものはお手上げです。

今まで当たり前のように食べていたのが一変して、その都度びくびくしながら食べなくてはいけなくなってしまう、いっそ食べる行為を止めてしまおうかと思ったほどでした。でも、いわゆる病人食といわれるよ

うな特な食事ではなく、なるべく皆と同じ物を食べるように頑張っていました。少しずつでも慣れていなくてとはと、かなり焦りも出てきていました。

顔が半分麻痺しているため、お米の粒など口の中で何処へ行ってしまったかわからないので、ほとんど丸飲みの状態でした。どう考えても消化が悪いので、御飯よりパン食が多くなっていました。あの嫌な胃もたれからは開放されました。パンも一口大に切ってもらってフォークで食べています。

（出されたものは必ず残さずに食べよう）入院中から決心していたことです。そして、（時間がかかってもこぼしたり汚したりしてもけっして投げないでゆっくりと食べよう。これも大切なハビリなのもの）と、自分に言い聞かせてひたすら毎日黙々と食べ続けていきました。

私の自己満足・オリジナルシャワー

きゅうちゃん毎朝毎晩の洗顔、歯磨き、清拭はとても念入りに行っていました。

歯槽膿漏のため、歯磨きは結構神経を使いました。市販の薬用歯磨きでまずひととおり磨いた後、もう一度歯茎と歯の間を電動歯ブラシで横磨きするのです。そして、トドメに歯間ブラシで歯と歯の間に入り込んだ食べかすをかき出していました。

それでも完全には良くならないので、毎週一回、訪問歯科医者さんに治療をしていただいています。身体も、何故か麻痺している方の上体だけしか汗をかかず、健側の半身は一年中サラサラなのです。これ

は今でも不思議で仕方ありません。当然、身体の四分の一から出る汗のは半端ではなく、体温コントロールが上手くできないので、夏はかなり辛いのではないかと思います。

入浴も、今までの家の風呂は、シャワーがなかったのと、風呂場の立地条件が最悪だったため、滑ったりひっくり返ったりしたら怖いので、たまにしか入浴できませんでした。デイサービスを利用するようになってからは、デイサービスでの入浴だけになっていたのです。

でも、夏場はどうしても汗をかくので、デイサービスのお風呂だけではすっきりしません。ならば、何とか頑張つて、一回でも多く入浴しようということになりました。最初は身体を洗った後、お湯をザバザバかけて流していましたが、お湯をたくさん使うわりには身体に石鹸が残ってしまつて、うまくいきませんでした。

何か良い方法はないものかといういろいろ考えた結果、こんなアイデアが浮びました。それは、いつも洗濯するときに使用する『給水ポンプ』をシャワーとして利用するのです。

まず、風呂が沸いたら、ポンプの本体を浴槽にセットします。それから、お湯が出て来るホースの先端にシャワーの頭の部分を取り付けるのです。本来ならば、洗濯機の中に入るはずのお湯が、きゅうちゃんの身体をしっかりと流してくれる温水シャワーとなって出てくるというわけです。本体は結構重いので、万が一足の上に落ちたら大変です。はずれないように、ワイヤーで水道の蛇口に固定しました。

そして、さっそく試してみたところ、思ったとおり大成功で、今までより少ないお湯で身体中すっきりと洗えたのです。お湯の温度も一定しているので安心ですし、なによりリッチな気分になることができて最高！と、思わず自画自賛してしまいました。

冬場はデイでの入浴だけにしていたので、必ず毎晩清拭をしていました。お湯に清拭剤を適溶かし、タ

オルを浸したあとと固く絞って拭くだけなので手軽でした。汗をかかなくても、毎晩拭くことによって、不思議と私自身も清々しい気持ちになれたのです。

当時はいい匂いのする石鹼に凝っていました。ちょっと値段は高かったのですが、特にヒノキやハーブの香りのするものがお気に入りです、ずっと使っていました。いい香りで自分の手や身体を洗うと、とても気分が癒されて幸せな気持ちになるからです。

そしていよいよ寝る前の運動タイムです。

手足の曲げ伸ばしと腹筋二十回、開脚運動などを一時間かけて毎晩一緒に続けました。どんなに疲れていても、ひととおり実行しないと一日が終わった気がしないのです。



一日サバるとすぐに身体が硬くなってしまうので、かなりの重労働でしたが歯を食いしばって頑張りました。毎日の小さな積み重ねが、ゆくゆくはとても大きな喜びとなって返ってくるとかたく信じて！

その成 なのだと思うのですが、今では身体中とても柔らかくて、前屈などはまるでクラゲのように（笑）ぐにやっと曲がるのです。（笑）

手や足の関節も最初は硬かったのですが、毎日少しずつ根気よく曲げ伸ばしをしているうちに柔らかくなりました。

「第三の手と第三の足 — イメージ療法のすすめ —」（きゅうちゃんの手記より）

私が意識を取り戻してからベッドの上で続けていたのは、私なりのオリジナルイメージ療法でした。

『第三の手』は私のイメージ上のもう一本の『元気な手』で実際にはないのですが、その手が動いていることをイメージしながらリハビリをしていました。

不思議なことなのですが、今思い起こせば意識が戻ったばかりの頃に私の右足の付け根にもう一本の足が生えていたのです。でも、たいして必要としなかったのでその生えている足を根元からもぎ取って窓から外へ放り投げてしまったのです。

これが現実なのか夢だったのか定かではありませんが、その後ついに第三の手はあっても第三の足は現れてはくれませんでした。

でも第三の手はずっと一緒に、毎日第三の手のひらをただひたすらイメージしながら実際の右手を動かす訓練をしたのです。女房も私の手のひらを窄めたり反らしたり揉んだりしてマッサージしてくれていたのです。それは本当に感謝しています。何かを掴んだりすることはできませんが、拘縮することはなく常に柔らかくて手を洗う時も楽でした。

最初は全く動かなくなっていた右腕でしたが、本当に不思議なものでほんの少しずつ肘も上がるようになってきたのです。

決して諦めてはいけなないと、この時ばかりは痛感しました。

イメージトレーニングはとても効があり、よくダイエットでも「なりたい自分をイメージしなさい！」と謳っていますが、本当にそのイメージを持ち続けながら、毎日少しずつ前向きに頑張っていれば、必ずよい結が待っているんだと確信することができました。

福祉のお世話になる

退院後、福祉関係でしなくてはならないことが山ほどありました。

まずはなんといっても車椅子の手配です。専門の業者にオーダーメイドで作ってもらうため、出来上がるまで最低一ヶ月はかかるそうですが、きゅうちゃんの場合は、乗り降りが楽になるようひじかけを跳ね上げ式に



し、ステップ（足を乗せる部分）も取り外しができるようにしたので、二ヶ月近くはかかるとのことでした。問題は出来上がるまでの車椅子をどうするかです。

担当の保健婦さんに聞くと、区役所の福祉課で貸し出しをしていると教えてくださったので、すぐに借りに行きました。無料で期間も無制限、おまけにとでも気持ちよく対応してくださり、手続きを済ませると、さっそくタクシーで持って帰りました。車椅子は市町村で購入したものの他に、一の方からの寄付で常に何台か用意されているそうです。

最近はこのスーパーでも、車椅子の貸し出しをしているので、障害者の家族にとっては本当に嬉しく思います。

麻痺側の足に付ける装具に関しては、リハビリ病院にいる間に業者に頼んで採寸してもらったので、退院するまでになんとか間に合いました。また、理学療法士さんに、装具を付けてのリハビリの指導を受けていたので心配はありませんでした。

そして、障害者手帳、在宅障害者手当ての申請や各種手続きなど、福祉の本を読んでいろいろ勉強しました。よく見ると、意外とたくさんの手当てがあるのにはびっくりしました。

在宅障害者手当ては年に二回、七月と十二月に支給されます。これを私は『ボーナス』と呼んでいます、毎回とても楽しみです。

最初は横浜市の手当てだけでしたが、仕事先の透析の患者さんが、「あら、知らなかったの？ 県からも貰えるよ」と教えてくださりびっくり！ 翌日さっそく手続きをしに行きましたが、知らないと言ったことがたくさんあるものだと、この時ばかりはとてもよい勉強になりました。

でも、それほど年数が経っていなければ、遡って支給してもらえるので、気が付いたらなるべく速やかに福祉課へ行かれることをお勧めします！

他にも、タクシーの料金が割引になる制度があり、利用券を提示するとワンメーター分はタダになります。しかも障害者手帳をみせると、また更に助成されるのです。この福祉タクシー利用券も、区役所の福祉課へ行くとすぐに発行してくれますし、翌年からは自動的に毎年四月に、七十二枚綴りの利用券が送られて来ます。

我が家もしばらくの間、院する時に往復タクシーを使っていた時期があつたので、とても助かりました。粗大ごみも申し込みの時に障害者専用の手続きがあり、年に四点までは無料になります。我が家も引越の際に利用させてもらいました。これは、その地区の清掃局環境センターに直接電話して申し込みます。インターネットでもできるので、とても便利です。

その他、水道料金の減免（手続きは最寄の水道局でできます）、NHKの受信料割引などもあります。それらも区役所の福祉課から配布されている「障害福祉のあんない」という冊子に載っていました。よく制度の改正や変更などがあるので、毎年新しいものをもらうようにした方がよいようです。

訪問歯医者さん

初夏、いきなりきゅうちゃんの虫歯が痛み出したようでした。

近所に車椅子で入れる歯医者さんなどないだろうし、何かいい方法はないかと祈る思いで「障害福祉のあ

んない」を開いてみたのです。

すると、わざわざ自宅まで来て診察をしていただける『訪問歯科診療所』のことが載っていたので、さっそく電話をしました。ちょうど運よく、近くまで来る予定があるということで、その日のうちに診ていただくことができましたのです。

夕方ほぼ予定の時刻、家の前に音もなく大きな白いワンボックスカーが停まったかと思うと、中からゾロゾロと白衣を着た人たちが降り立ち、ものしく機材を担いでやってきました。

「お！」とびっくりしている暇もなく、あっという間に我が家が診察室に大変身したのです。

上下に動くリクライニングの椅子や、口をすぐためのセットが所狭しと置かれ、あまりの早業に、思わず口を開けてたまげていたお義母さんの顔といったら……！ 今でも思い出すたび、おかしくてたまりません！

取り敢えずこの日は応急処置をしていただき、次回の予約を済ませると、再びあっという間に機材を運び出し、歯医者さん特有の香りだけを残して帰って行きました。

とにかく凄い……！ でもホッとしました。

こんなにタイミンク良くすぐに診ていただけたのは本当に珍しく、ラッキーだったそうです。現在も週に一度自宅に来ていただいています。毎回時間に追われるようにして何軒もの患者さん宅へ奔



走しておられます。ただただ頭が下がる思いでいっぱいです。

いったったか、初めてお義母さんの入れ歯を診ていただいた時の笑い話なのですが、先生が診終わった入れ歯の上下をお義母さんに返しました。しかし、もう十年以上入れ歯を外したことがなかったようで、外す時はまだよかったのですが、すっかり入れ方を忘れてしまったらしく、無理やり上下さかさまに入れてしまったのですから、もうみんな大笑いでした。しばらくは大変でした。

私たちが毎日安心して生活を営むことができるのも、このようにたくさんさんの援助があるからこそだと感謝しきれない思いでいっぱいです。

毎日の習慣・トイレの工夫

毎日毎日車椅子に座り、暇さえあれば常に手足を動かし、一生懸命リハビリに励み続けて二年が経ちました。この頃、手摺に掴まつての屈伸運動は必ず実行していましたが、歩く練習はまだしていませんでした。きつとまだ歩いてみようという気持ちにはなれなかったのでしょうか。

私は本人がその気にならないうちは、無理に勧めるのはやめようと思っていたので、今現在を大切にし、「さあ、歩いてみよう！」という時のために、少しでも関節を柔らかくしておくリハビリを続けていました。いつでも身体が動くように、下準備をしておきたかったです。

朝の着替えはできるだけ一人で行っていました。リハビリになるのはもちろんですが、自分で身なりを整

えることによつて、一日気持ちよく過ごせるのだそうです。

それから三人で朝食を済ませたあとは、十五分間のトイレタイムです。これは退院してからずっと続けます。出ても出なくてもちゃんと座る習慣を作りました。

便秘が一番辛いですよ。最初の頃は三日に一度のペースでおじかありました。

その頃は、ごくゆるい暖下剤を服用していましたが、常用することが当たり前になつてしまうのを恐れ、半年ほどで服用を中止しました。その後は、毎日の食事の工夫や適度な腹筋運動の効なのか、便秘になることはほとんどありませんでした。

問題は、トイレットペーパーです。片手では紙を切ることができないので、なんとか良い方法はないものかというる考え、思いついたのが『流せるティッシュ』を二枚ずつ四つに折つて箱に入れておく方法でした。うっかり折り忘れると慌てるので、時間がある時に折っておくとほとんど苦になりません。

そして、お昼はいつもバナナとりんごに日替わりのフルーツ三種類を、一口大に切つて食べています。便秘症のお義母さんも物が大好きだったので、とても喜んで食べていました。

あと、退院してから今までずっと続けてきたことがあります。『一日必ず二〇〇〇』の水分を摂ることです。これ続けることによつて脳梗塞や心筋梗塞になりにくくなると、脳外科の先生に教えてもらったそうです。そう言えば、お義母さんもよくお茶を飲んでいました。日本茶ばかりでは飽きてしまうのではないかと、時々コーヒーを入れてあげました。すると、とても嬉しそうな顔をしながら、砂糖とクリープをたっぷり入れ、実に美味しそうに飲んでいました。

甘い甘いコーヒーを飲み終えると、今度はきゅうちゃんが屈伸運動をしているすぐ横に並び、曲がつた腰

をググーっと伸ばして同じように膝を曲げ伸ばしていました。

普段は上体が九十五度に折れ曲がっているのでも小さくてコンパクトなのですが、この時ばかりは、わーっ！と一気に伸び上がり、思いつきりお義母さんの顔が私の顔に近づくので、びっくり仰天してよく大笑いしたものです。その姿の可愛かったこと……。今でも思い出すとつい笑ってしまいます。

「普段のわたし・着替えについて」（きゅうちゃんの手記より）

いろいろ考える時間はウンザリするほどありました。

なにしろ目に映るもの全てが上下左右に揺れているものですから、テレビはおろか新聞も読めないし、時間を潰すための手段はパソコン画に顔をくっつけてメールやオセロなどのゲームをするくらいです。

いくらなんでも、まさか一日中しているわけにもいきません。

どうしても、これからのことや体のことをあれこれ考えてしまい、ふと気が付いてみると、じつと無言で過ごしていることが常でした。おぶくろともほとんど話をしていなかったと思います。

幸い失語症にはなりませんでしたが、構音障害といつて発音が上手くできなくなってしまうました。みんなが私の言葉を聞くと、なんだか知恵遅れの子供が喋っているような感じになると思いますが、それ



ならそれでもいいや！

私は私。(ありのままでもいいのだ) と思ったり、とても気が楽になりました。

でも毎日なるべく喋るようにしていました。でなければ口の周りも麻痺で固まってしまいそうで……。女房も私の言っていることがわからないと何度でも聞いてくれます。しつこいな！と思ったことはほとんどありませんでした。むしろ分からないのに分かったふりをされるより、ずっと嬉しいことです。そんなほんの少しのことでも、お互いの信頼関係ができていくのではないのでしょうか？

毎日日本当にゆっくりゆっくり時間が流れていきます。

お袋も、私の手を洗ってくれたり、女房が仕事に行っている時なども、いろいろと世話をしてくれていました。腰が九十五度に曲がってはいますがまだまだ元気で、一所懸命掃除や洗濯をして、長い一日と一緒に過ごしました。でも、なるべく女房が安心して出掛けることができるように、少しでも自分のことは自分でできるように努力していききたいのです。

『ちゃんと朝晩パジャマに着替えること。そして自分で衣服の着脱をすること』
常にメリハリのある生活にして行かなければいけないと思います。

もともとの私の性格もあるかもしれませんが、ただでさえも半身不随で動くのが倒になりがちなのに、それに甘えて、だらだらとした生活の習慣がついてしまうのがとても怖かったです。

(なにもわざわざ着替えなどしなくても、家族しか見ていないのだし、何処へも出掛けることもないのだから着替える必要などないのだ) と思いがちですが……、

(そうじゃない!) 自分自身の問題のみならず、着替えをしない人間が暗い雰囲気の家の中にいるだけで、

他の人たちもとても暗い気分になるのではないかと思えるようになりました。

考え方を一八〇度変えて、少しでも雰囲気明るくなるような色の服を着てみました。

以前ゴルフをしていた時に、好んでよく着ていた明るい色のポロシャツを、女房に出してきてもらっているのです。すると不思議なもので気分まで少しは明るくなってくるものです。

身に付けているものでこうも違うとは、今まで思っても見ませんでした。

「きゆうちゃんの回復記録 二〇〇〇年」

退院後の身体の変化や障害受容をまとめたきゆうちゃん自身の記録です。

まだまだ手探り状態で試行錯誤の連続でしたが、この一年は本当に毎日が驚きの連続でした。

●一月

耳の中でパチン！

左の悪い方の耳がパチンというとても聞こえがよくなる。まるでトンネルを抜けた時に、急に音がよく聞こえるようになった時のような感じだ。

常に左耳からは静脈の「ザーツ」という音がしている。右の耳からは動脈の「シュツシュツ」という音がずっと聞こえていて、他の音がよく聞き取れない。

左目が全く閉じてくれないため、乾燥防止のために精製水で湿らせたガーゼを当てているので、片目ですす遠近感もなくなつて泣きたいくらい不自由だ……。

病院で出してもらつた目薬を朝晩必ず点して潤いを保つようになっているが、全く涙が出ないから、普段もなるべく左手で目の周りを絶えずマッサージするように頑張る！

今までの反動かな？病院では差し入れ禁止で女房が正直にキッチリ厳守していたため、とにかく甘いものが食べたくて食べたくて仕方ない。

女房に頼み込んで、羊羹やら饅頭やらを買つてきてもらい、食べまくりの日々だ。うまかった！

●二月

ほとんど毎日が一日おきに排便がある。動かないため、便秘予防に弱い暖下剤を服用しているがたぶんそのお陰かもしれない。便意はかすかにある感じだ。なるべく毎食後に車椅子でトイレへ行き、手すりに掴まって女房の介助で座つて十五分はゆっくりとしている。

実は嬉しいことに女房が退院前に移動用の乗り物を作ってくれていた。

私はいつも食事は畳の上に座つて摂っているので、どうしてもトイレまではお尻でいざつていかなければならないのだ。そこで考えたのがお尻だけ乗つかるキャスター付の移動グッズだ。これは本当に楽でお尻への負担が少ないので助かったが、勢いを付けて滑っていたら後ろにひっくり返つてしまい、後頭部を打ってしまった。



びっくりした女房が、今度は背もたれ付きのを作ると言い出したので、

「それなら最初から車椅子の方がずっと安心だ」と言って、みんなで大笑した。

そして個室で独り孤独を楽しむために、女房がいろいろ考えてくれた。

文字盤が大きな時計を壁に掛けてくれて、座っている時間がわかるようになった。余計に座らなくてすんだのでよかった！それと目の前に書き込み式の大きなカレンダーを掛けて、女房がいろいろと書き込んだものを読んだりあれこれ考えたりして、なるべく排便を促す努力をしてみる。

一日中車椅子で過ごしているため、背中や足腰が痛むのはじっとしているのがマイナスなのだろうか？取り敢えずシップと朝晩のマッサージを続ける。

夕方になると右の手のひらや足先がむくんでくるのがはつきりとわかる。たぶん運動不足のせいだろう。

●三月

あまり眼帯ばかりしていると、機能が衰えてだんだん視力が落ちてしまうそうなので、眼帯を時々外してみる。でも、景色が二重に見えるため、すぐに疲れてしまうので、またすぐに眼帯をつける。その成が表れたのか、今まで景色が黄色っぽく見えていたのが、何となく白っぽく、普に見えるようになってきた。例えて言うところ、今までは電球の光だったのが蛍光灯に変わったといった感じだろうか？

今月の大きな変化は、朝あくびをすると右の腕や手のひらがぐぐーっと伸びて、まるで猫が伸びをする時のように、手のひらも目一杯広がるようになった。

毎日相変わらず座っているばかりなので、お尻が床ずれのように赤くなっている。

気をつけなければと、時々トイレの入りの手摺に掴まって屈伸運動をして頑張る。

●四月

今まで、常時景色が二重に上下左右に揺れていたのが、最近になってほんの少しだけ少なくなってきたようだ。主治医の先生の話では、「残念ながら平衡感覚がやられているから、揺れは一生続くでしょう。あとはだんだん慣れてくれるのを待つしかないかな……」とのこと。そうか、それなら一生仲良く付き合っていくかなきゃあ……。

相変わらず、夕方の手足のむくみは変わらない。膝上の痛みあり。

この頃から、毎回トイレへ行った時にトイレ横の手すりに掴まって、必ず十回、屈伸運動をすることにした。せっかく行くのに手ぶらで帰ってくる手はないよね。

朝も起き上がる前に、寝床の中で腕の上げ下げや寝返り運動なども、やはり二十回くらいずつ実行することにする！

●五月

何とか膝上の痛みがなくなった。考えるとシップも然ることながら、やはり毎晩女房がマッサージをしてくれているのが良かったのかもしれない。夜などはほとんど居眠りをしながらのマッサージだったけどね。(笑) マッサージの方法は元気な左足も同様で、まず足の指を一本ずつグルグル回していき、足の裏を揉み解す。その後何をやるのかと思えば、足首を持ってこれもまたグルグル回しアキレス腱を伸ばしたり縮めたりして

から、やっと^{いふくはし}脹脛を膝に向かつて揉み上げていくのだ。それから腿を両手でこれでもか！と言わんばかりにマッサージするが、もし私が逆の立場だったらたぶん……やらない。

それからはなるべく車椅子に座っている時でも、自分でできる限り暇さえあれば左足で右足の足を揉むようにしている。

●六月

MY車椅子届く！

やっと自分の車椅子が出来上がった。高さも注文どおりで好調。

嬉しいことに、なんと右足の親指と人差し指がわずかに動いた！

そして、今までは仰向けにならないと右膝の屈伸ができなかったのが、ある日車椅子に乗っている時でもできるということが判明した。逆にこれからはまだ新しい運動が増えてしまった。



しかし腿の内側がとても痛いので、朝晩仰向けに寝てひたすら開脚運動をして、内側の筋を伸ばしてみるが効はほとんどない。使っていない筋肉も動き出したのだろうか？

退院後初めて味噌ラーメンを食べてみる。今までは汁物なんてとんでもない！麻痺側の口の横から、汁がみんなこぼれ落ちてしまうのがオチだと避けていたけれど、思い切って挑戦！こぼれたってかまうものか！エプロンという強い味方があるのだ！

ところが思っていたよりもこぼさずに食べることができた！とても嬉しい！ずっとずっと大好きな

ラーメンを我慢し続けてきたせいか、最高に旨かった。

退院後半年が過ぎて、手足や顔の麻痺にも少しずつ慣れてきたような気がする。

やはりマッサージは血行を良くするので正解だったかもしれない。

●七月

女房が電気エアーマッサージャーを買ってきた。

なんでも空気の圧力で脛脛や足首をマッサージするものだそうで、何だかよくわからないがせっかくだからやってみることにした。

正直言って、最初は半信半疑で効なんてほとんど期待していなかったが、なんと！三日ほど続けていたら右足先が痺れるような気がしたのだ。そして、毎日夕方には足先がとても冷たくなってむくんでいたのが、この日を境に改善されたのだ。これは凄いことだ！

こうなると、女房に文句を言わなくてよかったかもしれない。これはずっと続けようと決心した。

顔は麻痺側の頬（左側）をひっぱると、少し痛いのがわかる。相変わらず顔は曲がったまま、いつも泣きそうな顔をしているようだ。自分の顔を鏡で見てもよく見えないので、まあ仕方ないね。

ビールも吞めた！

夜、寝床に入ってから飲兵衛の女房がビールを持ってやってきた。一瞬（このやろう！）と思ったが、考えを変えて私も吞んでみることにした。倒れる前は大酒呑みだった私は、これを機に禁酒を余儀なくされていた。が、少しくらいならと挑戦！水分は吸い込む時に頬まで一緒に吸い込んでしまつて、時には嚙んで怪

我をするので要注意なのだ。

すると、今までの麻痺側の口から完全にこぼれてしまっていたのが、なんとか無事にこぼさずに吞むことができたのだ。感激！ 酒だからかしら……？ 細いビールグラスを持つ手が嬉しさで震えていた。

入浴も、今までは毎晩女房が身体を拭いてくれていたが、いよいよ暑くなってきたので行水をするにしました。

まず、車椅子で浴室の近くまで行き上着、ズボンと靴下を脱いで手すりにつたわりながら浴室へ行き、一段低い浴室のタイルの上へ降りてガーデン用の大きな白いプラスチックの椅子に座って身体を洗ってもらうのだ。でも、我が家の風呂はシャワーがないので女房はちよつと大変だ。

足がまだ安定しないため、とても怖い。装具をつけたままだったらいいかもしれない。

●八月

ずっと口の周りが痺れている感じが続いている。まるで歯医者さんで歯を抜く時の麻酔が効いているような状態だ。

でも毎晩の歯磨きの時も、何となく感覚がわかるようになってきたようだ。歯槽膿漏のため、女房が念入りに歯茎をマッサージしてくれているので、余計なのかもしれないが、ジーンと歯茎や頬の内側が感じる。

今月は嬉しい変化が多いのもとても嬉しい。

まず、右足の親指が上下に動いた。動かす時に気を付けて脛脛を左手で持ってみる。

明らかに脛脛の筋肉もちゃんと動いているではないか！

よしっ！ これなら少しずつ自力で血液の循環を良くすることができ、足の筋肉も少しずつでもついてくれるかもしれないな。ますます頑張ろうと思う。

あと、毎晩必ず血圧を測っているのだが、最近腕に巻いた血圧計の空気が入ったり抜けたりする感覚がわかるのだ。そして、その後に右腕から肩にかけて時々ピクピクっと痙攣する。だんだん感覚がもどってきているのだと嬉しいのだが……。

手の方も変化が現れ、右の指が一本一本動いた。手のひらがじゃんけんのグーの状態からパーの開いた形に動くのだ。毎日手のひらを広げたり縮めたりしている運動がよかったのかな？

毎日暇さえあれば右手を伸ばした膝の上に乗つけて、左手で右指の関節をマッサージして曲げ伸ばしや揉みほぐしを繰り返していたからかも？と信じている。

●九月

普段でも左の耳たぶを下へひっぱって大きな口を開けると、

「パチン！」といって耳の聞こえが良くなり、自分の声がとても大きく聞こえて逆にうるさい！

麻痺側の左目の外側が連日びくびくしている。自律神経失調症だろうか？ 毎日左側の頬骨からコメカミのあたりを嫌というほど上下左右にマッサージをしているせいかな？

発見！ 爪を切ってももらった時に気が付いたのだが、右手より左手の方が伸びが早いのだ。そして右の爪は柔らかくて切っても音がしない。神経がっていないからなのだろうか？

そうそう！ 髭は逆で右側の方が伸び方が早いものには驚いた！

全く不思議なことばかりで毎日飽きない。

●十月

顔の外側は左半分が感じて、右半分はほとんど感じない。しかし顔の内側は逆で、右半分感じて左半分は全く感じなかったけれど最近髪を剃っている時に感触がわかるのだ。

内側も、冷たいものと暖かいものなどが少しわかるようになってきたし、ある時たまにお煎餅のしょっぱいのがよくわかって頬の内側がヒリヒリ痛かった。

いつものようにトイレへ立った時の屈伸運動の時右足に力を入れてみたら、全体が痺れたような感じがした。明らかに感覚が少しずつ戻ってきていることを実感！さっそく気をよくして運動を十回から二十回に増やした。少しでも筋肉を増やしたいと思う。がんばれがんばれ！

お風呂に入った時に、右足の裏をタイルの上へ下ろした時に足の裏が冷たく感じた。

何だか快感！（笑）

●十一月

先月の後半あたりからかなりバランスが悪く、両目とも激しく揺れている。ちょっと下を向くとすぐに揺れる。全く困ったものだ……。特に朝がひどく、右目は縦揺れで左目は横揺れときている。

「よく酔わないね」と女房が冗談を言っただけで笑わせた。

でも毎日の屈伸運動の時に先月より右足が痺れているが、自分なりにとてもよい兆候だと信じているのだ。

前向きに考えていればなんでも楽しみになるような気がする。できるだけ右側に重心をかけるようにして筋肉をつけるようにしようと思う。

喋ることに関しては、少しずつ言葉の発音がはっきりしてきているらしい。でも毎日状態はコロコロ変わり、日によつては呂律が回らないことさえあるため、自分でも喋り辛くて仕方がない。でもチクチクと歯の痛みがわかるし、頬骨のあたりも存在感がでてきている。

嬉しい進歩だ！

そして何よりも感激したのは、足を伸ばして座った状態から両足揃えて膝を立てることができるようになったことだ。

それからは暇さえあれば、左右関係なくあらゆる所を常に動かしているのだが、脳外科の先生は

「もうある程度の回復は止まった」と、ただなら発言。でもこれはお医者さんの言葉で、これからは自分の努力だと思う。

負けないぞ！

もう一つ一歩前進をした。これもまた仰向けに寝転がった状態で、右足首が上下に動いたのだ。何気なくやってみたらできたので、本当に驚いた。

私はいつも動いている手足をイメージしながらリハビリをしているが、これはかなり効があると思う。いつもいつも繰り返しイメージし続けると、本当に実現していく気がするのだ。

顔麻痺のために口の左側の皮がたれているので、常に舌で上のほうへ押し上げているのだが、最近は頬の内側をよく噛んでしまう。少しずつ内側の肉が盛り上がってきたのだろうか？

そのせいか頬に一枚肉が覆いかぶさっているような感覚で、すこぶる喋りにくい。自分が喋りにくい時には、相手も非常に聞き取りにくいようだ。まあ当分は仕方ないね。

驚いたことにふと気が付くと、あれだけ耳の中でうるさかった静脈や動脈の音はほとんど聞こえなくなりまわりの音がわりとよく聞こえるようになってきたのだ。多少は聞こえているが、随分小さくなっているように感じた。

目のほうも変化あり。

今まで二重に見えていたけれど、最近では同じ二重でも幅が狭くなって物と物とがくつついてきた！少し見やすくなって嬉しい。

●十一月

十一月末あたりから、右手の親指が内側に丸まるようになった。手のひらを握った時に親指だけ曲がりきらずにいたけれど、きれいな握り拳（にぎこぶし）を作ることができた。

でも足の方はあまり関節を柔らかくしてしまつと、立つときに安定が悪くなるかな？

この所、夜中寝ている時にふと気が付くと、私の右手が女房のお尻の下にあることがわかってしまうようになった。

以前は踏まれても噛まれても、全くわからなかったのにね！

一日中パソコンをしていると右の腰が痛くなってくるのもわかってきた。

耳の方も静脈や動脈の音がますます小さくなり、気にならなくなったので、ストレスもだいぶ少なくなつ

た気がする。

連日ひたすら筋力トレーニングに精を出す。

寒い朝はどうしても血液の循環が悪くなるせいか、移動がぎこちない。でも朝はレースンやピーナッツなどのドライフルーツを食べているのがよいのか、肌もそれほどカサカサしていないし、手足もそれほど冷たくないのだ。

食事の内容も幅が広がり、麺類もだいぶ慣れたので、最後まできれいに食べることができるようになったのが何よりの喜びだ。

これで一応二〇〇〇年の回復記録は終わりです。いろいろ数え上げたらきりがありませんが、大まかな回復の流れを記録してみました。

二〇〇一年に入ってから上半期は特に目立つての変化はありませんでした。ただ毎日淡々と自分なりのリハビリを考えながら過ごしていました。

しかし夏ごろからまた少しずつ変化が始まったのです。

七月あたりから上半身に痺れを感じ、特に右脇腹あたりの感覚が戻ってきたようで暫くは引きつったような不快感に悩まされました。これは今でもたまに私を苦しめます。

足のほうも変化がありました。足全体の神経が一つに繋がったような感じがしたのです。そして立った時にも今までは身体の重さは足首だけで感じていましたが、この頃は土踏まずや親指の付け根にも感じ、身体

の重さと血液がっているという感覚を実感できるようになりました。驚くべきことです。

九月頃には再び口の周りやこめかみの辺りが“ちくちく”し始め、唇の内側もあまりかまなくなつて、ストローでなく、ちゃんと直接コップで飲み物を飲めるようになりました。

以前はお酒を浴びるほど呑んでもなかつたのが、梅酒少しで真つ赤になつてしまいました。(笑)

第3章 介護生活の始まりだ！

お義母さんの元気な頃

まだきゆうちゃんが七沢のリハビリ病院に入院している頃、たった一度だけお義母さんと駅前で待ち合わせと一緒に買い物をしたことがありました。

たしかあれは暮れに近い寒い日の夕方でした。駅まではアパートから歩いて十五分の距離でしたが、行きは下り坂なのでたぶん大丈夫だと思い、できるだけ体調の良さそうな日を見計らって待ち合わせの約束をしたのです。

夕刻で人里が多く、少し心配だったので、交差点でじっとお義母さんの姿を探していましたが、約束の時間になってもなかなか現れず、だんだん不安にかられて落ち着きをなくしかけた頃、遠くのほうから杖について必死で歩いてくる人影を発見しました。着膨きぶくれして達磨だるまさんのように真ん丸くなり、今にも転ぶのではないかと思うくらい左右に身体を揺すりながらやつて来ました！

何だか嬉しくなり、とても待ちきれずに信号無視をしてお義母さんの所へ駆け寄ってしまったのです。

息を弾ませ、私の顔を見るなり安心したのか、一瞬泣き出しそうになりましたが、頬を真っ赤に染めた小さな顔は、あつという間に満の笑顔でいっぱいになりました。

その日の買い物はたった一つ、お義母さんの靴でした。

実は逗子から引越してくる時に、間違ってお義母さんの靴が入った箱が廃棄処分のグループに入ってしまったようで、今までずっと『つつかけ』だけで過ごしていたのです。以前から『ハッシユバピー』の靴が大のお気に入り、ちょうど試着したオリーブ色のひも付きシューズがとても気に入、あつという間に決まりました。

久しぶりで、慣れない道を必死で歩いて来たため、かなり疲れてしまったとみえて、ちょっと椅子に座っただけでもう立てなくなっていました。残念でしたが、他の買い物は諦めて、すぐにタクシーで帰りました。でも、新しい靴がとても嬉しかったらしく、ニコニコしながら手にとつてずっと眺めていました。

「どんどん履いてでけなきゃあね！」と目を輝かせ、とても嬉しそうだったのが印象に残っています。

この頃、お義母さんはまだまだ足がしつかりしていて、普段もちゃんと前掛けを付けて洗濯物を干してくださっていました。倒くさがりやの私と違ってちゃんと洗濯ネットを使っていました。きれいにたたんだ洗濯物と一緒に、必ずネットもきちんとたたんで置いてあったのです。

当時二層式の洗濯機を使っていたのですが、脱水が終わって洗濯物をひっぱりあげる時に、絡まってとても骨がおれるので（あらかじめ少しずつネットに入れておくのだ）と教えていただきました。（なるほど、確かにこれは楽かもしれない）と私も真似をして一回は実行しましたが、二回目からはまたいつもと同じ。相変わらず脱水後、絡まった洗濯物を団子状のまま運んで干していました。



その頃のお義母さんのお楽しみは、二ヶ月に一回、孫娘一家が遊びに来て、みんなで買い物へ行き、楽しく夕食を囲むことでした。たいてい土曜日の夕方、私が仕事を終えて帰宅すると、玄関の外までちびちゃんの笑い声が聞こえていました。

「あ、来てる来てる！」とドアを開けると、姪夫婦、ヨチヨチ歩きのちびちゃんとお義母さん、そしてきゅうちゃんがニコニコしながら私を迎えてくれるのです。

夕方になると、みんな（私ときゅうちゃんは留守番でした）車に乗って近所のスーパーへ買い出しに行きました。

その晩は決まって、『すき焼き』か『焼肉』で盛り上がるのですが、お義母さんはもうちびちゃんが可愛くて目が離せず、姪が小皿にお肉や野菜を取ってあげても、食べるどころではありませんでした。家族みんなの笑顔の中で、ただじつと幸せを噛みしめているようでした。

そんな行事が何度か続いて、お義母さんは毎回ちびちゃんが来る日を心待ちにしましたが、次第に足腰も弱くなっていき、買い物へ行くことも難しくなっていたのです。

アパートのまわりが坂だったので、だんだん出掛けるのが億劫になり、家の中にいることが多くなったからかもしれません。しかも、引越してきてから近所に知り合いもなく、遊びに行ったり来たりの気分転換もありませんでした。私が仕事に行っている間、話し相手もないまま一人ぼっちにさせてしまったことが、お義母さんの老いを加速させてしまったのかも知れません。

せめて休みの日くらいは、お義母さんを買いたい物へ連れて行って楽しませてあげればよかったと、今更ながらに悔やんでいます。

きゅうちゃんが退院してからしばらくはなんとか自力で歩いていましたが、その後は半年間で徐々に歩行が難しくなっていました。

ヘルパーの講習にう！

以前からは非ヘルパー二級の講習を受けたいと思っていましたが、なかなか実行できませんでした。しかし、必ずいつかはやってくるであろうお義母さんの介護生活のことを考えると、それほど手の掛からない今のうちからい始めなければと、思い切って受講を決心したのです。

講習は週に一度で九時から四時まで（だったと思います）。三ヶ月間の講習でした。出かける時間がいつもと同じだったので慌てることもなく、さらに帰りは早めに帰宅できたので楽勝でした。

内容は、ほとんどが教室でのスクーリング（授業）で、先生の講義と介護実習でしたが、結構楽しくて、あっという間に一日が終わってしまい、ちよつと物足りなさを感じるくらいでした。

特に先生のヘルパー時代の体験談がとても興味深く、今でも参考になっています。

受講生はわずか十人という少人数で、圧迫感を感じることもなく、先生への質問も気楽にできました。私と同じで、身内の介護をするために勉強をしようと意欲満々の方たちばかりだったので、すぐに打ち解け、昼食の時間は全員輪になって介護談議に花を咲かせたものです。

最後の三回は施設実習があり、二人一組になって患者さんと直接接触し合い、生の介護を体験するものでし

たが、これはかなりいい勉強になりました。

三回のうち二回は病院、もう一回はデイサービスの実習でした。今思うと、その体験がなければ、お義母さんを預かっていただくことに対しての感謝の気持ちなど、全く持てなかったかもしれないません。

教室での講習もすぐに役立つことばかりでしたが、やはり実践しないと本当に「ペーパーヘルパー」で終わってしまいます。そして、介護者同志の横の繋がりを持つことの大切さを、ずっと後になって実感しました。お義母さんの介護で行き詰まってしまったとき、いろいろな情報交換しあったりしてとても救われたのです。この時のありがたさは今でも忘れません。

私の場合は、終了してから実践するまでにはかなり期間が経ってしまったので、たまにスクーリングの時のノートや教本を開いて復習していました。

今思うと少々無理をしても勉強をしておいて正解でした。そしていくら忙しくても、その気になれば時間は充分作れるもののだと、改めて痛感しました。やはり基本がわかっていることで、毎日の介護がずつとしやすくなり、精神的にも余裕が出てくるのではないかと思います。

妄想がやってきた！

お義母さんに家事をお願いして、その頃、私はまだ鎌倉の病院まで つていました。ちよつと心配でしたが、トイレでのきゅうちゃんのズボンの上げ降ろしは、お義母さんがちゃんとしてくださっていたのです。

できるだけのことはして行きたいと思ったので、おやつの支度に夕食の下ごしらえまでして、出掛けていました。当時はそれで充分大丈夫でしたが、きゅうちゃんが退院して一年ほど経った頃から、お義母さんは何をするにも時間が掛かるようになってきたのです。

私が仕事に出掛けてから、きゅうちゃんとお義母さんとで朝食をとっていたのですが、パンを焼き始めてから食べ始めるまで、なんと一時間もかかってしまうと聞いてびっくりしました。

しかも手足に力が入らなくなったようで、洗い物をしていてうっかりお皿を落としたり、何度もよろけて転んだりするようになったのです。

そんなある日、仕事から帰ると、血液の着いたティッシュが、そつとゴミ箱の隅に捨ててあるのを発見しました。びっくりしてそれとなくきゅうちゃんに聞いてみると、洗濯物を干そうとして背伸びをした時によろけてしまい、倒れて肘を打ったそうでした。

すぐに消毒をして手当てをしようと患部を見た時、思わず鳥肌がたちました。5cmほどの傷口がパツクリと口を開け、なんと薄ピンク色の肉が見えているではありませんか！ たぶん心配をかけまいと思い、必死で隠そうとしていたのでしょうかね。いつもそんな風に気遣いをする人でした。

（こりやあまずい、いよいよ本気で考えなくちゃいけないかもしれない……）と思いました。この時は、（まだまだ大丈夫！）という気持ちの方が勝っていました。大好きな仕事だけにできる限り長く続けたかったのだ、それほど深刻に考えていませんでしたが、やはりそれも長くは続きませんでした。

お義母さんは、身体が動かなくなっただけではなく、ボーっとして何もできなくなってきたのです。

この頃から音に対してとても敏感になり、少しの物音にも怯えるようになりました。

例えば私が台所で洗い物をしている時、食器のガチャガチャする音を聞いて、

「ちえちゃんがお皿を投げている。でも上手に投げるから割れないんだよね」

などと言いい、外で雷の音が聞こえると空襲だと思わらしく、（爆弾が落ちるから早く逃げなければ！）と家の中を、ウロウロと歩き回ったりするのです。

しかも夜になると、必ず玄関に誰かが来て、ドアを開けたり閉めたりしていると仰いだすのです。

その誰かはほとんどが子供らしく、とても怖がっていたので、なんとかして不安を取り除いてあげようと玄関まで行き、

「いないよ。大丈夫だから安心していいよ」と言うのですが、安心するどころか、

「あんたが行くとびつくりして逃げるからいないんだよ」と怒る始末。

これが、いわゆる痴呆による妄想なのだろうか？ だとしたら、とても長時間の仕事は無理だと思い、迷わず退職しました。二〇〇一年五月のことでした。

何よりも長い時間お義母さん一緒にいるきゅうちゃんが一番大変です。こうなったら、こちらがその都度状況に合わせて変えていくしかありません。

でも、経済的に全く仕事を辞めてしまうわけにもいかず、翌月から近くのスーパーでパートとして働くことにしたのです。勤務時間は午後一時から五時までで、買い物をして帰ると六時近くになってしまいました。が、歩いて五分という近さなので精神的にとっても楽でした。

朝食を済ませてから洗濯掃除、きゅうちゃんの洗顔、歯磨き、リハビリなどを全て済ませ、お昼のフルーツを出しておやつを支度をして出勤していました。

天気の良い日などは、洗濯をして干してから出掛けなのですが、私が帰る頃にはもうすっかり湿ってしまったため、どうしても出掛けに取り込まなければなりませんでした。

私の留守中はなんとか二人で穏やかに過ごしていたようでした。しかし、それも長くは続かず、次第にお義母さんはきゅうちゃんのトイレの手助けもできなくなり、いよいよきゅうちゃんも自分でズボンの上げ降ろしをしなければならなくなりました。

でも都合のいいことに、とても狭いトイレなので、ちょっとした工夫でとても上手い具合にクリアすることができたのです。大感激した私は思わず拍手を送りました。(笑)

トイレへ入って便器の前の手すりに掴まって立ち、身体が安定したら壁に額をくっつけて身体を支え、使える方の手でズボンを上げたり下げたりするのです。おみごと！ 人間必要に迫られて切羽詰ると、結構いい方法が見つかるものですね？

リハビリパンツ

その頃から、本格的にお義母さんの尿対策が始まりました。

最初は自分で生理用ナプキンをあてがって尿漏れ対策をしていたようでしたが、そのうちに間に合わ



ず、尿取りパッドの段階になってしまったのです。

ある日仕事から帰って来ると、部屋中いっぱい尿の匂いが充満していました。

一日中お義母さんと一緒にいるきゆうちゃんにはわからなかったようですが、どうやらお義母さんのおしりの下のようにでした。ナブキンではやはり吸収しきれずにズボンまで染み透り、しかも座っていた座布団にも染み込んで畳までもが濡れていたのです。

あまり大げさに騒いでしまうと、お義母さんはもちろんのこと、息子のきゆうちゃんもショックを受けることでしよう。取り敢えずそつと隣室で着替えをさせ、座布団や畳の応急処置を済ませました。

一応自分でトイレへ行くのだと思いますが、ギリギリの状態にならないと尿意がわからず、トイレへ行った時にはすでに遅しで、しゃがむ前に濡らしてしまうのだと思うのです。ズボンを下ろす手にも力が入らなくなつたので、ますます時間がかかり失敗してしまうのでしょうか。

万が一私の留守中、トイレがオシッコの池になっていたら、始末することなどきゆうちゃんには到底できないのですから困ってしまうでしょう。

どうしたらいいものかと悩みに悩んでいろいろ考えた結果、それならリハビリパンツはどうかと思い、思い切って買ってきたのです。

きつとお義母さんなりにプライドがあるのではないかと、なかなか切り出せませんでした。驚いたことに、買ってきたピンクのリハビリパンツをさつそく試着してくださり、ホッとした表情で、

「あら、とっても軽いわよ。いろいろ気を遣わせちゃってごめんね。ほんとにどうもありがとう」と言ってくださったのです。あまりにも意外な反応で、びっくりしたと同時にとても嬉しかったのですが、それ以上

に申し訳ない気持ちでいっぱいでした。

最初は薄型パンツで大丈夫でしたが、次第にそれでは間に合わなくなり、半年後には一番吸収力の強いものに変わっていました。泌尿器系の機能が低下し、尿が出ている感覚も失われたのではないかと思います。

それにしても、一〇〇%尿を吸収していると、なんて凄い重さなのだろう！ あんなに小さな身体から、よくこんなにたくさんさんの水分が出るものだと驚きました。この頃は、きつと大好きなお茶をたくさん飲んでいたのですね。

お義母さんの場合、主に妄想が激しくて、いつも子供がいる子供がいると言って怖がっていました。昔、子供が関係することで何か嫌な出来事があったのでしょうか？ よく、高齢になると、昔あった出来事や気になっていたことなどが甦り、それがとても強く出てくるものだと聞いたことがあります

でも、彼らはお義母さんにしか見えないのですから、最初は本当に戸惑いました。ヘルパーの研修の時には、けっして妄想を否定しないようにと教わりました。

なんとか話を合わせるようにはしていましたが、たまに私が調子に乗って合わせ過ぎたりすると、

「本当のことを言ってよ……」とべそをかいいたり、怒り出したりするのでかなり悩みました。知り合いのヘルパーさんは、「常に役者になりなさい」と、アドバイスしてくれたのですが、すぐに嘘を見破られてしまうほど演技が下手なので、それは私にとって非常に困難なことでした。

朝もリハビリパンツでは吸収しきれずに、よく布団を汚してしまっていました。ある日、

「子供が来てオシッコして帰っていった」などと、すました顔をして言ったのです。

いつもなら（また汚した！）と、カッときて不機嫌になる私ですが、その一言でなんだかおかしくなって腹が立つのも忘れてしまいました。

そして、きゅうちゃんが、

「子供なんていないよ。しかもこんな時間に来るわけがないだろう……」などと言うものなら、

「あんたがおかしいんだよ！ あんたの方こそ、薬飲むの忘れたんじゃないの？」（大笑い！）

風邪で倒れる

二〇〇一年の暮れ、介護保険の認定審査のため、お義母さんと二人で近所の医院へ診察に出掛けました。待合室は風邪っぴきの患者さんで溢れていて、一時間以上は待ったでしようか。

暖房が効き過ぎてとても暑く、二人で大汗をかいてしまったので、

「お義母さん、風邪をひかなければいいけどな……」と、心配していました。

待っている間中、お義母さんは待合室を走り回る子供たちをニコニコしながら見ていたのですが、その菩薩様のような眼差しを見るのも、これが最後になるとは、この時夢にも思いませんでした。

心配していたとおり、その時にすっかり風邪の菌をもらったようで、翌朝から熱を出してしまったのです。平熱が低いだけにかなり辛かったのではないかと思います。それなのに、お義母さんは、

「大丈夫」

「どこも痛くないわよ」

「どうもありがとう」

この三つの意思表示のみを繰り返すばかりで、後はほとんど眠っているだけでした。

当然私も仕事を休んで様子を見ていましたが、看病の甲斐があつてか、少しずつ熱が下がりはじめ、二日目の朝からは普通に食事を摂ってくれるようになりました。ところが、翌朝起きてみると、顔がパンパンに腫れあがつて真っ赤になっていたのでびっくりしました。意識はあるのですが、

「お義母さん、お義母さん」と呼びかけても全く反応せず、さすが流石の私もうろたえました。ただ、両目の焦点も定まらないまま、何かを掴もうとさかんに両手を動かすばかりでした。今までそのようなしぐさをしたことはなく、何か急に思考感覚がおかしくなってしまったかのように思えました。

熱を測るとなんと三九度もあり、呼吸も荒くてとても私の手にはおえなくなったので、急いで救急車を呼びました。(いざという時には、救急車を呼んでしまったほうが絶対正解です！)

診察の結、風邪だということでブドウ糖と抗生物質の点滴を打ち、だいぶ落ち着いた様子でしたが、明らかにいつもと違っていたのです。

その後看護師さんがみえて、

「点滴が終わったら帰っても良いですよ」と言いましたが、お義母さんは再び朝と同じように、何かを掴もうとさかんに両手を動かし始めたのです。こんな状態のまま、私一人で連れて帰るにはあまりにも不安だったので、ここ二、三日の症状を必死で訴えました。



すると先生は少し考えていらして、

「最悪の場合、風邪の菌が脊髄に入った可能性があるので、髄液を採って調べてみましょう」

そのとき、私は、もしそうだったら、きっと入院させてもらえると密かに期待をしましたが、残念ながら（ごめんなさい）異常はないということでした。

「他にも、もっと具合の悪い患者さんがいらつしやるので、落ち着いたらどうぞお帰りください」

鬼のような冷たい言葉にどうしても納得できず、私は看護師さんにいきなりくつてかかりました。連日の看病疲れで精神状態も普ではなかったのです。

「まだ熱があるんですよ！ こんな状態で連れて帰れませんっ！ たとえ一晩でも病院で見てあげてください！ お願いますっ！」と土下座をして泣いて頼みましたが、冷淡なもので全く取り合ってもらえず、熱でグッタリしているお義母さんを抱きかかえるようにしてタクシーに乗せ、やつとの思いで帰りました。

朝から病院へ行って点滴や検査などをして、途中何度もきゆうちゃんトイレや食事を用意するために自宅と病院とを行き来し、やつとお義母さんと一緒に我が家へたどり着いたと思ったら、もう夜の八時過ぎでした。ほとんど気力だけで動いていたようなものです。

今考えれば、なんとか福祉の助けを借りて、心と身体負担を軽くするべきだったと思いますが、その時は無我夢中で何一つ考えが浮かびませんでした。

何度かこのようなことを経験していたら、それほどパニックにはならなかったでしょう。今まで病気一つしなかった人が、いきなり高熱を出したのですから仕方ありませんが、高齢なのだから、いつこのようなことが起きないとも限りません。いつでも心の準備だけはしておかなければいけないと、つくづく感じました。

それから三日後、必死の看病でようやく平熱に戻りました。しかし、これを機にますます足腰が弱くなつてしまったのです。

それでも、起き上がれるようになった時は、以前と同様に回復したかに見えましたが、とんでもない！トイレでのズボンの上げ降ろしなど、一人ではとても無理で、それどころか、行き帰りもちよつと目を離すと、よろけて後ろにひっくり返つてしまうのです。

でも、幸か不幸か腰が曲がっているので、尻餅をついてもごろんと横に転がって、それほど強く頭を打たなくて済んでいたようです。

トイレで格闘！

トイレと言えば、実にたくさんのエピソードがありました。病後、お母さん一人では安定が悪くて危ないので、必ず一緒に行くことにしていたのですが、困ったことに、いつも私がいらない時に一人でトイレへ行ってしまうのです。たぶん私の手を少しでも煩わせないようにと思っていたのでしょう。

そのたびきゅうちゃんが、

「ちえちゃんが帰ってくるまで待つていなー！」と言っていたそうです。でも、言うことを聞かないばかりか、危なっかしい足取りでトイレへ入り、挙句のてに、中から鍵をかけたままひっくり返つて大騒ぎをしたことがありました。その時は本当に寿命が縮む思いでした。

何度繰り返し返してもまたすぐに忘れてしまい、毎日起こるさまざまな出来事に、ほとほと悩まされたものです。さほどのことではなくても、毎日となると大事件に感じて、心身ともに疲れ、てしまい、心のゆとりなど全くありませんでした。むしろ、常に自分ひとりだけが家族の犠牲になり、辛い思いをしているのだと、悲観的になっていたのです。

その時の話ですが、仕事から帰ると、お義母さんの姿が何処にも見当たりません。私はすぐに、

「トイレの中で事件が起こっている！」と直感し、すぐにドアを開けようしましたが、開きません！

「お義母さん！、お義母さん！」と何度も何度も呼びました。全く応答がなかったので、仕方なくドアノブに付いている鍵穴へドライバーを突っ込んで、やっとの思いでドアを挟み開けたのです。

その瞬間！ 私は思わず卒倒しそうになりました。泥沼と化したトイレからなんとか引っぱり出して身体を起こすと、安心したのか急に泣き出してしまい、それを見た私もなんだかとても悲しくなり、涙もなく涙が溢れて止まりませんでした。私が助け出すまでの間、さぞや辛かったことでしょう。

その後、いったいどのようなようにして処理したのか、思い出そうとしてもさっぱり思い出せませんが、人間には『火事場の馬鹿力』という便利で不思議な裏技があるので、たぶんいつになく手際良く動き回り、ひたすら口で息をしながら、ありったけのボロキレを駆使して片付けたのだと思います。

これ以外にも、便にまつわる（笑える）思い出は数知れずありました。

お義母さんが用を足した後でトイレの中を覗くと、便座の上に便がちよこんと乗っかっていたり、りっぱなバナナ状でホコホコの便が水穴の外で横たわっていたりしました。

その度に私は無理をして、

「出たんだね！ よかったね」と言って笑っていましたが、最初の頃は結構苦痛でした。なにしろ、自分の便でさえも、なるべくなら見たくないと思っていたくらいでしたから。

いろいろありましたが、なんと言っても便秘にならなかったのが本当によかったと思います。排便（肛門から指を入れて硬くなった便を摘出すること）だけは、可哀想で絶対にしたくありませんでしたから。でも今思うと、排泄のお世話をさせてもらったことで、ずいぶん自分に自信が持てるようになりました。そして、不思議なことに幾度か繰り返し返すうちにとて清々しい気持ちになり、苦痛を感じなくなったのです。

親子でデイサービス

それからしばらくして、私は思い切って介護保険を利用しようと決心しました。

そうしなければ、私の留守中の負担が、全部きゆうちゃんに覆いかぶさってしまうからです。もう、私人の力では、きゆうちゃんのストレスを解消させてあげることができません。他に適切な解決方法が思い浮かばず、まさに八方塞りの状態だったのです。もはや、自分の都合ばかり考えてはいられなくなってきました。問題は数え切れないほどありました。とりわけ、私が心配し、悲しく思っていたのは、お義母さんが転んだ時のことでした。

車椅子に乗っているきゆうちゃん一人では、お義母さんを起こしてあげることにはできないのです。息子で

ある彼にとつて、それは死　ことよりもずっと辛いはずです。そんな悲しい思いだけは絶対にさせたくありません。

週に三回でも、お義母さんがデイサービスを利用することで、少しでもきゅうちゃんの負担が減ってくれればと思ったのです。

とにかく、何もかも初めてのことなので、最初は何一つわからず、戸惑うことばかりでした。区役所から紹介された地域のケアプラザに行き、担当のケアマネージャーとこれからの希望と方針を決めました。いくつかデイサービスを紹介していただき、検討を重ねました。

その結、お義母さんの場合は痴呆の症状があるので、こじんまりとした所の方がいいでしょうとの心遣いで、利用者さんがほんの十人ほどのデイサービスにお願いすることにしたのです。やはりあまり大きなところだと本人も萎縮してしまうでしょうし、充分目が行き届かないかもしれないので、小規模の方が安心だと思いました。

二〇〇二年六月六日、朝九時頃ヘルパーさんが迎えに来てくださいました。

この頃はまだゆっくりながらもしつかり歩けたので、送迎車まで楽に歩いて行くことができました。

送迎車の中にはもうすでに、二、三人のおじいちゃんおばあちゃんの利用者さんが乗っていて、ニコニコしながら待っていてくださったのです。とても和やかな雰囲気だったので、安心しました。でも、お義母さんは、とても不安で心細かったでしょうね？

なんとか無事にデイサービスへ送り出した後は、肩の荷が降りたようでホッとするのですが、同時に何か、

すつきりしない思いが残っていました。一方的にお義母さんをデイサービスに行かせるということに、私は罪の意識を感じずにいられませんでした。でも、このままではいろいろな意味で、三人とも 目になってしまうのではないかと、心を鬼にして決めたのですから、無理やり、（これでいいのだ！）と自分に言い聞かせることにしました。

結 的には、精神的、肉体的な負担がだいぶ少なくなったのと、きゅうちゃんの笑顔が増えてきたので、デイサービスを利用して正解だったのかもしれない。

最初の頃、お義母さんは、デイサービスに行くのがとても憂鬱そうでした。でも、何度か行っているうちに、「お友達ができたよ」と話してくれたので、少しは安心できるようになりました。

デイサービスでは毎月お誕生会を開いているそうで、運のいいことに、ちょうどこの六月がお義母さんの誕生日だったのです。さっそく皆さんがお祝いしてくださったので、馴染めなかった雰囲気や緊張感が解き放たれ、この一日で、だいぶお仲間さんやヘルパーさんたちに溶け込むことができたようでした。

お風呂も普 の家にあるような小さなお風呂で、その都度ヘルパーさんが入浴介助をしてくださるそうで、「いいって言っているのに、毎回頭を洗ってくれる」と、喜んでいました。

本当は元氣だった頃のように、我が家のお風呂にゆつくりとつかりたかったでしょうね。デイサービスでだけでなく、家でもちゃんとお風呂に入れてあげればよかった。

お義母さん、ごめんね……。

“ デイサービスを利用することで、私の肉体的、精神的負担は軽くなるはずだったのに、私の中の ” 罪悪感
は、さらに重い枷となつて私を苦しめたのです。

私の心配をよそに、デイサービスでは優等生のお義母さんでした。しかし、その反動なのか、デイサービスに行かない日はますます奇妙な行動をとるようになったので、今度は一日中お義母さんの相手をしているきゅうちゃんの方が参ってしまいました。

あまりのストレスに毎日イライラしっぱなしで、何をしてもすぐに怒り出し、それを受け止める私自身も萎縮してしまい、とても辛い日々が続きました。私は少しでもきゅうちゃんの気持ちに楽になればと、お義母さんが寝た後にゆっくり話を聴くことにしたのですが、彼のストレスは思っていたよりもひどくて、とても深刻な状態でした。ただでさえ、自分の身体が思いどおりにならず、辛い思いをしているのです。このままの状態が続いたら、今度はきゅうちゃんが倒れてしまうかもしれません。

きゅうちゃんのストレスのことを、ちゃんと考えてあげていなかった自分に情けなさを感じ、翌日再びケアマネージャーに相談しました。とにかく狭い家の中にいたのでは悪循環。みんな共倒れになってしまいました。一番良い方法は、きゅうちゃんもデイサービスへ行つて息抜きをすることだと思いましたが、どうしても気が進まないようで、一切取り合ってはくれませんでした。私も本当は無理に行つてほしくなかったのですが、それ以上この話には触れませんでした。

しかし、一時は保留という形をとったものの、やはりストレスには勝てなかったようで、今度は彼自ら、「お風呂に入りに行くつもりで行ってみようか？」と、決心してくれたのです。よほど辛かったのでしょうか。デイサービスというと、どうしてもお年寄りのための娯楽施設というイメージが強く、いったい何をしてみても一日を過ごしたらいいのか、とても不安だったのだと思います。そうですね。もし、私だったとしても、自分ひとりがまわりから浮いてしまいそうで、とても行く気にはなれなかったでしょう。

私としては、きゅうちゃんができるだけだけ外へ出ていろいろな人と友達になり、少しでも楽しい時間を過ごした方が良いのでは？ と思っていました。本人にとっては、”小さな親切大きなお世話”でしかなかったのかもしれないね。

せつかく本人が前向きになったのだから、少しでも早いほうがいいと、ケアマネジャーがさつそく手続きをしてくださり、翌週より毎週日曜日にお世話になることになりました。

その年の八月でした。

ホームヘルパーさんも頼む

お義母さんも最初はデイサービスだけでしたが、そのうち家にいる日にも（週に三日）ヘルパーさんに来てもらうようになりました。

普段は全く動かないのに、私が仕事に出掛けると、（待っていました！）とばかりにやたらと動き出すようになったからです。いったい何処にそんな隠れた力が潜んでいたのか、外に出ようとして玄関のところで転んだり、トイレへ行ったきり出てこなかったりと、きゅうちゃんと二人きりの時に何度か困ったことがありました。

そればかりではなく、たまに信じ難い行動も起こすようになったので、常に目が離せなくなりました。でも、たぶんお義母さんは、留守を預かっているのだから、（私がしつかりしていなきゃ！）とと思っていたのではないかと思います。

我が家の場合、ヘルパーさんをお願いしたことは、主にお義母さんの見守りと歩行練習、あとは洗濯物を取り込んでもらうといった感じでしたが、とても良くしてくださったので、本当に助かりました。ただ、三日ともヘルパーさんが違う方なので、最初はちよつと不安でしたが、お義母さんはすぐに打ち解けたようでした。ヘルパーさんたちは私の希望どおり、お義母さんの手をひいて歩行練習をしてくださいました。私がお義母さんに、

「今日は何周したの？」と尋ねると、よくごまかして、

「二十周よ」

「あら、随分たくさんまわったね」と言うと、とても得意げに笑っていたものです。

普段の細かい連絡事項はノートに書き、ヘルパーさんに読んでもらっていました。いつも意見や励ましの言葉などを書いてくださるので、とても楽しみでした。なかなか会う機会はありませんでした。文字と文字のキャッチボールによって親近感が生まれ、いつしかお互いの信頼関係を築き上げることができたように思います。全三冊ありますが、これぞ本当の意味での介護記録だと思っています。続けていて本当によかったです。これは一生の宝物です。

今になって思い出すとつい笑ってしまうのですが、私はヘルパーさんが来てくださる日は、部屋を綺麗に見せようと必死で掃除をしたり、片付けをしたりしていました。それを見ていたお義母さんも、つられて一緒に動き出すのです。お義母さんの性分でじっとしていられなかったのでしょうか。きゅうちゃんも笑って見ていました。

でも、毎朝お義母さんが粗相をした後片付けに追われるようになると、そうもしていられず、片付けもい

い加減になり、かなりちらかったまま仕事へ出掛けることが当たり前になってしまいました。慣れは本当に怖いものですね。

デイスービスへ行き始めた頃は、まだチョコチョコ歩いて送迎車まで往復していました。でも、歩けることとでかえって目が離せず、大変なことの方が多かったのは確かです。

デイスービスの食事は結構ボリュームがありました。揚げ物や炒め物などお義母さんの大好物はペロツとたいらげていたそうで、デイスービスのヘルパーさんもびっくりしていました。確かに年齢の割には食欲旺盛で、いつも私が作る下手な料理を、

「美味しい美味しい！」と言って、しっかり食べてくれていたのです。

少し多目でもけつして残しませんでした。そのおかげで元気でいられたのでしょね。

オシッコ問題

二〇〇三年になり、デイスービスの雰囲気やヘルパーさんとも気心が知れて、お義母さんもきゆうちゃんもすっかり慣れてしまいました。

しかし、お義母さんの妄想は一層ひどくなり、毎日暗くなると、じつと玄関の方を見ては、

「今ドアが開いて男が入ってきた」と怯えているのです。話を合わせようと、役者になったつもりで、

「一緒に玄関へ見に行こうよ。もしいたら、誘って一緒にお茶でも飲もうよ」

などとバカを言っでは、お義母さんを怒らせたり、呆れさせたり。もしかすると、私の下手な演技が、かえって症状を悪化させる原因をつくってしまったのかもしれない。

困ったことは他にもいろいろありました。ちよつと立ち上がろうとした瞬間、後ろにひっくり返って頭を打ったり、夜は「トイレの中に誰か」と言っでなかなか入ってくれなかったり、やつと入ってくれたと思ったら今度はなかなか出てこないのです。恐る恐るドアを開けると、中 downstairs 全部脱いでひっくり返り、ほとんど汚れていないリハビリパンツが足元に脱ぎ捨ててあったりしました。たぶん、リハビリパンツが汚れたと思って、こっそり自分で着替えようとしていたのでしょうね。いくらなんでも、一回脱いでしたものをまた履かせることもできず、しかたなく新しいパンツを履かせていました。

大人用のオムツやリハビリパンツは結構値段が高く、お義母さんの介護度ではまだ支給されないので、全て自己負担でした。ケチケチしているわけではないと思って、やつぱり（もったいない）という気持ちで一杯でした。悪いことに、その頃の私は何に対してもイライラしていて、ちよつとしたことでも感情的になってしまい、

「ちよつとくらい汚れても、ちゃんと吸収してくれるから大丈夫！ 後で替えてあげるからっ！」などと強く言ってしまうのです。結局その後、自己嫌悪に陥るのが常でした。

夜もなかなか立ち上がれず、寝る前のトイレへ連れて行くのが本当に大変でした。寝る前に済ませておかないと、かなりの尿なので、必ず布団を汚してしまうのです。



もちろん防水シートも敷いていましたが、何故か剥がしてしまうのでまるで役に立ちません。 気性が悪いので、蒸れて気持ちが悪かったのでしょうか？

防水シートのもので、発見がありました。一回だけでしたが、防水シートの真上で尿を漏らしてしまったことがあります。その時は、（よかった！）と思い、シートを剥がしたのですが、なぜかその下の布団も湿っていたのです。（これでは意味がないではないか！ でも、そんなはずはない……）と不思議に思っていました。ある日、なにげなくシートの裏に付いていた注意書きを呼んだ私は、（え！ うそ……）と、かなりショックを受けました。なんと、そこには、防水加工が施してあるものを洗った後、柔軟剤を使用すると、防水効がなくなるのだと書いてあったのです。なるほど、そういえば少しでも肌触りをよくしてあげたいと思い、毎回たっぷりと柔軟剤に浸していたのです。

結局このシートは役目をたさないまま、押入の”こやし“になってしまいました。

毎晩お義母さんが自分から動こうとしないのか、動けないのかわからないので、ただ根気良く立ち上がるのを待つしかありませんでしたが、放っておくとその場で寝てしまったり泣き出してしまったり……。

でも、突然正気に戻った時には必ずといっていいほど、

「ああ、情けない……」と自分を責めては落ち込んでいたのです。私はそのたびにお義母さんが可哀想になり、「みんな同じだよ！ 私だってよく失敗するんだから大丈夫！」と笑顔で元気づけていました。

私の休日

ある日、きゅうちゃんを担当してくださっているケアマネージャーが、

「デイサービスをもう一日増やしてみたら？」と仰ってくださいました。すると、きゅうちゃんは、

「もう一日なら行ってもいいよ」と、すんなりとオーケーしてくれたのです。

意外な発言に、「えっ。いいの？」と聞き返すと、

「いつもと同じメンバーより、曜日が違えば、また新しく友達ができるから」と、嬉しそうに言いました。きゅうちゃんもだいぶ雰囲気慣れ、今ではすっかり、おばあちゃんたちのアイドルだそうです。オセロや将棋の相手としてもひっぱりだこで大変だと、まんざらでもない顔で話してくれました。

でも、きゅうちゃんの本音は、行きたくなかったのだと思います。きっと、少しでも私に息抜きをさせようと無理をして、「行くよ」と言ってくれたのだと思っています。そして、ちょうど、お義母さんが行っている木曜日が空いていると言うので、その曜日に行くことになりました。

優しい思いやり、本当に嬉しかったです。きゅうちゃんありがとう！ ケアマネージャーも、たぶん私のことを考えたうえで、きゅうちゃんに話してくださったのでしょう。

お陰様で、週に一度はゆつくりと実家に行ったり友達と喋ったりして、かなりリフレッシュできるようになりました。それこそ本当にあつという間に一日が終わってしまいました。とても充実した時間を持てるようになり、また新鮮な気持ちで頑張ることができるようになったのです。

ところが、喜んでいたのもつかの間。私の中に少しずつ溜まっていたストレスのせい、何かある度

に『過換気症候群』^{かんきしょうこうぐん}の発作が起こるようになりました。あれこれ考えているうちにどんどん苦しくなり、呼吸困難になるのです。神経が高ぶると呼吸の回数が増えて、身体の中の二酸化炭素が不足するために起こるそう、自分の息をビニール袋の中に入れて、それをゆっくり吸ったり吐いたりするといいいとわれ、ひたすら実行していました。

確かに一時は楽になるのですが、ストレス自体が解消されるわけではないので、また繰り返すのです。そんな状態が三ヶ月ほど続きましたが、現在はまるで嘘のように消えてなくなりました。

ストレスが原因で胃潰瘍や脱毛症などになったりするのは知っていましたが、まさかこんな病気があったなどとは夢にも思いませんでした。なにしろ健康そのもので、病気とは全く無縁だっただけに、改めてストレスの怖さを身にしみて感じました。

そして、その頃から、また新たな問題が起こったのです。

初ショートステイ

朝、お義母さんを起こそうとして、掛け布団を剥いだ瞬間、ぎょっとしました！

なんと、下半身全部脱いできてしまったスッポンポンでした。しかし、不思議なことに、ズボンはまるで部屋の隅に投げてありましたが、いくら探してもリハビリパンツがないのです。いったい何処へ行ってしまっ



たのでしょ……？

それから二日後、行方不明だったリハビリパンツは、パリパリの状態で箆笥の中から出てきました。もしかしたら、汚してしまったので、わからないように隠したのかもしれませんが。確か講習会で似たような話を聞いたことがあります。もちろん怒る理由など全くないので、お義母さんには何も言いませんでした。

また、ある朝起きると、今度は布団のすぐ横の絨毯がぐっしりと濡れていて、お義母さんはリハビリパンツ一丁で寝ていました。と言うことは、まあ現場を目撃していたわけではないので定かではありませんが、たぶんトイレへ行ったつもりでしてしまっただけでしょう。間仕切りの襖を開けると、シーツがぐしょぐしょに丸められて部屋の隅に置かれていることもありました。どうやら、また子供が来ておねしょをして帰ったので、洗おうと思ったようです。

お義母さんは富山の人の人で、いつもきちんと襖を閉めて寝る習慣があり、その習慣をずっと大切にしてきましたが、それもちよつと無理になってきたので、きゅうちゃんと緊急会議を開催し、さっそくその晩から襖を全開にして寝ることにしたので、

しかし……、今度は、お義母さんがちよつと動いただけでもすぐに目が覚めてしまうので、逆に寝不足になってしまいました。(苦笑)

一度、何か夢でも見たのか、寝ぼけて窓を開け、ごていねいにもまたキッチンと閉めてから、庭に出て行ってしまったことがあります。明け方まだ薄暗い頃に、庭を歩いているお義母さんの姿を発見した時の、あの不気味な光景はまだハッキリと私の脳裏に刻み込まれています。自分の意志とはうらはらに、何者かに呼ばれて宙を歩いているかのような、そんな感じでした。

そんなことが続き、不眠と疲労のため、私もかなりの極限状態となり、精神安定剤を乱用するはめになったのです。しかし、肝心な時に効いてくれず、その代わりに職場で冷や汗と吐き気、全身の痺れに襲われ、倒れてしまったことがありました。職場の上司には心配をかけ、同僚にはこっぴどく叱られました。

流石の私も、これに懲りて安定剤を飲むのを一切やめたのですが、その分お酒を呑むが日に日に増えていったのです。

毎日毎日、本当に感心してしまうほどさまざまな事件が勃発するので、さすがの私ももう限界になり、ついにケアマネージャーに相談して、無理やり頼み込むようにして、ショートステイの利用をお願いすることにしました。たった一日でもいい。とにかく少しでもお義母さんと離れたかったのです。

しかし、すぐには空気がなくて、数日はかかるとのことでした。自分ひとりが大変な思いをしていると思ったら大違いです。急に申し込みをしても無理なのは当然です。でも、その時は本当に毎日が苦痛でした。できませんでした。できることなら逃げ出したい！ 何処かへ行ってしまいたいと思っていました。私がいなくなったら、毎日車椅子で必死に生きようと頑張っているきゆうちゃんを、いったい誰が守ってくれるというのだ！

（二人には私しかないんだよ！ そんなに弱くてどうするのだ！ 逃げたら一生後悔するぞ！）と、相変わ



らずお酒を呑んではその勢いで自分を励まし、また翌日から気を取り直して頑張るという状態を繰り返していました。

ショートステイに関して、きゆうちゃんは一切何も言いませんでした。今思うと、私とお義母さんの両方で彼を苦しめてしまったのだと思い、つくづく申し訳なかったと反省しています。

結局ケアマネージャーの特別の計らいで、なんとか二日後からの予約が取れて、私の希望り念願のショートステイと相成ったのであります。

逆効の結末

二泊三日のショートステイでしたが、これは大失敗に終わりました。

逆に、帰宅後のお義母さんのアフターケアの方が、よっぽど大変だったのです。

ショートステイの初日に、初めて老人保健施設やその雰囲気を目の当たりにして、本当にびっくりしました。最初に案内されたところはデイルームで、ざっと五十人くらいのお年寄りが坐っていました。ほとんどの方がお義母さんより遥かに状態が悪くて、なんだか場違いの所へ連れてきてしまったと思います、大きなショックを受けました。

やはり、今回もお義母さんに対しての後ろめたさがあったため、とても本当のことは言えないまま当日になってしまったのです。この日、お義母さんは出掛ける前からボーっとしている状態だったので、ずるい私

はそれを良いことに、ついにお泊りの事実を打ち明けませんでした。たぶん、本人は日帰りのデイサービスだと思っていたことでしょう。

手続きを済ませると、私はまるで逃げるようにして施設を後にし、バスに飛び乗りました。まるで姥捨山の心境です。途中何度もお義母さんの悲しそうな顔が目の前にあらわれましたが、それを払いのけるように、（今回だけなのだから！）と心の中で弁解しつづけていました。

しかし、おかしいもので、

（今頃はどうしているのかな？）とか、

（もうご飯食べたかな？）、夜になれば、

（もう寝たかな？）などと、四六時中気になって仕方ありませんでした。あんなに毎日お義母さんと離れたくて仕方なかったくせに、勝手なものです。

ショートステイが終わってお義母さんを施設に迎えに行く時は、本当に怖くてたまりませんでした。騙してしまった後ろめたさと、また今までの生活に戻るのだという恐怖感がごちゃごちゃに入り乱れ、こんな思いをするのなら、もう少し我慢をしてでも、家でみてあげていた方がずっといいと思ったほどでした。

うつうつと暗い気持ちで施設へ迎えに行きましたが、やはり恐れていたとおり、お義母さんにいきなり「騙された！」と泣かれてしまい、お互い立ち直るまでに随分時間がかかりました。

帰宅して一ヶ月近くお義母さんの混乱は続き、いつも来てくれているヘルパーさんに、

「あなたはどなたですか？」と尋ねたり、夕方になると私たちにも、

「もうそろそろあんたたち帰るんでしょう？」などと言ったりする始末。私のことも嫁ではなく、お手伝

いさんだと思っていたようです。

こちらの都合で無理やり騙すようにショートステイへ預けたことを、とても悔やみ、そして、自分を恨みました。世間から自分のことがどう思われているかを考えると、もう何一つ身動きが取れず、二度と福祉に助けを求めるのはよそうとさえ思いました。人からは、常に“いい嫁”として見られたかったのです。

精神的なショックからか、お義母さんのオネショや妄想はますますひどくなり、二月に入った頃、とうとう夜は完全にオムツにしなければならなくなりました。しかし、寝ている間に無意識にズボンを脱いでしまい、その後オムツまで取ってしまうので、新たな解決策が必要となったのです。きつとこれは、痴呆の症状のせいで、自分の意思とは裏腹にそのような行動をとってしまうのでしょうか。もはや腹を立てる次元の問題ではなさそうです。

いろいろ悩みましたが、とにかく、寝る前には、首に縄を付けてでもトイレへ連れて行くしかありませんでした。もう、それくらいの考えしか、頭に浮かんでこなかったのです。

毎朝毎晩そんなことの繰り返しで、布団やシーツの手入れでウンザリ……。しかも、お義母さんは、ほとんど自覚がなくなってしまうたようなので、何も言えません。ただただ黙って、自分を騙しながらやっていくしかありませんでした。でも、きゅうちゃんだけは、無言のうちにもちゃんとわかってくれたので、それだけでも充分頑張れたのだと思います。

つなぎパジャマへの罪悪感

ある日、思い余って実家の母に状況を話したところ、『つなぎパジャマ』を出してくれました。

母が看ていた祖父（三年前に他界）が一回だけ使用したものです。いつかは必要になることがあるかもしれないと、母が私のためにとっておいてくれたようです。

フアスナーに鍵が付いているため、自分では脱げないようになっていたので悩みは解消されますが、これだけは絶対に着せたくないと思いました。それこそ、拷問のようなものです。全くわからなくなってしまう話ですが、お義母さんは、まだまだその段階ではないように思えました。一度は断ったのですが、少しでも状況が良くなるのであればいたしかたありません。

きゅうちゃんに相談するのも気が引けましたが、取り敢えず持つて帰り、思い切って切り出すと、意外にも、「試しにやってみたら？ でも、黙って着せるのじゃなくて、お袋に一言うまく言ってからの方がいいかもよ」そうですよね？ 黙って着せれば、また混乱してしまうのは目に見えています。

「お義母さん、今晚からね、このパジャマにしたんだよ。この寒いのに、お義母さんがズボンを脱いでしまおうと風邪ひいちゃうからね。これなら暖かいし、オムツにしているから、夜もわざわざトイレへ起きなくても済むよ」

すると、お義母さんは以前のリハビリパンツの時と同じく、

「そんなに考えてもらって、ありがとう」

気持が伝わってくれたのか、鼻の頭を真っ赤にして泣いてしまいました。

「ごめんね。でも今までよりずっと楽になるからね？」と言って慰めました。この時もまた、自分自身が世界中で一番の罪悪人に思えて、泣きたいほど惨めでした。

お陰でその日からは一切布団を濡らすことはありませんでしたが、状態が悪い時は、

「着たくない！」と言って、とても怖い顔をするのです。そうだよ？ こんなの誰だって着たくないよね？ 何度か、もう着せるのはやめようかと思いい、きゅうちゃんに相談したところ、

「また同じことを繰り返すよ」とのお言葉でした。

”説得より納得”ということを、ヘルパーの講習会で学びましたが、つなぎパジャマの一件は、まさにこのことを言っているのだと、私に実感させてくれたのです。

諦め^{あきら}ないぞ！ 市営住宅

二〇〇三年四月、六回目の市営住宅の申し込みをしました。

その時は、まさか最後の申し込みになるなど夢にも思いませんでしたが、実は心の中で、（今度こそ当たるかもしれない！）と、なんとなく不思議な予感がしていたのです。でも、毎回同じようなことを言いながらみごとに落選していたので、きゅうちゃんも、

「気長に待っていればそのうち当たるよ」とおおらかに構えて笑っていました。

そうだね、自然に任せてのんびり行きましようと思うのですが、やはり早く当選したい！ 少しでも家賃の

安い家に住みたい！と、気持ちには焦るばかり。しかし、その半、『とら 狸の皮算用』で、

「こんな時にもし当たったら、引越しや何だかんだで大変だろうなあ……」などと、余計な心配までしてみんなに笑われていました。(笑)

毎日忙しい中あつちこつち飛び回っているいろいろな資料を揃え、郵送しているうちにあつという間に五月に入り、とても蒸し暑い日が続いています。

お義母さんの妄想もコンスタントに進行し続け、同時に自分では立ち上ることも座することもできなくなっていました。でも、少しでも立ったり座ったりさせないと本当に寝たきりになって、本人も私たちも大変になってしまうので、なんとか抱えるようにして立ち上がらせていました。お義母さんはその都度必ず、

「どうもありがとう」と言ってくれます。私はお義母さんのその言葉が大好きでした。かなり具合が悪くなつてからも、「ありがとう」の言葉はけっしてお義母さんの口から消えることはありませんでした。

歩く時も気を抜くことができないくらい安定が悪くなっていたので、私は介護疲れで肉体的にもかなりの負担になっていました。

ちようどその頃から、お義母さんは今まで以上に眠っている時間が長くなり、きゆうちゃんがデイサービスへ出掛けている日曜日などは、起きている時間はほんの一、二時間でした。お義母さんの見守りで一日中二人だけで過ごしていましたが、知らん顔をしていると朝から夕方まで爆睡しているのです。でも、私にとっては好都合でした。いちいち妄想の相手をしなくてすむからです。

たまにうつかり物を落として音をたてると、

「だれっ？」と怯え、突然起き上がってひっくり返るので、なるべく物音をたてないように、声をひそめて

じつとしていました。そして、「誰も来ていないから大丈夫だよ」と言うと、安心するのかまたすぐに眠ってしまうのです。全く、どうしてもそんなによく眠れるのか、不思議で仕方ありませんでした。だんだん子供にかえっていくのでしょうか？ お年寄りには、眠るのも仕事のひとつなのかもしれませんね。

介護からの逃避

そのうち、私はお義母さんの妄想と上手く付き合って行くだけの心のゆとりがなくなり、「誰かが来ている」とか、「男が入ってきた」などと言って目の前で怯えていても、なるべく知らん顔をするようになっていました。

仕事が終わって買い物を買わせると、必ず近所の公園で チューハイを呑んで帰るようになり、しまいには全く話もなくなって、夜の片づけが終わると奥の部屋に引き籠って塞ぎ込むようになりました。日曜日にも、きゅうちゃんやがデイサービスへ出掛けてから帰宅するまで、ほとんど酒びたりの状態でした。

この頃から、お義母さんはデイサービスの送迎車まで歩いていくことができなくなり、とうとう行き帰りと車椅子になってしまいました。そのうえ、毎日出掛けになると、「行きたくない」とぐずって泣き出したり、人が変わったように暴言を吐いたりするので、それこそノイローゼになりそうでした。

よく、人が来るといつもよりシヤンとする“と言いますが、本当にそのとおりで、デイサービスへ出掛けた時はとてもしっかりしていて優等生だったそうです。でも、実際は、一緒に暮らしていないとわからないこと

がたくさんあるものです。普段の生活をビデオに撮って観てもらいたい、と思ったことも何度ありました。

とにかくこの頃の私は、自分一人だけが辛い思いをしているんだという孤独感にさいなまれ、来る日も来る日も、独りで、”もがき苦しんで”いたのです。ヘルパーさんとの連絡ノートにも、つまらない愚痴をこぼしてしまったり、なんとか同情を買おうとしてかなりオーバーに書き表したりして、あの手この手を使うのですが、逆にますます自分が惨めになり、更に落ち込んでしまうという悪循環を繰り返していました。

きゅうちゃんも同様で、

「おふくろのためを思って、少しでも本人ができることはなるべくやらせた方がいいのか、それとも、もうあの歳（八十五歳）だから、あのまま好きにさせておいた方がいいのか……」と、いつも悩んでいました。彼は自分の体と思うように動かないだけに、お義母さんの辛さが理解できるのでしょうね？ こんな優しい息子を持ったお義母さんは、幸せだなあ、と羨ましく思いました。

そして、きゅうちゃんの、少しでも私の負担が少なくなるようにと、そればかり考えてくれている優しい気持ち伝わってくるたびに、（悩んで落ち込んでいる場合ではないのだ！）と一念発起して、また新たに頑張ろう！と立ち上がる毎日でした。

試行錯誤の手段

食事の時も、食べているうちに、だんだん左右どちらかに傾いてしまうか、前こごみになってしまうよう

になり、どうしても胃が圧迫されがちになります。いつも食べ終わると同時に居眠りを始め、食べた物が上ってきてしまうことがあるので、きゅうちゃんも私も何度も注意をしたり、身体の両脇にクッションを重ねて倒れるのを防いだりしていました。それも、うっとおしいのか、すぐに自分でのけてしまつて目でした。

どんな手段を使つても必ず失敗に終わつてしまうので、
(せっかくあれこれ考えてあげているのに！)と腹が立ちましたが、それは怒るほうが間違いです。
それからまた、きゅうちゃんと一緒にいろいろ考え、なるべく消化のよいおかず、御飯も『お粥』や『おじや』にして様子を見ることにしました。

また、食事が終わつたら、居眠りを始めないうちにリクライニングチェアに座らせてみよう、ということになりました。そうすれば寄り掛かる形になるので、前こごみにはならないのではと思つたのです。いずれにしても、私がお義母さんを抱えて日に何度も乗り降りさせなければいけないので、一瞬気が重くなりました。しかし、今の段階ではこれが一番の方法ではないかと思ひ、頑張つて実行することにしました。そのうちまた、良い方法が見つかるかもしれませんし、幸いまだ少しは立てる状態だったので、それほど重くはありませんでしたから。

最初の頃は、毎朝体が痛くて起き上がるのに往生しましたが、何とか気力で乗り切りました。その頃はよく、毎日のように、(私もたまには「軽い」病気が怪我をして一週間くらい入院したい!)などと、罰当たりなことを本気で考えていたものです。



その後、お義母さんの椅子対策はひとまず成功したかのように見え、「二件落着だね！」と小躍りしていましたが……、ついに数日後の夜、一生忘れることができない大事件が勃発してしまったのです。

ついにキレた！

その日、私は朝から体調が悪く、いつも以上にイライラしていたので無理もなかったとは思いますが、それでなくても、（どうしたらいつも穏やかでいられるのだろう）と、自問自答の連続で、かなり思い詰めていました。感情的になればなるほど自分がとても小さく惨めに感じ、自分自身に腹を立てれば立てるほど、平常心を失ってしまうという悪循環だったのです。

その夜いつものように夕食を済ませ、お義母さんを椅子に座らせました。しかし、この日に限って背もたれに寄り掛かるどころか、何度言っても前ごごみになり、おまけに居眠りを繰り返していました。また食べたものが上がってきてしまうのではと、気が気ではありませんでした。

「どうして後ろに寄り掛かれないんだ！」きゆうちゃんも相当イライラしていたようで、次第に口調が強くなってきたのがよくわかりました。すると、突然、お義母さんがきゆうちゃんに、

「あんたの方がよっぽどおかしいんだよっ！ 今日薬飲むの忘れたんじゃないの！」とはき捨てるように言っただけです。

いつもの私なら、（これはきつと病気がそうさせているのだから……）と、気楽に流している場でしたが、冷静でないこの時ばかりは、自分でも信じられないほど逆上してしまったのです。

（毎日毎日あれこれお義母さんのためにいろいろ考えているのに、あんまりだ！）今まで抑えてきた感情やストレスがついに爆発し、
「いい加減にしなさいよっ！ きゅうちゃんに謝りなさい！ みんなでそれだけあんたのことを心配していると思ってるんだーっ！」

気が付いたら、私は気が狂ったように、座布団で何度も何度もお義母さんの身体を激しく叩いていました。それだけでは物足らず、睨み返してきた鬼のような顔を見たら、ますますエスカレートしてしまい、胸倉をつかんで激しく揺さぶり、蹴るわ叩くわのまるで修羅場そのものでした。

きゅうちゃんもかなりストレスが溜まっていたのでしょう。ただじっと傍観しているだけで、私の暴力を止めようともせず、むしろ、お義母さんが騒いで暴言を吐く度に、

「ちえちゃんに謝れ！ 少しはもつと言うことを聞いてくれよ！」と叫んでいました。

今思えば、なんだか滑稽で笑ってしまいますが、お義母さんもまるで地獄絵に出てくるような物凄いい形相で、私目掛けて両足で蹴り返してきたのです。きつと必死だったのでしょうか。とにかく、今まで見たこともない、恐怖感溢れた表情“でした。ああ怖かった……。

「この鬼っ！」とお義母さんが叫べば、



「なにをっ！ このくそばあつ！」と私も怒鳴り返す。挙句のてに、私はそばにあった扇風機を思い切り蹴飛ばして壊し、手当たり次第物を投げて大暴れしたようでした。

しかし、そのピークも過ぎ、まだ興奮醒めやら まま、自分で散らかしたり壊したりしたものを仕方なしに片付けているうちに、何だか気が抜けてしまい、（今のはいったい何だったのだろうか？）と次第に現実を引き戻され、興奮後の脱力感で何もする気になれず、ただ脱け殻のように座っているのが精一杯でした。

今まで自分なりに頑張っていたつもりでしたが、やはりストレスが積もり積もってここまでできてしまったのでしよう。変な話、お年寄りに暴力を振るって殺害してしまう心理状態が、この時本当によくわかりました。（それも怖いことですね……）

ほとぼりも冷めた頃、きゅうちゃんは何事もなかったかのように、

「さ、お袋。ちえちゃんに一言謝って、寝る前のトイレへ連れて行ってもらいな」と優しく語り掛けました。私ももうすっかり落ち着いて穏やかになっていましたが、（私のことを拒絶して、もう、何一つ言うことを聞いてくれないかもしれない……）と、一瞬不安がよぎりました。それでもビクビクしながらお義母さんのところへ行き、そっと体をだき抱え、おそろおそろお義母さんの両手をとりました。すると、お義母さんはしっかりと私の両手を握り締め、いつものように一緒に歩きだしたのです。

嬉しかった！ そして、心の底からホッとしたと同時に、（もう二度とこんなことをしてはいけない）と思いました。

そして、ちようどトイレの前にさしかかった時、お互い我に返ったように、どちらともなく

「ごめんなさい、本当にごめんなさい……」という言葉が身体中から溢れ出し、思い切り抱き合って二人

で泣いてしまいました。

私はその時、今まで身体の中に溜まっていた「ドロドロとしたもの」が、一気に出て行ったような気がしました。そして、お義母さんに対して初めて心から詫びることができたのです。

翌日、お義母さんもきゅうちゃんに、「昨日は本当に怖かった……」と言っていたそうです。（笑）

パーキンソンかもしれない

毎月決まって月初めの土曜日、診療所の先生に往診して頂いていました。二年前に高熱を出した後、風邪をひいた時に初めて往診して頂いてから、先生の好意で、毎月診察をしてみましようということでお世話になっていたのです。

最近、時々身体中が固まって動けなくなり、歩き方も前のめりで小刻みになってきたことなど、いろいろと心配な症状について相談したところ、先生は、

「もしかしたらパーキンソンかもしれないですね」と診断され、一番軽い薬を出してくださいました。

その薬は体が動きやすくなる効があるそうで、今までなかなか立ち上がれなかった症状も少しは改善されるのでは？ とのことでしたが、正直なところ、その頃の私にとっては、むしろ歩けない方がよほどありが



たかったのです。

パーキンソンは、身体の中のドーパミンという物質が不足するために起こる病気だそうです。高齢者にとっても多いため、様子が変だったらすぐに疑ってみるのが大切だと思います。症状もさまざまで、パーキンソン症候群というまたの症状もあるそうです。

思い起こせば、洗濯物を干そうとして転んだ時あたりから、もう症状は出ていたのかもしれませんが、でも、歩き方の変化などはなかなか気が付きませんでした。お義母さんが本当にパーキンソンだとしたら、妄想も痴呆によるものではなく、病気によるものだったのかもしれない。もう少し早く気が付いていたら、なにかの方法で、なんとかお義母さんの苦しみを和らげてあげられたでしょうに。

薬の副作用で苦しむ！

翌日からさっそく服用を始め、日中はまだ薬が利いていないせい、何の変化もありませんでした。問題は夜からでした。

夕食後、珍しく居眠りをしないので、（おつ。これはもうさっそく薬が効いてきたのかな？）と期待しましたが、それは逆に悲劇の幕開けだったのです。

夜九時にオムツ交換をして、布団に寝かせてから二時間ほど経った頃、何気なくお義母さんを見ると、布団の中でパツチリと目を開けてじっと天井を見つめていたのです。いつもならとくに深い眠りに入り、心

地よさそうにいびきをかいている頃なのに。それどころか、数分おきに突然起き上がって布団から出ようとするので、何度も寝かせに行かなければなりませんでした。結局その繰り返しが続いて延々と明け方まで続き、きゅーちゃんと私はとうとう一睡もできなかったのです。

たぶん薬のせいで神経が高ぶってしまったのだと思い、まだ初日ということだったので、もう少し様子を見るつもりで翌朝もまた薬を飲ませました。

普段と変わらず元気に起床。朝食も無事、何ごともなく済ませることができたので、安心していました。いつものりに私は午後から仕事に出掛け、二時からヘルパーさんが来てくれましたが、後で聞いた話によると、また”ひと騒動“あったようです。

きゅーちゃんは心労で疲れきり、ひどく落ち込んでいました。私が出掛けたすぐ後に、お義母さんは、「枕の中に赤ちゃんが閉じ込められている」と言って、^{はさみ}鋏を持ち出して枕を引き裂こうとしたのだそうです。びっくりしたきゅーちゃんが、

「子供なんていないよ！ 今見てやるから^{はさみ}鋏をこっちによこしな！」とお義母さんを宥めたそうですが、言うことを聞かないばかりか、

「あんたには見えないんだよ。中で子供が泣いてるから出してあげなくちゃいけない！」と、鋏を持ったまま立ち上がるうとしたのです。幸運にも、早めにヘルパーさんが来てくださって、上手く鋏を取り上げてくれたので、事無きを得ました。

しかし、その後のお義母さんの妄想は、今までと違ってかなりグレードアップし、いつもの優しい目は一変して爛々と輝き、全く、人のような表情になっていったのです。それどころか、スムーズに立ち上ったり

移動したりする動作にはほど遠く、全く改善されていなかったのです。

（この人はお義母さんじゃない！ 全く違う人なんだ。病気なんだから仕方ないんだ）そう思うしかありませんでした。この異常な妄想は絶対「薬の副作用」だと思い、このまま飲ませていたら、なんだか恐ろしいことが起きそうだったので、即座に服用を中止しました。何があっても決しておかしくない状況だったのです。服用をやめてから一週間ほどで、またいつものお義母さんに戻りましたが、その後遺症（？）なのか、ますます眠り姫になってしまいました。

市営住宅が当たったよ！

さて！ 七月に入り、待ちに待った市営住宅の抽選が行われ、あとは結の知を待つだけとなりました。そして、ついに来たのです！ 忘れもしない二〇〇三年七月十二日の土曜日でした。

いつものように郵便屋さんがやって来るのを待ち構えていて、（それっ！）とばかりにポストを覗くと、なんと！「おっ！ 大きい！」オレンジ色の「大きな「封筒が入っていたのです。

今までの落選 知も同じオレンジ色でしたが、小さなものでした。

「もしかしたら……」と、ドキドキしながら開封すると、やはりそれは当選 知でした。しかも、入居決定の住まいが、今まで三年間憧れ続けていた建物だったので、本当にびつくりしました。家賃も今までの三分の一です。

もう嬉しくてとてもじっとしていられず、すぐに実家の母に電話で知らせました。それこそ天にも昇る嬉しさで、何をしても楽しくて笑いが止まりませんでした。

夕方デイサービスから帰ってきたお義母さんにも、さっそく報告しました。しばらくキョトンとした後に思い出したようで、

「ちえさんのお陰だよ。ありがとう。よかったねえ」と喜んでいました。本当によかった！ 諦めないで応募し続けた甲斐があったというものです。

「たまにはいいこともあるものだ」「人生捨てたものじゃないね！」と、その晩は興奮冷めやらず、きゅうちゃんといつまでも、将来の展望について語り合っていました。（笑）

きゅうちゃんが歩いた！

そして、八月の末、またもや信じられないような嬉しい出来事が起こったのです。この日のことも生涯決して忘れることはできないでしょう。

八月三十日。この日もやはり土曜日でした。

何故か土曜日というのは、我が家にとってはありがたいことばかり起こる傾向があるようですが、欲を言えば、この日が明日（八月三十一日）だったならば、結婚記念日に歩けたことになり、ダブルでお祝いだっただでしょう！ ちょっと残念でした……。

リハビリ病院を退院してからほとんど歩く練習はしませんでした。その年の六月頃からケアワーカーの方たちの計らいで、デイサービスでも少しずつ歩く練習をしてくださっていました。

家でも右足に装具を付けて四点杖をつき、私の介助で毎日部屋から台所への約5mを、ゆっくりと少しずつ歩くようにしたのですが、平衡感覚をやられているので、一人で歩くことはほとんど無理ではないかと思ひ込んでいたのです。

ところが、その日デイサービスから帰ってきたきゆうちゃんは、いつになく晴れやかで楽しそうでした。いつもと表情が全く違うのです。機能訓練をしてくださっているケアワーカーの方も目を輝かせて、

「きゆうちゃんね、杖についてちゃんと一人で歩いたよ！」

「えっ？」

その時、何を言われたのかわかりませんでした。でも、確かに一人で歩いたんだと、笑顔で何度も繰り返して下さり、やっと意味を理解したその時、身体中から喜びがこみあげてきて、涙が溢れ出して何も言えませんでした。

「ありがとうございます！ありがとうございます！」と、ただ頭を下げるだけで精一杯でした。

きゆうちゃんは、ついに一人で歩いたのです！五年間コツコツ頑張りにして、不可能を可能にしてしまった我がご主人様は、本当に凄い人です！



お恥ずかしい話ですが、私は信じられない出来事に感激して興奮し、その後気が抜けたように具合が悪くなつてしばらく起き上がれませんでした。

お義母さんは、意味がよくわからなかったようでキョトンとしていたので、何度も説明してあげると、やっとなにつこり笑つて嬉しそうな表情を見せてくれました。よかったね！ あなたの息子は素晴らしい人ですよ！ただ、平衡感覚は元には戻らないため、必ずしもいつも一人で歩けるといふわけではありませんが、五年前には全く考えてもみなかったことです。五年経った今でも、日に日にバランスが良くなり、身体の変化も出てきていますし、かなりの確率で私の介助も必要としなくなっています。とにかく、諦めずに毎日続けることだとつくづく思いました。

ただ、お天気が悪い日や、ちよつとした体調で全く調子が出ないこともあり、そのような場合は中止です。せつかくここまで来たのですから、怪我でもしたら本当にもともありません。毎日気をつけながら、今まで二人で気長にリハビリを続けていくことにしました。

食欲不振

九月になると、夏の暑さのせいか、お義母さんはだんだん食事を残すようになり、ほんの少しでしたが、頻繁に嘔吐もありました。今までよりもかなり食事の量を減らしていましたが、それでも充分消化できなかったようです。この時、もう少し嘔吐の原因が何かを考えてあげていたら、それなりの治療法もあったのかも

しれませんが、正直言って高齢のため、内臓の機能が弱ってきたとしか思っていないませんでした。

食事は自分の手に持って食べられるように、大好きなトーストを一口大にするか、『おしや』や『お粥』を小さな器に入れるかしていました。おかずはほんの味見程度のを、一口大に切って何種類かお皿に乗せていましたが、油っぽい物はダメとか肉より魚！と決め付けてしまうのは、よけいに食欲を喪失させてしまうのではない、必ず大好物のおかずを並べるようにしました。お義母さんはとても喜んで、「まるで懐石料理みたいだね」と笑っていました。

でも、お茶は手に持って飲むことができなくなったので、ストロー付でとても軽いプラスチック容器にしましたが、今度はお茶が苦い苦いと言いつつ始めるようになったのです。

いったいどうしたことでしょう？ その頃から何を食べても味がわからなくなったようで、「美味しい？」と尋ねても、たいてい返事は、「わからない……」でした。それでもゆつくりと自分で食べることができていたので、（食べ終わった食器をさげたり、少しでも取り易いようにお皿を移動してあげたりはしていました）敢えて食事介助はしませんでした。

また、いくらこぼしてもいいように、膝の上にタオルを掛けてあげていましたが、なぜかすぐにどかしてしまうのです。そのたびに、根気よく、膝の上に掛けてあげていました。でも、食べ終わるまでこぼすことはほとんどありませんでした。きっとお義母さんは心の中で、

（あたしやまだまだこんなもの敷かなくても大丈夫だ！）と思ってタオルをどかしていたのかもしれないね。（笑）ごめんね……。

きゆうちゃんも、

「これからお袋が自分でできることは、なるべくさせた方がいいね」と毎晩のように話していました。その都度考えながらやっていくのが一番かもしれません。不都合が起きたら、また新たに考えればいいのです。そして、生活のリズムを、極力お義母さんに合わせて行くことにしました。

お義母さん蓼科旅行へ

やっと残暑の厳しさも一段落した頃、毎年秋にデイサービスが主催する一泊旅行の話題で持ちきりになりました。何処のデイサービスでも、年中行事として旅行や買い物ツアー、お食事リクレーション、運動会やお祭りなど、盛りだくさんの楽しい催しがあるようですが、お義母さんのデイサービスでも同様に、一泊旅行のお楽しみがあるのです。

昨年の秋は『京都・奈良旅行』でしたが、お義母さんはまだデイサービスへ行き始めたばかりで、慣れない環境では不安だったのでしょう、いくら勧めても行こうとはしませんでした。

費用は結構高めですが、私もきゅうちゃんも普段何処へも連れて行つてあげられないので、少しでも元氣なうちに目一杯楽しんで来て欲しいという思いでした。しかし、行きも帰りも電車だったため、お義母さんにとっては苦痛だったのかもしれないのも無理はありませんでした。



でも、今回の旅行は『尾瀬・蓼科高原』で、デイサービスの正 玄関からバスに乗り、座ったまま現地まで行けるので、ヘルパーさんたちも是非行きましょーと、お義母さんを誘ってくださっていました。きゅうちゃんも私も、なんとかお義母さんの気持ちを盛り上げて、自然な形で旅行へ行きたくなるように、あの手この手を駆使して誘い続けました。本当はたまたまなく行きたかったようなのです。言葉の端々に私たちへの遠慮が見てとれました。そこで私が、

「どんな所だかしつかり見て来てね！そして、今度は三人で行こうね！」と、言くと、やつとお義母さんは笑顔で納得して旅行へ行く気になってくださったのでした。

気の早い私は、さっそくお義母さんが旅行に着て行く服やバッグ、小物類などを買に行き、それを一つ一つバッグに詰めながら、まるで自分のことのようにワクワクしていました。

そして、十月二十八日、いよいよ楽しみにしていた一泊旅行の日がやってきたのです！

幸いお天気にも恵まれ、りんご狩りなどの、いろいろなイベントにもちゃんと参加し、もりもりよく食べたそうです。お世話をしてくださったヘルパーさんたちも、

「本当に楽しそうでしたよ！」と仰ってくださいだったので、きゅうちゃんも私も安心しました。しかし、慣れない旅行でかなり疲れたようで、帰宅後は放心状態のまま倒れ込むようにしてすぐに眠ってしまいました。真に ついていたお義母さんは、どれを見てもとても楽しそうな表情をしていましたが、後で聞いた話によると、バスでの移動中はほとんど眠っていたそうです。もしかすると無理をしていたのかもしれないね。

脱水症状始まる

翌日はすっきり起き、それから二、三日は割りと元気に過ごしていました。しかし、私たちの期待も虚しく、以前にも増してますます水分を摂らなくなってしまうたのです。ほとんど味の無い、薄いお茶を入れてあげても、やはり「苦くて飲めない」と言って口を付けてくれません。

思い余って職場の同僚に相談すると、

「カルピスとかコーヒー牛乳なんかいいよ」と教えてくれたので、さっそく買って帰りお義母さんに出すと、「美味しい美味しい」と言って飲んでくれたのです。その時の嬉しかったこと！

普段からとてもよく食べ、飲んでいただけに、私は事の重大さを感じていました。「またちゃんと飲んでもらうには、何か対策を考えなくてはいけないね」と、きゅうちゃんとも毎晩話し合っていました。しかし、ホッとしたのもつかの間。だんだん甘い飲み物さえも飲んでくれなくなり、毎日椅子に座ったまま眠っていることが多くなりました。

トイレへ行く時に立たせようとしても、足に力が入らず、私の力でも重くて移動が困難になったため、昼間もオムツになりました。時間時間で椅子から畳の上へ寝かせてパッド交換をするのですが、訪問ヘルパーさんにとつて、グツタリと全体重がかかっているお義母さんを抱えて移動させることは、とても大変だったのではないかと思います。介護ベッドにすれば解決することはわかっていたのですが、なにせ狭い家なので、きゅうちゃんの車椅子が移動できなくなってしまうため、どう考えても無理でした。

私は、腕力にはとても自信があったので、なんとか落ち着くまで頑張ってみようと思いましたが、再び予

想外の展開になってしまいました。便が一日中だらだらと出っぱなしの状態が、丸一週間ほど続いたのです。今まではむしろ便秘気味だったのに、どうしたことかゆるい便が少しずつ出ていました。常にお尻が濡れていてさぞかし気持ち悪いでしょうと、その都度オムツを替えてあげていたのですが、いつこうに止まりません。診療所の先生が往診して下さった時に様子を伝えたのですが、

「高齢になるといういろいろな症状が出てくるものです」とおっしゃるだけで、結局何が原因かわかりませんでした。その時先生は、

「少しでも動けるように、また違う薬を出してみましよう」と、今までと違うパーキンソンの薬を処方してくださいましたが、今はそれどころではなく、私の心配していることとはちよつと違っているような気がして、かえって不安はつのるばかりでした。

結局翌日から食べ物を飲み込むこともできなくなり、薬を飲まずのはとても無理でした。その後もどんな症状が悪くなっていたので、とうとうその薬は一度も飲まずに袋に入ったままでした。（とても高価な薬だったそうです）

こんな状態では、デイサービスもとても受け入れてはくれないだろうと思っていました。ところが、

「熱がなければ大丈夫ですよ。こちらなら看護師や職員がたくさんいるので、どうぞ安心して身体を休めてください」と、わざわざ車椅子を部屋まで持ってきて乗せてくださり、いつものようにデイサービスへ連れて行ってくださいました。

確かにデイサービスなら看護師さんやスタッフの方たちが多勢いらっしゃるので、家にいるよりも、ちゃんと水分も摂らせてくださいます。それまでは、ほんの少しでも熱があった場合は預かっていただけない、

とばかり思っていたのでなおさらありがたく、福祉の力は凄いものだと思いましたが、それ以上にスタッフ皆さんの暖かい配慮に涙が出ました。

そして、いつもどおりお義母さんを夕方まで預かっていただき、私もその日は少し身体を休めることができましたので、夕方帰宅したお義母さんを落ち着いて見てあげられたのです。やはり息抜きは大切です。介護者が精神的に元気でなければ適切な介護は望めません。

ありがたいことにデイサービスで一〇〇。ほど牛乳を飲んだそうです。でも、行き帰りだけで疲れたらしく、帰宅後はほとんど眠ったままでした。

翌日も終日一生懸命あの手この手で試してみましたが、やはり飲んでくれませんでした。お義母さんが飲み物を飲んでくれないだけで、私までがこんなにも心臓がぎゅーっと締め付けられるほど、辛く苦しくなるなどとは思いませんでした。

更に翌日、右の足の甲が異常にむくんでいるのに気が付いたのです。水分を摂っていないのに、どうしてむくむのだろうか？ でも、この頃はまだ右足だけで、左のむくみはありませんでした。

食事は大好きなトーストを極々小さく切って牛乳に浸してあげると、ほんの少しは食べてくれましたが、そのうちなかなか飲み込めなくなり、いつまでも口の中に残るようにになりました。

これはもう固形物は無理かもしれないと思い、ほんの少しずつプリンを試してみたり、お義母さんの大好きなバナナやりんごをジュースーにかけてドロドロにし、ヨーグルトに混ぜてみたりしましたが、それさえ



も飲み込むのがとても苦しうでした。飲み込む時も、のどから「ぎゅっぎゅっ」と大きな音が聞こえ、のどが糸のように細く狭くなっているような感じでした。

必ず飲み込んだのを確認するため、お義母さんの口の中を見るのですが、プリンでさえも飲み込めずしつかりと残っていることがあり、やむなくティッシュの中に吐き出させていました。ほんの少しでも、食べ物が口の中に残ってしまうと、誤嚥^{ごえん}の危険性があるからです。

毎回この繰り返しなので、ほとんど栄養が摂れません。

ポカリスウェットやコーヒー牛乳も飲んでくれない。飲んでくれたとしてもやつと五〇〇〇くらいです。飲まず喰わずで二日経ち、いよいよきゆうちゃんも私も怖くなり、診療所の先生に緊急の往診をお願いしました。このままでは死んでしまう……。お義母さんはどんどん衰弱していくばかりです。ここまでくると私達もどうしようもなくなり、少しでも早く診てもらわなくてはと焦りました。

診断は『脱水症』。むくみは低栄養のために起っているのだそうです。

ブドウ糖の点滴をして頂き、少しは元気になるだろうと期待をしていましたが、身体の中に入れたブドウ糖は点滴が終わるとほぼ同時に大の尿となつて出てしまったので、結局はほとんど変わりなくぐったりしている状態でした。でも、顔色は前日より、心なしか、赤みが差してきたようで、ちよつと安心しました。夜もお粥を少し食べ、その翌日もまあまあでホツとしていましたが、三日目になると、また一日中寝てばかりで何も食べられず、ついに両足ともパンパンにむくみ、その晩も先生に点滴をしていただきました。でも、ブドウ糖一本点滴したくらいでは回復するわけがなく、先生もやつと、



「じゃあ、病院へ紹介状を書きますので、明日連れて行きなさい」と言ってくださったのです。正直言って、私はもつと早く紹介状を書いてもらいたかったのですが、先生がおっしゃっていたように、高齢になればこのような状態は当たり前なのかもしれないと思っていたので、全てお任せして、敢えてこちらからはお願いしませんでした。

救急車で緊急入院

翌日、朝早く病院へ連れて行こうとしましたが、どう考えても私一人の力ではお義母さんを動かすことができず、いったいどうしたらいいのか困りました。移送サービスはもう間に合わないし、救急車も本当に緊急の時でなくては来てくれないでしょうし。

でも、きゅうちゃんが、

「聞くだけ聞いてみな」と言うので、思い切って一一九番に電話して事情を話しました。ところがそんな心配は一切いらず、とても気持ちよく引き受けてくださったのです。救急隊の方たちも親切で、とても丁寧に搬送してくださいました。

それにしても、昨夜、紹介状を書いて頂いて本当に正解でした。なぜならこの日は今までで一番状態が悪く、布団からやつのことで椅子に座らせましたが、ほとんど意識がなくなっていたのです。搬送先の先生は、最初は単なる脱水症状だと思われて、

「自宅では物も食べられなくて大変でしょうから、しばらく入院しましょう」とおっしゃって下さいました。しかし、いろいろな検査を試みたら、『パーキンソン症候群』だと判明したのです。

後から聞いた話ですが、パーキンソンもパーキンソン症候群も、脳から分泌する『ドーパミン』の減少が原因なのですが、パーキンソン病の薬は症候群の患者さんにはほとんど効かないそうです。どおりで、お義母さんの症状がいつまでも改善されないはずですね。それどころか、余計な”妄想”まで出現してしまい、随分辛い思いをしたことでしょう……。

それから意外だったのは、胆嚢に腫瘍があったことでした。私には一言も言いませんでしたが、いつだったかヘルパーさんに「お腹が痛い」と訴えていたそうです。そう言えば、私もお義母さんを両手で抱きかかえた時に、何度か痛そうな表情をしたことがありました。

たぶんお義母さんは、私たちに心配をかけまいと、痛いのを我慢していたのではないかと思います。痛いなら痛いと言ってくれてよかったのに……。気が付いてあげられなくて本当にごめんね……。

食事が摂れたよ！

一週間近く栄養の点滴だけでしたが、診療計画では、落ち着いたら口から食べられるようにしました。となっていました。お義母さんも（口から食べたい！）と意思表示をしたそうで、看護師さんも一所懸命介助してくださり、なんとか少しずつ食べることができるようになりました。

やはり入院させて正解でした。自宅で看病をしていたら、おそらく目だったでしょう。病院だからこそ、ほんの少しの変化でもすぐに対応してくださるので、食事を摂ることも可能になったのだと思います。

口から少しでも食べることができるようになったためか、体力もそこそこに回復して、いつもの笑顔を見ることができるようになったので、毎日病院へうのが楽しみになりました。少しだけでも以前のお義母さんに戻ってくれたので、とても嬉しかったです。たぶん、咀嚼することで、脳が活性化されたのでしょうか。この時も、いかに口から食べることが大切なのかをあらためて感じました。

それに、声は出ないけれど、口を動かして何かを言おうとしてくれるのです。半分は何を言おうとしているのかわかりませんでしたが、帰るときに、

「また明日来るからね」と言うとお義母さんの口元が、

「ありがとう。気を付けて」と私を送り出してくれているように見え、嬉しくて病院の帰りはいつも涙で目を腫らしていました。

誤嚥性肺炎ごえんせいはいえん

けれども、またすぐに飲み込めなくなり、誤嚥性肺炎を引き起こしてしまったのです。

しばらく禁食が続いた後、落ち着くまでは経管栄養にしましょうと、朝昼晩の三回、高栄養の液体とパーキンソンの薬が始まりました。

やっと食べられるようになったのよね？ でも、

「頑張って良くなれば、また食べられるようになるから大丈夫だよ！」と毎日一所懸命励ましていました。そのたびにお義母さんは小さく頷き、いつものように、

「どうもありがとう」と言うように、潤んだ瞳で見つめ返してくれるのです。

その後しばらくして肺炎も治まり、なんとかまた口から食べてみよう、先生自ら売店でプリンを買って来て食べさせてくださったそうですが、残念ながら飲み込むことができず、今後はずっと経管栄養での食事になりました。

退院しても、経管栄養は管理さえしつかりしていれば自宅でも可能だそうです。こんな私でも一応はヘルパーの端くれです。介護用ベッドを借りて、毎日お義母さんのお世話をすることに、それほど不安はありませんでした。寂しい思いをさせないよう、できる限り自宅で看てあげたい。新しい住まいでまた三人一緒、喧嘩しながらも楽しく暮らして行くつもりでした。

近くの病院へ転院

十二月になり、お義母さんの病状も安定してきたので、先生からも退院の話が持ち上がりました。

困ったことに、ちょうど引越しと重なり、どう考えても、そんな状態でお義母さんを充分看てあげることではできません。一応先生に相談してみたのですが、やはり延期は無理でした。患者はお義母さん一人だけで

はなく、もっと具合の悪い多勢の患者さんが入院を待ち望んでいる状態なのですから、仕方ありません。

なんとか引越しが終わるまでの少しの間だけでも、なるべく毎日行つてあげられるよう、近くの病院へ転院させられないものかと焦りました。病院のソーシャルワーカーに頼んでいろいろ探してもらったところ、幸い近くに受け入れてくださる病院があり、幸運にもすぐに転院することができました。場所も、前の家から徒歩二十分ほどの所だったので、とても助かりました。お義母さんは、ひとまず静かな仮住まいで、少しの間ゆつくりできることになったのです。

十二月二十五日の引越しまでは、本当に目が回るような忙しさでした。なんとか無事に荷物を運び入れ、毎日必死でダンボールと格闘しながらも、夕方近くには必ずお義母さんの顔を見に病院まで 続けました。

新居は駅から徒歩五分。駅のホームから我が家が見えるぐらい近く、買い物、病院、区役所、銀行、図書館、郵便局など、みんな近所でもとても便利な所です。

七階建ての最上階で、一日中陽が射して明るく、部屋も内装も綺麗で、とても築三十三年とは思えません。窓を閉めているとまるで温室の中にいるようで、晴れている日などはほとんど暖房がいらなくらいです。(でも、最上階なので夏が暑いのではと少し不安ですが……)

嬉しいことに、今までよりも少し広くなったので、日当たりの良い奥の部屋をお義母さんの部屋にして、窓際に介護ベッドを置くつもりでした。窓から見える景色はほとんどが空と遠くの山々なので 介護する私もお義母さんもきつと気持ちがおおらかになり、毎日爽やかに過ごせるだろうと思っていたのです。しかも、すぐ前が高校で、音楽室からは歌声や吹奏楽などが聞こえたり、グラウンドからは多勢の元気な声が聞こえたりする

ので、一時学生時代に帰ったような気持ちにさせられ、当時の新鮮な気持ちを再び呼び起こしてくれるのです。また、ある日の夕方薄暗くなった頃に、とても素敵なものを発見しました。数秒ですが遠くの方で何かが光り、そしてゆつくりと消えたのです。後で知ったのですが、それは江ノ島の灯台の光だったのです。ということは、夏になったら花火が見えるかもしれない！ その瞬間、大の花火好きの私は、もう嬉しくてすぐに実家の母に電話をしてしまいました。（笑）今まで以上に、夏が来るのが楽しみになりました。

近くには大きな川が流れていて、その両岸は桜並木の遊歩道になっています。きゅうちゃんの車椅子を押して、春はお花見、夏には夕涼みと、楽しみがいっぱい待っています。

引越しの荷物がなかなか片付かずに往生していましたが、お義母さんも病院で楽しみにしているのですから、一日でも早く片付けて迎える準備をしようと、毎日頑張っていました！

最初のシヨック

お義母さんの転院先の病院は、電車で一つ目の駅のそばで、歩いて五分くらいの線路際にあります。最初に入った部屋は二人部屋で、とても明るく感じの良い部屋でした。

ところが、とてもシヨックなことがあったのです。

いつものように病室へ行き、静かに眠っているお義母さんの布団を直そうとして、ふと見ると、なんと！両手がベッド柵に紐で縛られているではないですか！（ええっ！ どうして？）とびっくりしました。

そう言えば、入院した日にいろいろな手続きをした後、看護師さんから、

「よく鼻から管を している患者さんは、うっとおしいので、御自分ではずしてしまおうのですよ。仕方なく手を縛ることもありますが、よろしいでしょうか？」と説明を受けていたのを思い出しました。そんなことなど絶対にあり得ないと思っていたのですが……。

可哀想でたまりませんでした、かなり暴れるらしく、どうしようもなかったようです。

そのうち四人部屋が空いたのでそちらに移りました。費用の できとも助かるので喜んでいましたが、病室へ入ると、今度は両手だけではなく、なんと両足も紐でガッチリ固定されているではありませんか！ 見ると、膝には大きなガーゼが巻きつけてありました。またまたびっくりして看護師さんに尋ねたところ、両手の自由が利かないために激しく足を動かしてしまい、ベッド柵にぶつけて怪我をしまったということでした。

血管自体が脆^{もろ}くなっている、ぶつけるとすぐに内出血し、外側の皮膚もすぐに切れてしまうのだという事です。後になって患部を見せてもらいましたが、それはもう目を背けたくなるほどひどいものでした。身体を拭いてあげるたび、紐で縛られた両手足が骨と皮だけになっていくようで、痛々しくて見るに忍びませんでした。

そんな辛い日々が何日か続いたある日、再び病室が変わったのです。

今度は日当たりが悪い、空気が澱んだ感じの病室で、部屋の隅に追いやられるような感じでベッドに寝かされていました。まわりはほとんどが高齢の患者さんで、部屋のあちらこちらから唸^{うな}り声や叫び声が聞こえていました。きっとこの部屋は、手のかかる患者さんのための部屋なのでは？ と勝手に思っていました。一八〇度考え方を変えれば、始終看護師さんやヘルパーさんが出入りしているので目が行き届き、異常が起

できればすぐに対処してもらえるので、かえって安心かもしれません。何よりも、手足が紐で縛られなくなっただけでもありがたいと思わなければいけない！と自分の心に何度も言い聞かせました。

しかし、二、三日経ってみても、やはりどうしてもこの部屋の雰囲気には馴染めず、少々お金が掛かっていいから、もっと日当たりの良い部屋へ変えてもらおうと思いました。

ところが、皮肉なことに、翌日から再び誤嚥性肺炎ごえんせいはいえんを引き起こして、経管栄養さえもできなくなり、部屋替えどころではなくなつたのです。

一月の始め頃のことです。

薄暗い病室で、お義母さんはいつも眠っていました。たまにうつすらと目を開けて、小さく瞬きをしているようにした。いつも開口一番、

「お義母さん、ちえちゃんだよ。わかるよね？」と聞くのです。この病院へ転院してきた頃は、まだ、

「ちえさん……」と、小さな声で答えてくれていました。でも、この頃は、もうほとんどわからなくなっていたようです。表情もなくなり、私の顔をり越して、遙か遠くの世界を透ているような目をしていました。二、三日経った頃、病室へ行くと、下痢が続いて血便もひどいということで、ベッドの上に大な赤い文字で、『禁食』という張り紙がしてあったのです。なんだか憎々しげに見え、すぐに剥がしてしまいたい衝動にかられました。

（経管なのだから禁食もないのに……）私は一気に落胆し、帰り道、どうしようもなく涙が溢れて仕方ありませんでした。

「なんとかしてあげたい！ 無理を言っても退院させて家で看てあげたい！」

思い余って、きゅうちゃんに相談しましたが、このような状態ではとても無理ですし、お義母さんにとっても、病院で看てもらう方が幸せだと言いました。確かにそのりなのです。でも、何ひとつしてあげられない自分の無力さを、つくづく怨まずにはいられませんでした。

「私が今、お義母さんにしてあげられることは、自宅にいるのと同じように、毎日私の元気な顔を見せてあげて、できるだけ一緒にいてあげることなのかもしれない。だから、入院していても寂しくないように、毎日必ず行つてあげよう！」と思うことで自分をごまかすしかありませんでした。

それから数日間、ブドウ糖、トランサミンという止血剤、抗生剤が点滴され、ほとんど眠っていて話しかけても反応がない日が続きました。

危篤の知らせ

二月五日、午前九時頃、突然電話が鳴りました。入院している病院からで、

「昨夜遅く、九度の高熱が出て急に血圧が下がったので、ナースステーションの隣の部屋に移しました。大変危険な状態なので、緊急に先生からお話があるそうです。すぐに来ていただけますか？」

ついに来たか！

私は急いで病院へ駆けつけました。取り敢えず、様子を見てから親に連絡をしようと思い、恐る恐る病室

へ向かったのです。お義母さんは体中にたくさんのチューブや配線コードのようなものをつけられて、まるでロボットのような痛々しい姿で眠っていました。

先生のお話では、

「昨夜、高熱と血圧の急な低下でびっくりしました。血圧もいきなり上が五〇に下がったのです。今のところ何が原因かわからないので、血液や尿を採って、先ほどレントゲンも撮りました。非常に危険な状態なので、なるべく早く親の方々に連絡をとってください！」

その言葉を聞いた時、五年前にきゅうちゃんが倒れた時の情景と重なり、一瞬、とても不思議な気持ちになりました。

それから、すぐにの兄弟に連絡。皆さんも事情がわかっていたので、すぐにかけてくださいました。そして、一人一人お義母さんに語りかけると、少しわかったのか表情も心なしかはつきりとし、目をキョロキョロさせていました。思ったほど苦しそうでもなかったもので、皆さんも安心したようです。

そして、嬉しいことに二日目くらいから、少しずつ回復していったのです。兄弟の皆さんも毎日病院にいつめ、一所懸命お義母さんを励ましてくださっていました。

呼びかけると薄目を開けて反応し、口を動かして一所懸命何かを言おうとしていたので、この分だと、また一の部屋に戻るかもしれないね、と楽しみにしていたのですが、なんと！その期待どおり、ついに頑張りとおして、十日後に再び一病室へ戻ることができたのです！

「さすが！きゅうちゃんのお母さんのことだけあるね！」と親一同本当にびっくりしていました。

私もまさかこんなに回復するとは思っていませんでした。兄弟の皆さんが一日も欠かさず見舞っ

てくださり、お義母さんにたくさん元気を与えてくださったお陰だと思えます。

その時の先生のお話では、「高熱の原因は大腸菌による敗血症で、たまたま投与した抗生剤がうまく効いてくれたのです」とのことでした。

それにしても、なんという驚異的な生命力なのだろう！ とびつくりしました。しかし、その時にかなり心臓に負担がかかったため、強心剤の点滴もして下さっていたことを先生から聞きました。お義母さんのことを、これほどまでに一所懸命考えて下さっている先生のお気持ちがたく、これからは安心して全てお任せしようと決心したのです。

とても静かな日々

お義母さんはそれからしばらくは本当に穏やかな日々を送り、私も気持ちが楽になりました。でも、目を開けることはなく、ほとんど眠ったままでした。それでも諦めずに、髪の毛を梳かしたりしながら話しかけるようにしていました。少しは聞こえるのか、口元がかすかに動くのです。

（私の言っていることがわかるんだ！ また目を開けて笑ってよ！ お母さん！）心からそう願わずにはいられませんでした。

ところが、三月の初めに、

「もう血管がボロボロで、身体中どこに針を刺しても受け付けなくなってしまったので、また鼻から管では

んの少しずつブドウ糖を入れるようにしました」と先生からお話がありました。さらに悪いことに、「左肩と腰の床ずれがとてもひどく、処置をしながらしばらくはこのままの状態が続くでしょう」と、おっしゃったのです。

「えっ！ 床ずれ？」と、一瞬耳を疑いました。お母さんとは無縁だと思っていただけに、かなりショックでした。今まで看護師さんが、まめに体交換をしてくださっていたので、床ずれは一つもありませんでした。ところが、今回身体を動かせない状態が続いたのと、栄養状態が悪かったせいで、急激に悪化してしまったのだそうです。栄養状態が悪くなると、たった一晩でも床ずれができてしまうのだということを聞き、あまりのすごさに愕然としました。

痛がったり苦しがりしたりしていたらとても可哀想でやりきれませんが、もう感覚がわからなくなってしまうのか、表情はとても穏やかでした。

お義母さんの兄弟、そしてきゅうちゃんも私も、お義母さんをできるだけ苦しませたくないと思っていました。これ以上特な延命処置はしないで、自然な形でお願いますと先生には伝えていました。先生も分かってくださっていたので、何があつてもとにかくお任せしようと、きゅうちゃんと話し合って決めました。

三月六日の夜、また看護師さんから電話があり、

「血液中の酸素が六〇％に下がり、また危険な状態になりました」とのことだったので、翌日の午前中に急いで病室へ向かいました。再び特室へ移されたお義母さんの姿をみて、一瞬息を飲みました。

たった一日で容態が一変し、今回は酸素マスクをつけて、とても苦しそうに身体全体を震わせ、やっと息

をしている状態だったのです。

お義母さん、そんなに苦しいの？ お義母さんの額に私の顔をくっつけると、とても熱く、こんなに辛そうな姿を見るのは初めてでした。そのうち先生がみえて、

「かなり重症の肺炎ですね。少しでも症状を抑えるための努力をしてみますが、はつきり言ってここ数日で……」

『グロブリン』という薬を投与してみましょうということになりました。これは人体から搾取したものをお義母さんの身体に入れるため、

「万が一何か他の病気に感染するかもしれないので、承知しておいてください」とのことで、承諾書にサインを求められたのです。その時私は、（これも延命処置なのだろうか？）と思いました。もしそうであれば、もうこれ以上辛い思いをさせたくないと思う気持ちと、（少しでも長く生きていて欲しい！）という気持ちとがない交ぜになって、自分でもよくわからなくなっていました。

私は、苦しみと戦っているお義母さんの姿にいたたまれなくなり、病院を飛び出しました。悲しくて寒くて身体のだるさで冷え切り、駅までの道をどのように歩いて行ったのか、全く覚えていないほど頭の中が真っ白になっていました。後から後からとめどもなく涙が溢れ、まるで色のない万華鏡の中を彷徨^{さまよ}い歩いているような感じでした。

毎日病院から帰宅するたび、必ずきゅうちゃんに、その日のお義母さんの状態を詳しく伝えていましたが、流石^{さすが}にこの日ばかりは、なかなか上手く言い出せませんでした。

きゅうちゃんは、すでに、前回の危篤騒ぎで覚悟はできていたようでした。しかし、なんといっても世の

中でたった一人の母親なのです。冷静でいられるわけがありません。それでも、何ひとつ表情を変えないでお義母さんの様子を聞いていたきゅうちゃん。その後しばらくの間、私は一言も話しかけることができませんでした。

お義母さんありがとう！

三月九日の早朝六時二十分。

再び電話の音が鳴り響き、その音で飛び起きました。

「容態が悪くなりましたので、急いで来てください！」

数日前から覚悟はしていましたが、とうとうその時が来たようです。三月だというのに早朝は真冬のように寒く、身が凍り付く思いで受話器を置きました。

急いで身支度をして駅前のタクシー乗り場へ走ろうとするのですが、膝がガクガクしていつものように走れません。かなり心が乱れて動揺しているのが自分でもよくわかりました。

運転手さんをお願いしてできるだけ急いで走ってもらい、到着するなり一気に病室へ駆け込むと……お義母さんは、静かに眠っていました。

（ああ、間に合ってよかった！）と思ってホッと胸をなでおろし、そつとお義母さんの髪を撫でていました。ふと血圧の数値が気になり、何気なくベッドサイドのモニターを見た途端！ 愕然としました。

心電図の表示はもうすでに止まっていたのです。

二〇〇四年 三月九日、午前六時五十六分永眠。

享年八十五歳でした。

お義母さんの身体を助けてくれていた呼吸器や、全ての命綱は外され、何一つ音のしない小さな病室で、思いがけずお義母さんと二人だけで、最後の時間を過ごすことができたのです。

毎日この病室であげていたように、お義母さんの小さな身体を抱きしめました。驚いたことに、まだ身体は温かくて、とても懐かしいお義母さんの匂いが、私を優しく包み込んでくれました。嬉しかったので、私はしばらくの間、お義母さんに頬ずりしながらずっと手を握っていました。

「お義母さん、今まで本当によく頑張ったね！もう何にも心配しなくてもいいんだよ」

握り締めていた手のひらはいつまでも暖かく、しかも微かに私の手を握り返してくれたような気がしたのです。けっして気のせいではなく、私を安心させるために、最後の返事をしてくれたのだと思っています。

「わかったよ、ちえさん」って……。

知らせを受けて必死で駆け付けた時に見た、うつすらと微笑むような美しい顔は、今でもはつきりと私の脳裏に刻み込まれています。今まで見てきた中で一番穏やかな表情に見えたのは、私だけではなく、お義母さんの兄弟の皆さんもそう感じていたそうです。

五年前きゅうちゃんが突然倒れ、私の我儘^{わがまま}でお義母さんに来ていただいて一緒に暮らすことになりました。

でも、私が仕事やきゅうちゃんの病院で留守がちだったため、ひとりぼっちにさせてしまうことが多く、慣れない土地でさぞや心細い思いをしていたことでしょう。近所に「茶のみ友達」の一人でもいたら、まだ違っていただのにね。

でも、辛そうな顔をするどころか、くじけそうになる私を励ます^{かたわ}傍ら、ひたすら息子の帰りを待っていたお義母さんは、とても素敵な表情をしていました。

お義母さんが作ってくれた煮物の美味しかったこと、火を消し忘れてお鍋を何度も真っ黒に焦がしてしまったこと、一緒に夕食を食べながらテレビのお笑い番組を見て大笑いしたこと、優しい思いやりの心を見言のうちに教えてくれたこと、そして、いつも必ず「ありがとう」と言ってくれたこと……。数え切れないほどの、暖かい思い出や、優しい言葉は、一生私の心の中から消えることはありません。

具合が悪くなつてから入院するまで、ほんの少しの間でしたが、自宅でお世話をさせていただいて本当によかったと思っています。最後にお義母さんからいただいた「なによりのプレゼント」は、この住まいだと思っています。きゅうちゃんと二人、安心して毎日の生活を営めるようにと、お義母さんが取り計らってくださったのですね？ お義母さんの気持ちに答える意味でも、今まで以上に、きゅうちゃんと一緒に力を合わせて頑張っていけますね！ しつかり私ときゅうちゃんのことを見守っていてくださいね。

お義母さん！

本当にいろいろありがとう！

合掌

第4章 まだまだこれから！

これからは奉仕生活！

今年は桜が非常に美しく、しかも例年になくとても長い間咲いてくれたので、私たちも十二分に楽しむことができました。風もなく、ぽかぽかと暖かい日の午後に、二度もきゅうちゃんと近所の川べりへお花見に行くことができたのです。

きつとお義母さんが、

「今年はゆつくりと桜の花を見なさいね」と、たくさん素敵な時間を与えてくれたのでしよう。

四月二十五日のお義母さんの七七忌も、本当に暖かくて暑いぐらいの陽気でした。桜の花びらの舞う中、お義母さんは静かに極楽浄土へ旅立ち、仏様になられたのです。これからは、空の彼方から私たちをそっと見守っていてくださるのですね？



現在、私はきゆうちゃんの障害者年金で専業主婦として暮らしています。

市営住宅に入居できたことで、家賃が驚くほど安く、私が外で働かなくても人並みの生活を営むことができるようになりました。今まで長い間外で働いてきたので、なんだか申し訳ないようなおかしい気分ですが、なんといっても私の大切な使命は、きゆうちゃんの手助けをすることです。外へ働きに出なくても、ちゃんと自宅与えられた役目をたすことができるのですから、なんて幸せなことなのでしょう！

しかも時間に縛られることもなく、大好きな絵を描いたり本を読んだりもできるのですから、なんて贅沢なのでしょう！ですから、朝起きてから、夜布団の中に入るまでの間は、きゆうちゃんの滞在型専属ヘルパーに徹することにしました。（笑）

そうそう、たまに近所のおばあちゃんたちが遊びにみえるのですが、いつもたくさんお喋りをして、それは嬉しそうに帰って行きます。見送った時に見せてくれる満の笑顔は、私たちにとつてもなによりの喜びです。

我が家に迎え入れ、話にじっと耳を傾ける。こんなことしか私たちにはできませんが、これが、私たちがお年寄りにしてあげられる、心ばかりのプレゼントなのではないかと思っています。

今思うと、お義母さんにも同じようにしてあげていればよかったと、後悔しています。ちょうど、お義母さんと同じくらいの年齢の方たちなので、お義母さんの代わりだと思って、できる限り親孝行の真似事をさせていたたくつもりです。

お義母さんの介護生活で学んだこと

短い間でしたが、ほんの少しでも義母の介護（らしきもの）をさせて頂いて本当によかったと思っています。その時は、とにかく無我夢中で目先のことしか見えず、全く気が付きませんでした。が、今になってみると、（あ、こんなことをしてあげればよかったかもしれない。あんなことも必要だった）と思うことがたくさんありました。

◇とにかく水分補給！

脱水は命取りです。その防止のためにも、普段からなるべく水分を摂るよう、心掛けていくことが大切です。少しでも水分摂取が減ってきたと感じたら、水分の多い食材で食事を摂るようにしましょう。どうしても水分を摂らなくなったら、すぐに原因を突き止めましょう！

お茶を作ってペットボトルに移し変えておくと、毎日飲むがわかって便利です。

◇簡単な作業を頼むようにする。

たとえば三度の食事の時、お膳の上を拭いてもらう、洗濯物をたたんでもらう、など、できる範囲のことをお願いするのです。（二度手間になることは当たり前と承知の上で）

家族に必要とされているのだと自覚することによって、疎外感や孤独感がなくなり、呆け防止にもなります。

◇何でもいいから笑わせる。そして一緒に笑う！

笑うことは介護する側もされる側も、気持ちがおおらかになるものです。妄想を受け止める時もユーモアで返すくらいになりましょう！

◇ 排泄のお世話も慣れとコツ

最初は憂鬱で一番怖かった排泄介助でしたが、何度か経験を積むうちに、便の状態も観察できるようになりました。たまに手につくこともありましたが、洗えば大丈夫。口で息をするのも上手になりました。(笑)

◇ 介護記録をつける

書くことによって気が晴れることもありますし、読み返すことで客観的に現状を把握することもあります。記録があると、具合が悪くなったりした時や、ちよつとした時に役立ちます。

◇ 役者になつて合わせる

お年寄りの妄想や、繰り返して話すことは高齢になれば当たり前なのだと、割り切つて聞いてあげると随分楽になります。言ってみれば役者になることです。まじめに相手をするとう自分まで混乱してしまうので、ひたすら聞き役にまわりましょう。ただ、相槌をうって聞いてあげるだけでも喜んでくれます！

私の場合は短期集中型だったので、長期にわたつて在宅介護をしていらつしやる方よりずっと楽でしたが、ただ妄想の相手をするのがとても大変でした。完全に呆けているわけではないので、お義母さん自身の方が、私以上に苦しかったのではないかと思います。

最初の頃、お義母さんは日に何度も塞ぎ込み、話しかけても一言も口を開かないことがありました。自分だけにしか見えない架空の子供たちに怯え、だんだん孤独になっていったのではないかと思います。

お義母さんが何を言っても合わせてあげようとしたのですが、かえって私に対する猜疑心が生まれ、なかなかすんなりとはいきませんでした。今になって、名役者になるということの大切さが、わかったような気がします。

具合が悪くなるほんの二年前までは、ちゃんと掃除洗濯をして家事の手助けをしてくださっていたのです。いきなり痴呆になったわけではありません。歳をとって身体が動かなくなり、おかしいことを言ったりしても、一緒に暮らし始めた時のお義母さんには変わりないのです。充分わかつてはいるのですが、ちよつとしたことでもすぐに腹を立て、辛い思いをさせている自分が、とても嫌な人間に思えて仕方ありませんでした。そんな時、介護日記をつけてみようと思ったのです。ヘルパー二級の講習の時に、先生が教えてくださいましたのを思い出したからです。何かあるごとに記録し、後で読み返してみると、客観的にいま現在の自分の精神状態や、お義母さんの日々の様子や変化がわかるので、貴重な資料になりました。

介護日記をつけていて、何よりも強く感じたことは、

『ヘルパーさんは利用者本人の手助けをしてくださると同時に、介護者にとつてのヘルパーさんでもある』ということでした。

連絡ノートに、お義母さんの状況を書いてその日の情報交換をするのですが、だんだん私の愚痴や本音も書いてしまうようになり、かなり甘えてしまいました。でも、そのたびに暖かい励ましの言葉が書いてあり、それによつてまた、（よしっ！頑張ろう！）と、気持ちを新たに奮い立たせることができたのです。

やはり一人では絶対に無理です。多くの方々の協力があつたからこそ、頑張れたのだと思います。うんと甘えていいのだと思います。それによって気持ちが悪くなるのなら、きっと介護自体もゆとりが出てくるのではないかと思うのです。

きゅうちゃんの回復記録 二〇〇四年

きゅうちゃんが倒れてから五年が経ちました。

五年も経っているのに、未だに麻痺側の手足の変化は続いているのです。これはやはり諦めずにどんどん動かしていたからだと思います。

麻痺している右側の手足は、毎日の努力でかなり動くようになりました。腕の曲げ伸ばしもできますし、手のひらを肩の高さまで上げることもできます。手のひら自体はまだ自力では開いたり窄めたりできませんが、とても関節が柔らかくて、ちゃんと手のひらを広げて拭くことができます。毎朝欠かさず、手のひらをぐつと広げるリハビリをしているからかもしれません。

毎日二人で歩く練習をしています。だんだん足の感覚が戻ってきているのか、たまにバランスを崩すことはあるものの、それなりに四点杖と私の介助で歩くことができるようになりました。だいたい五回に一回くらいの割合で、私の支えがなくても、バランスを取りながら歩くことができます。

でも、調子が悪い時やかなりバランスが悪い時は、思い切って休みます。まだまだ先が長いのですから、



絶対に無理をしないように気長にやっています。

リハビリが終わると、たいていお昼頃まで、パソコンの前に座って、メールやゲームなどをして過ごしています。メールの文章を打つときは、一所懸命左の指を駆使し、長い時間をかけて必死でキーボードと格闘しています。

未だに画が上下左右に揺れて文字が二重に見えるため、メールの文章を打つ時に、とても時間が掛かります。それでも、一つ一つ言葉を選びながら丹念に文章を作り上げていくことが、リハビリにもなるのだと言って頑張っています。

新しい「御飯の食べ方」

食事の時、スプーンとフォークが主流だったのですが、最近はお箸で何でも食べるように頑張っています。（これはお箸では無理だろう）と思ってスプーンを用意しても、使わないことのほうが多くなりました。先日は、あれほど苦手だった冷奴を、実に巧みに箸で食べていたのです！驚きました。

朝食は、今まで毎日パンでしたが、一日おきに、ご飯と味噌汁、納豆や子焼きなどのちよつと難しいメニューにも挑戦しています。

最近、御飯の新しい食べ方も開発しました。

御飯を茶碗やどんぶりに盛ると、どうしても御飯の厚みが出るため、スプーンやお箸で一氣にたくさんす

くってしまい、そのまま口に運んでむせてしまうことがあります。ふりかけを掛けても均等に混ぜることができず、最後にはふりかけなしのご飯になってしまうのです。

そこで、ご飯は茶碗ではなく『ライス皿』に平べったく盛って、それをすくうようにしました。すると少しずつご飯がスプーンやお箸の上に乗れり、がつついて食べることもなくなりました。ふりかけも、お皿の上のご飯に均等にかけておけば、最後まで楽しみながら食べることができるようです。『天井』や『うな井』の場合も試してみましたが、バツチリでした。これは是非お勧めです！

理想的なお皿の形状は、まわりのへりが平らのもので、少し高くなっているものの方が、スプーンの先がよくひっかかるため、すくいやすく、こぼしにくいようです。欲を言えば、へりが少し内側に傾斜しているほうがさらに食べやすいようです。

にぎり寿司の時は一口にするため半分に分けるのですが、それだけだとどうしても持った時に崩れてしまいます。そんな時はラップに包んで少し丸め、『手まり寿司』



のようにすると、崩れずに上手く食べることができます。

お餅も、一口大に切ってからオーブントースターで焼いて、ミニ磯辺焼きにしたり、おやつ代わりに『黄な粉』をまぶして食べたりして楽しんでいきます。栄養があるし、とても楽ですよ。

麺類も、なるべくなら図のように小さくまとめ、少し間隔を置いてお皿やざるに盛りたいたいところですが、菜ばしで数本取り、少しずつ丸めるように重ねて盛るだけでも、だいぶ取りやすくなります。一気に、ひとかたまりの麺のまま盛らなければ大丈夫です。

お気に入りのシャワーチェア

市営住宅の下見をしにきてまず驚いたのが、トイレへ入るところの段差で、なんと二十cmもあったのです！私の介助があつたとしても、いったいどうやって入ればいいのか本当に悩みました。でも、介護支援センターの作業療法士さんが引っ越し前にいらして、何処にどのような手すりを付けたらいいのかを見てくださったのです。

これでひと安心！と思ったら、またしても窮地に追い込まれてしまいました。引っ越しして実際に住んでいなければ、市の住宅改修許可がないということです。

そのため、全く手すりなしの過酷な生活が待っていたのですが、人間その気になればなんとかなるもので、きゆうちゃんも私も必死で段差を乗り越えて便器にたどり着く方法を考えたのです。それはかなりの労力を

要するものでしたが、リハビリだと思えば辛くはありませんでした。そして、二人の呼吸がバッチリと整い、身体も慣れて、それほど苦にならずにトイレの出入りができるようになった頃、やっと念願の手すり工事が始まったのです。

いよいよ各箇所に希望りの手すりが付き、しっかりと掴まってトイレの出入りができるようになったのです。嬉しいことに、今回の件で思った以上に足腰が鍛えられたため、風呂場への移動も楽々とこなせるようになりました。いくら汗をかいても頻繁にシャワーを浴びることができるようです！ あの手作りシャワーで大満足していた頃が、とても懐かしく思います。

当然座するためのイスも欲しくなり、さっそく介護保険でシャワー用の素敵なイスを購入しました。このイスはデイサービスで使用しているのと同じものだそうです。背もたれと座が、ちょうどプラスチックのまな板にそっくりなので、思わず笑ってしまいました。非常に安定が良く、身長に合わせて高さも調節できるので、とても便利です。

これでバッチリ快適な夏が過ごせます。本当によかったね！



エピソード

いつもきゆうちゃんは、

「なんとか六十歳になるまでには、一人で歩けるようになるように頑張るんだ！ まだまだ人生長いのかから、決して諦めないでマイペースでやって行くよ！」

と、自分に言い聞かせながらリハビリに励んでいます。

数日前も、五年間の沈黙を破り、ついに退院後、初めて自分で歯を磨きました。口の中の左半分が麻痺しているため、歯ブラシで強くつついてもわからず、歯茎を傷つけてしまうのです。

リハビリ病院で、朝、歯を磨いた時に口をすすいだら、洗器が血液で真っ赤に染まっていたそうです。その時、左手も力加減ができず、かえって危ないことに気が付いたので、それからは一切自分で磨くのをやめたそうです。

「無理に自分で磨かなくてもいいよ」と、毎晩の歯磨きは私がしていました。でも、朝は口をすすぐだけだったので、これからは、朝も少しずつ自分で磨けるように練習してみよう！ と新たな挑戦を決意したのです。

こうして、ゆつくりと少しずつですが、確実に回復へ向かって歩み続けているきゆうちゃんを、とても尊敬しています。

私も喜んでその手助けをしながら、これからもずっと一緒に勉強させてもらっています。

そして、今まで試行錯誤しながら学んで来た経験を生かし、さらに工夫を重ねて、少しでも不自由を解消させるアイデアを生み出して行きたいと思っています。

今日もまた、青空の下、二人で歩行練習をしました。

この調子で行けば、目標達成が少し早まるかもしれないよ！

無理をしない。

毎日少しずつだよ。

そして、二人で歩いて散歩に行こうよ！

きゆうちゃん！

「明日も晴れだよ！」

<著者紹介>



松本 千恵子 (まつもと ちえこ／ちえちゃん)

昭和 33 年 6 月 20 日／神奈川県横浜生まれ／O 型

chi-bow@mx5.ttcn.ne.jp

<http://yokohama.cool.co.jp/qchan1>

高校卒業後、何をしても長続きせず、数々の職業を転々とし、スナックの手伝いがきっかけで、10 年間夜の世界で仕事を続ける。

1996 年 調理師免許を取得。念願の病院調理師の仕事につく。

1998 年 きゅうちゃんと知り合い婚約する。

1999 年 突然、脳幹出血で倒れたきゅうちゃんの、約 7 ヶ月の闘病生活を支え、退院後、自宅で介護生活を始める。同時に義母を引き取り、必死で 2 人の介護を続ける。

2004 年 義母、老衰と肺炎のため永眠。

現在、きゅうちゃんと 2 人でリハビリ中心の生活をしている。



松本 久造 (まつもと ひさぞう／きゅうちゃん)

昭和 25 年 10 月 25 日／富山県富山市生まれ／O 型

hisazou@mx8.ttcn.ne.jp

1971 年 21 歳の時、家業から独立。「Q 電化サービス」を開業する。

1985 年 「松本エンジニアリング(株)」という、水処理関係の会社を設立。

いつも前向きで人望も厚く、『一人社長』としてバリバリ働く！

1999 年 日頃の疲れやストレスからか、脳幹出血で倒れる。

右半身麻痺、その他いくつもの後遺症で不自由な身体になってしまったが、持ち前の明るさと粘り強さで、リハビリに専念する毎日である。

明日も晴れだよ！

紙版初版発行 2004 年 8 月 31 日
デジタル発行 2011 年 4 月 20 日

著 者 —— 松本千恵子・松本久造
発行者 —— 松本千恵子

紙版発行 —— 株式会社 **かんぼうサービス**
デジタル発行 —— 株式会社 **シルクふぁみりり**
TEL 0745-60-2696 / FAX 0745-60-3098