



マッセ・市民セミナー

「支える側が支えられるとき
～認知症の母が教えてくれたこと～」

開催日：平成24年4月20日(金)

会 場：インテックス大阪 国際会議ホール

「支える側が支えられるとき ～認知症の母が教えてくれたこと～」

講師 藤川 幸之介 氏
(詩人・児童文学作家)

私の母は認知症です。アルツハイマー型認知症という病気です。

アルツハイマー型認知症がどういう病気かといいますと、認知症の中でも脳が縮んでいく病気です。母が60歳のときにその病気と言われまして、今度83歳になりますが、もう23年近くこの病気を抱えています。アルツハイマー型認知症の人間で23年間生きているのは珍しいと言われます。大体普通、脳の委縮が進んでいったら、肺の機能が低下して肺炎になったりして亡くなる場合が多いのですが、初期のころ、60歳のころは、いわゆる今で言う若年性のアルツハイマーと言われていました。あのころはそういう言葉はありませんでしたので痴呆症と言っていました。そして23年たって今、アルツハイマー型認知症のターミナル期、終末期だと言われています。母はそんな状態です。

終末期といいますと、脳がどのようになくなっていくかといいますと、私は脳がどんどん小さくなっていく病気だと聞いていたので、どんどん小さくなってビー玉のようになって、最後にぽんとなくなると思っていたのです。なくならないのです。20日ぐらい前でした。母の息が40秒とか1分とか止まるのが頻繁に起こりました。これは大丈夫かということで脳を立体的に見るMRI検査をしたのです。そうしたら、外側からも少し小さくなっていましたが、大脳の中に水がたまっている場所が誰でもあるのですが、それがどんどん広がっていました。そして、その広がっていくことを脳が縮むというそうで、アルツハイマー型認知症の特徴的な病状だそうです。私の母はMRIで見ましたら、大脳の中にぽっかり空洞がありました。ですから、母には申し訳ない言い方ですが、べらべらの脳の状態でした。それでお医者さんに聞いたのです。「先生、こんな状態で母は大丈夫ですか」と言ったら、「いや、大丈夫ではないです。こんな脳で生きている人を見たのは初めてだ」とおっしゃる。不安になりまして「いや、先生、大丈夫ですか」と言ったら、「いや、大丈夫じゃないと、さっきから言っているじゃないですか」と言われたので不安になったのです。

それで「先生、よろしくお願いします」と言って離れようとしたら、そのお

医者さんがこうおっしゃるのです。「この脳の状態ならば、もう息が止まりますよ。あと1年後とか1か月後とかいう話ではなくて、10日後でもないです、1時間後に息が切れる可能性がある。だから聞いておきたい」と言われるのです。藤川さんはよく長崎を離れて全国いろいろなところへ行かれるので、藤川さんがいないときにお母さんの息が切れたときにどうするかということを知りたいと言われたのです。人工呼吸器を付けますかという話をされたのです。それは息が止まったら人工呼吸器を付けるか、そのままにしておくかということを知りたいと言われたのです。私は即座に答えたのです。「先生、もういいです。もうはめないでください。もう母は23年間この病気を背負って必死に生きてきました。先生、その一日一日を私は知っているので、もうゆっくり休ませたいと思う。先生、もう人工呼吸器は付けなくてください。息が止まったら、そのままにしておいてください」と言ったのです。先生は「分かりました。じゃあ、そのままにしておきますよ、藤川さん。もう聞きましたので、そのようにしておきます」と言われたのです。そして、「お願いします」と言って、お医者さんから5歩ぐらい離れて、ふと頭の中で、私のあの一言で母を殺してしまっているのだろうかと思ったのです。

これは認知症を介護する者としては一番重要な問題なのです。認知症の本人が全く判断できないのです。だから、そのそばにいる私が母の命さえも判断しなくてはならない。大変な話なのです。ここは認知症の一つの問題でもあると私は思っています。だから、若いころから早く母に聞いておけばよかったと思うのですが、今になってそういうことはできないので、5歩ぐらい離れて「いや、私のこの一言で母を殺していいのか」と私は思ったので、ぱっと振り返って、「先生、やっぱり人工呼吸器を付けてください」と言ったのです。そうしたら、お医者さんが「そんな帽子とか手袋みたいに言わないでください」と言われたのです。それはそうですよね、「付けてください」と簡単に言えるような問題ではないのですが、「付けてください」と、また言ったのです。そうしたら先生が「迷うのですよね。迷っていいのですよ、藤川さん。迷わないのがいいと思っていますでしょう。いやいや、誰でも迷いますよ。自分の親や自分の連れ合いや自分の近くの肉親がそんなふうになったら、誰でも迷うので、迷っていいのですよ」と言われたのです。それでほっとしました。私は迷っていけないと思ったのです。お医者さんから聞かれましたら、きちんと答えなくてはならないと

思っていたのです。

私は、そのとき「付けてください」と言って、先生が迷っていいですよと言われたので、「どうしようかな、やっぱり先生、付けないことにしましょうか」と私が言ったら、お医者さんが「それは相当迷いすぎですけどね」と言われたのですが、自分の親や連れ合いがそうになったら、皆さん、迷いませんか。私は迷います。今でも迷っていますが、今は「もう付けないでください」と言っています。ですから今私が講演中に母の息が切れているかもしれません。そのときには講演が終わって携帯を開いたら、「お母さんは亡くなられました。今ベッドのところに横になっておられますよ」という連絡が来ているかもしれません。これは分からないです。だから、講演が終わるとか、風呂に入るときは不安なのです。携帯を持っていかないでしょう。終わって開いたときに、どんな音声通話が入っているかと思って、いつも不安です。

今、母はどういう症状かといいますと、歩くことも全くありません。食べることも全くしませんし、言葉も全くありません。これは60歳のころアルツハイマー認知症になった最初のころから言葉はありませんでした。歩くこともない、言葉もない、そして食べることもない。食べることもない人間がなぜ生きているかという、学生さんもおられるので説明します。胃ろうというので胃から穴を通すのです。そして、ここから管を通して栄養を入れている。これは母にも申し訳ない言い方ですが、母は生かされている状態で生きています。

私としては、全国いろいろなところに行くので、おみやげを買って帰ろうと思うのです。山形に行けば山形のものを買って帰り、北海道に行けば北海道、大阪に行けば、お好み焼きのレトルトのものを買って帰れないかななどいろいろ考えますが、母は食べないので、食べ物を買っていてもしょうがないのです。それで、どんなおみやげを買って帰ろうかと私は思ったのです。皆さんなら、そんなときにどうしますか。おみやげに、岩に努力とか根性とか書いてあるのがありますよね、あんなものを買って帰ってもしょうがないですから、いろいろ考えたのです。

母に何を買って帰ろうかと思ったら、60歳のころ母が認知症になってからのことをふと思い出したのです。どうしていたかというときューピー人形を抱っこして「はい、はい、はい、はい」とやっていたのです。当の本人は大まじめです。兄も私も父も恥ずかしいからやめろと言って取り上げて隠すのです。隠

すけれども、どこからか目ざとく見つけてきて、また「はい、はい」とやっている。ああいうとき、びっくりするくらい見つけてきますよ。それで、「あーあー」とやっているのです。私たちは恥ずかしいけれども、当の本人は大まじめなのです。大まじめということはどういうことかという、若いころの自分にすっかり戻ってましたね。ですから、キューピー人形は兄か私ですよ。そして、若いころの自分に戻って、母はおむつまで換えようとしていました。ずっとやっていたので、そのときのことを思い出したのです。

認知症の方がどういうときにふっと返ったかという、うまく言った言葉があります。「認知症の方は思い出の順番が違う人なのだ。時間の流れの順番が違う人だとか、思い出の順番が違う人だ」とよく言われています。私の友人が施設で仕事をしていますが、その友人から聞いた話ですが、「藤川さんね、認知症の人っていうのは、思い出の順番がいろいろ違うし、その強弱がまたいろいろ違うんだよね」。私の母は子育てしているときのことを一番強烈に思い出していたのでしょうか。そのころによく戻ってました。

あるお医者さんと私が雑誌で対談したときに、「認知症の方は自分が一番楽しかったときや一番充実したときに戻るんだ」と言っていました。それを聞いたときに、母は子育てしているときが一番充実していて楽しかったときなのでしょう。いつもキューピー人形をこうやっていました。それで私はふと思ったのです。「よし、これはキューピー人形をおみやげに買って帰ろう」と思った。皆さん、どこもキューピー人形は一緒だと思いでしょ。小さいキューピー、ご当地キューピーというのを皆さんはご存じですか。全国にいろいろなキューピーがあるのです。

大阪だったらどんなキューピーがあると思いますか。私はたくさん買って帰ったのですが、「お好み焼きキューピー」ってあるのですよ。お好み焼きの中にキューピーちゃんが顔を出している。それから、「大阪城キューピー」もある。大阪城がこうあって、顔だけキューピーちゃんになっている。そんな強引だろうと思うぐらい。「たこ焼きキューピー」は大体想像がつかますよね。そんなキューピーちゃんが大阪にもありますが、水戸に行ったら、学生さん、水戸で有名なもの知っていますか。そうですね、何も言わないので私が言いますけれども、納豆がありますよね。「納豆キューピー」というのを売っていて、納豆のわらの中にキューピーちゃんが納豆まみれになって首だけ出しているの

を売っているのですよ。水戸といたら、水戸黄門の格好したキューピーちゃんも売っていました。北海道だったら「キタキツネキューピー」という、キタキツネの顔の中からキューピーちゃんが出ているものとかを売っているのです。この前は熊本に行きました。熊本は黄色い帽子をかぶったキューピーちゃんがいるので、普通のキューピーちゃんではないかと思ったら、上から見たら、皆さん熊本といたら、からしレンコンという黄色いのがありますよね。からしレンコンの輪切りが頭の上に乗っているキューピーちゃんがありました。長崎だったら、皆さんご存じですか。長崎はちゃんぽんがあります。「ちゃんぽんキューピー」というのがあります。ちゃんぽんのどんぶりの中から具材と麺と一緒にキューピーちゃんが首を出している。それから坂本龍馬がいましたので「坂本龍馬キューピー」。

キューピーの話をするだけでも2時間ぐらいかかりますので、これぐらいにしておきますが、そういうものを一つ一つ買って帰るのです。「お母さん、ここに行ってきたぞ」。大阪だったら「お好み焼きキューピー」を見せながら、「今日大阪に行ってきたぞ。大阪の皆さんに話をいっぱい聞いてもらって、皆さん感動して、大きな拍手をくださったぞ」と言っている話です。まだ拍手はもらっていないので分かりませんが、全部話すのです。母が分かるものだと全部話します。だから、大村空港という飛行場まで車で行き、そこから飛行機に乗って伊丹空港まで行き、伊丹空港から列車に乗って会場まで行くという話まで全部話すのです。母が分かるものだと、キューピーちゃんを持って私は全部話をします。

正月もそうです。母は今心臓の調子が悪くて病院に入院しているので、正月とか盆ぐらしか帰ってこれないのです。正月、家に帰ってきたら、母をきちんと座させます。そして、母のおせち料理を全部用意します。そして、おめでたい箸も母の前にきちんと置きます。そして、母におとそをついで口にやります。そしてみんなできちんと並んで「あけましておめでとうございます」とまず母に頭を下げます。全部分かるものだと、私は母にはそうやってするのです。朝、病院で母に会うときには「お母さん、おはようございます」ときちんと頭を下げます。昼、会うときには「こんにちは、お母さん」、夜帰るときには「お母さん、さようなら。おやすみなさい。また明日来ます」というようにして、きちんと母が分かるものだと私は話します。母が何かを感じてい

るかもしれないいつも思うからなのです。ですから、キューピーちゃんを見せて「今日は大阪へ行ってきたぞ」と全部話すわけです。でも、母は何にも反応しません。ぼうっと上を見ているだけです。何も分かっていないと思います。

母もどこかで喜んでいのかと思ひながら、私は全部分かるものだと話しているのです。

全国、いろいろな講演会に私は出くわします。あるとき、こういう講演会に出くわしたのです。一番前に認知症の方が座っていらっしゃる講演会があったのです。このごろよくあるのです。介護されている方も私のような者の講演を聞きたいということで、一番前に認知症の方、後ろに介護されている方、施設の方、それから病院の方、看護師さんやお医者さん、一般の方が来ている講演会というのがよくあるのです。

一番前に認知症の方が座っていらっしゃって、私が先ほどのように入ってくると、一番前の方は私を見ながら、「おい、おい、おい」と言われるのです。これは親戚の誰かか息子か何かと間違っているような感じなのです。「おい、おい、おい」と言われるので、私も調子に乗って「ああ、おばあちゃん。こんにちは、こんにちは」と言っていたのです。ずっと言って、ここに来て、そしたらまた「おいおい」と言われるのです。そうしたら、また愛想を振りまきながら話していたのです。ずっと講演していると、おばあちゃんが「こっち来い、こっち来い」と一番前の席でされ始めたのです。「こっちこんか、こっち来い、こっち来い」と息子を呼ぶみたいにしていたので、私はこれは目を合わせてはいけないと思ったのです。というのは、母が認知症初期のころ、目を合わせたらずっと私の後を付いてきました。その経験があるので、目を合わせてはいけないと思ったのです。それで話しながら、おばあちゃんのところだけひよいと目をそらして話していたのです。そうしたら、おばあちゃんが自分に目を向けられないので気になられたのでしょう。どんどん声が大きくなって「おい、こら。こっち来い」、こっち向けという意味だと思ひのです。「こっち来い、こっち来い」とどんどん声が大きくなっていきました。

それは当たり前ですよ。認知症のおばあちゃんだから、それをやっていいと思った私が間違っていた。自分がそっち側に座って、自分だけ無視された形で目を背けられたら頭にはこないかもしれないけれども、何か気になりますよ。「えっ」と思ひだろろうと思ひ。おばあちゃんは認知症の人だから、それをやっ

でいいと思った私が間違っていて、それをやってしまったのです。そして、どんどん大きくなっていくので、そこで私は理屈で説明したのです。「おばあちゃん。こっちへ来いって言われるけれども、そっちに行けないのですよ。分かってください。なぜかという、そっちに行ったら、こっちに誰もいなくなるでしょう。だから、講演会じゃなくなるんです。分かってください」と言ったら、おばあちゃんが「分かりました、分かりました」と言われる。「ああ、分かったんだ」と思って私はまた話を始めた。そうしたら、その「分かりました」の時間が短い。また3分後ぐらいに「こっち来い、こっち来い」と始まった。また、例のごとく目をずっと向けて、またこうしたのです。「こっち来い、こっち来い」とどんどん声が大きくなって行って、今皆さんが私の話を聞いてくださるように、全員がこちらの話を聞いてくださっているのですが、頭の中はおばあちゃんのことはいっぱいという人が、顔を見たらよく分かるのです。

それで、おばあちゃんの声もどんどん大きくなって、「こっち来い、ほら、こっち来い」となってきたので、これはいけないと思ったので、普通ならば私は「主催者の人、すみません。おばあちゃん、落ち着かれるまで、ちょっと外で休ませてもらえませんか」と出してもらおうのです。そのようにしたかもしれない。しかし、そのときはしませんでした。なぜかという、おばあちゃんの横の席が空いていたのです。だから、「こっち来い」と言われるなら行ってみようと思った。「すみません。講演会、ちょっとここで止めますね。ちょっと待ってください。おばあちゃんに来いと言われるので」。それは、認知症の方を分かってもらうのにもいいかもしれないという思いが少しあったのかもしれないです。「その隣の席に座りますから、ちょっと待ってください」と言って、行って座ったのです。座ったら、おばあちゃんがどうされるかという、私が隣に座ったのです。そしたら、私の背中をさすってくださるのです。「きつかったな、きつかったな。休んでいけ、休んでいけ。あー、きつかった、きつかった」。息子か何かの前に立っていて休ませてあげたいと思われたのですよ。「ゆっくり休ませてあげたい。ずっとあそこに立っているけれど、きつかったな、きつかったな。休んでいけ、休んでいけ」と言われた。私の母には60歳のころから言葉がなかったので、久しぶりに母に優しくしてもらった気がしたのです。「ああ、母はこうやってくれていたな、小さいころ」と思い出すぐらい優しくしてもらって、私はうれしかった。一時、私はぼうとしており、はっと我に返ると、おば

あちゃんが私の方を向いてにこにこされていたので、もうこれはいいかと思い、そのまま「じゃあね、おばあちゃん」と言ってこっちに帰ってきたのです。

そして、それから1時間半から2時間近く私は話をしたのですが、それから「こっち来い」がなかったのです。いつ「こっち来い」があるかと最初にこっちに来たときにはどきどきしていたのですが、1時間半から2時間、全く「こっち来い」がありませんでした。私はそのとき思いました。おばあちゃんにはおばあちゃんの物語が頭の中に広がっていて、その頭の中に広がっている世界に付き合っただけとすることはとても重要なことなのだ。「ああ、良かった。休ませてあげた」と安心された感じが私はしたのです。おばあちゃんは頭の中に「休ませてあげたい」という物語が広がっていて、それをすることができてとても安心されたのだなと私はそのとき思ったのです。おばあちゃんの頭の中に広がっている物語を理解し、読み解くということはとても重要なことなのだ、手招きするおばあちゃんから私は思ったのです。

認知症の方の行動は、悪い言い方をすると、よく奇行だ、奇行だと言われます。「認知症の人は変な行動するもんね」。その一つの中に、専門の方はご存じでしょうが、徘徊という、うろうろする行為や、「あんた、私の物を取ったね」とか、いろいろなことを認知症の方はされます。それをわれわれはこっち側から奇行だ、奇行だと言いますが、奇行だ、奇行だと言っているときには、こっち側は正常だ、正常だと皆さん言っているのですよ。そんなに自分たちばかり正常だと思いませんか。毎朝テレビをつければ、人をなぐったの殺したのという世界がずっとわれわれの正常だと言われている世界でも毎日広がっている。それが自分たちばかり正常で、認知症の人たちだけ「奇行だ、奇行だ、変な行動している」と言うけれども、それぞれの頭の中に広がっている物語や世界に従って生きているだけなのです。もし、認知症の人が徘徊をやったら、それをやめさせることばかり考える。そして徘徊を見て「ああ、おかしい。認知症の人は、あの人は。あははは」と笑ったり、やめさせることばかり考えている。けれども、私は手招きするおばあちゃんから学んだのです。徘徊をやめさせるのではなく、徘徊を笑うのではなくて、その頭の中に広がっている徘徊の後ろにある物語を理解し、読み解こうとすることはとても重要なことなのだ、私はそのおばあちゃんに出会ってから思ったのです。

それまではどうだったかという、母が徘徊していたらやめさせていました。

「どこにも行くな。うろうろするな。俺らが忙しいときに限ってうろうろするんだから。どこも行くな」といつも言っていた。私は作家になる前は小学校の教員をしていました。パソコンを持って家に帰るのです。そして、母をここに座らせて仕事をするのです。そうしたら、私が忙しければ忙しいときに限って、母はどこかに行こうとするのです。「何で俺が忙しいときに限ってうろうろするんだ。どこにも行くな。うろうろするな」と私は言っていたのです。それはよく考えてみれば当たり前のことなのです。私が忙しくて仕事に熱中して母の相手をしないので、母は何もやることがないのでどこか行こうとするのは当たり前のことでしょう。それをどこにも行かせなかったのです。「どこにも行くな。何で俺が忙しいときに限ってうろうろするか」と私は言っていた。

私は、一日中母を捜したことがあります。一晩中捜したことがあります。目を離れたすきにどこかにいなくなったのです。どこをどう捜せども、一日中捜せどもどこにもなくて、一晩中捜してやっと捜し当てたのが、亡くなった父と二人で行っていたストアの裏のコンテナが積んである裏に、隠れるようにじっと座っていました。私はそれを見てから、どこにも絶対行かせないと思ったのです。なぜかという、捜しているときに涙ながら捜したのです。私の不注意で母を交通事故に遭わせて殺したらどうするのだろうかと必死に捜したのです。だから、それから私はどこにも行かせまいと思った。私は徘徊をやめさせるのではなくて、どこにも行かせなかったのです。「どこにも行くな、うろうろするな」。「徘徊を笑うのではなく」と書いていましたが、私は笑っていたのです。おむつを換えますと、一番外側のおむつカバーが真っ白のおむつカバーだったのです。ふっと目を離れたすきに、おむつカバーからよきと裸の足が2本出ているのですね。ぱっと立って、だっと走り出したのです。ああいうときというのは速いですよ。追いかけても追いかけても追いつけないぐらい速い。右手、左手と行くでしょう。追いかけてながら私はふっと見ると、あひるみたいに見えたのですね。「お母さん、あひるみたいだぞ」と私は笑っていたのです。母がこの世界が分からなくなる恐怖や悲しさやつらさ、不安、そういう気持ちなんか全く分からずに私は自分の母親を指さして笑っていたのです。

しかし、このおばちゃんに出会ってから、やめさせるのではなく、笑うのではなく、実はその頭の中に広がっている世界を分かってあげることはとても重要だし、そのいろいろな行動、徘徊なら徘徊から、その人を分かるための入口

にする。徘徊をしたら何で徘徊をしているのかなとって、その人の頭の中に広がっている世界を分かろうとする入口にするのはとても重要だなと思ったのです。

私は母が歩いているときに、あまりそんなことを考えませんでした。歩かなくなって考えてみたのです。このおばあちゃんに会ったのは、母が歩かなくなってからです。母は何であるとき徘徊をしていたのだろうと思ったら、皆さんもお分かりですよ。亡くなった父と二人で行っていたストアの裏のコンテナの後ろに座っているのだから、亡くなった父を一生懸命捜していたのです。それを私が分かろうとしていたならば、母と手をつないで「お父さん、どこへ行ったんやろうね」とずっと二人で歩けばよかったです。「お父さん、どこやろうね。どこやろうね」と歩いてやればよかった。それが私にはできなかった。このおばあちゃんに会ってから、歩かなくなってから、あのとき母と二人で歩いてやればよかったと思う。遅いですね。つまり、奇行だ、奇行だという行動から頭の中に広がっている世界や物語を理解し、読み解く入口にする。それはとても重要です。

つまり、私はあるときにこの話をして、「認知症の人を分かろうとしてください、理解しようとしてください」と言ったのです。学生さんみたいな若い方でした。大きな大会だったので、19歳か20歳ぐらいの介護福祉士の方が会場に1,000人単位で来られて、若い人たちがみんな聞いていたのです。そこで私はこの話をして、認知症の人を理解し、分かろうとしてください、読み解こうとしてくださいと言って話は終わったのです。終わった後に、19歳か20歳ぐらいの若い男の人が私のところに来たのです。「藤川先生、質問があります。今日はどうもありがとうございました」。全く「ありがとうございました」ではないのです。文句が言いたくてしょうがない顔をして「ありがとうございました」なのです。「ああ、この人、何か俺に言いたいんだな」。怖い顔をしているのです。そして、「藤川先生。今日話を聞かせてもらいましたが、私は今、認知症の方の担当をしているんです。それで、藤川先生はこう言われた。『認知症の人を分かろうとしてください』と言われましたけれども、分からないんです。それでもぼくは分かろうとしなくちゃいけないんですか」とその人が言うわけです。「認知症の人といっても、言葉があっても訳の分からないことを言うんですよ。そして、言葉がない人なんて全く分からない。それでもぼくは分かろうとしな

くちやいけないんですか。分からないんですよ」と言われた。

皆さんなら、何と答えますか。私は顔が怖かったので、「ああ、そうですね」と答えたのです。そうしたら「そうでしょう」と、もう調子に乗ってくるわけですよ。「そうでしょう。分かんないものは分からないでしょう。何で分かるうとしなくちやいけないんだよ」とまたこういう感じなのです。「何一つ変わらないのに何でやらなくちやいけないんだ」と言った。私はその言葉尻をとらえて言ったのです。「あなたね、今何一つ変わらないと言ったけど、そこは間違いだ」と私は言ったのです。「何一つ変わらないと言ったけれども、先ほど話したように私の母も認知症ですよ。そして6歳のころは言葉がなかったので、母の本当の心は一度も私は分かったことがない。二十数年間言葉がなかったので、母の気持ちの本当のところは全く分かったことがない。しかし、私はずっと23年間、母のことを分かるうとしてきた。分からないけれども、ずっと分かるうとしてきた。あなたは何一つ変わらなかったと言うけれども、一つだけその中で変わったことが私にはあるんだ」と私は言った。「何ですか。そんなの何も変わらないですよ」と言うので、この一つだけと言うのは、「自分自身が変わったんですよ」と私は言ったのです。

母は全く言葉がなかったので、母のことを分かるう、分かるうとずっとしてきたのです。そうしたら、自分自身が変わっていくのが分かってきたのです。「自分自身が変わるって、分かりますか。この一つだけ変わるというのは、自分自身が変わるというのは、自分の見方が変わるということですよ。見方が変わるというのは、見る世界が変わってくる。世界が変わってきたら、母との関係も少しずつ私は変わってきました。この自分自身というのを母を分かるうとすることによって、この一つだけが変わっていったんです」と私は言ったのです。そうしたら、その人は何ていったかという、「そうですね。ああ、どうもありがとうございました」と帰っていったのです。

自分の仕事に対して、それだけ感性豊かに必死にやる人というのは、意外といい仕事を今ごろやっているのではないかと私は思うのです。しかし、私はそのとき彼に言いたかったのは、認知症の人を前にしたり、それを仕事にしたり、家庭で介護したりすると、実は認知症の人を私が支えていて、私がその人のためになっているようだけれども、実は母からいろいろなことを教えられて、私自身も大きく変わっていく。命が命に寄り添うときというのは、命を育んでい

く。一方の命だけではなくて、支える側の命も育てていくということを私はその人に話したのです。その人は理解できたかどうか分かりませんが、自分自身が変わっていく。介護の仕事をするというのは命にかかわることだ。命に寄り添う仕事です。これはお得ですよ。自分の生きざまさえも変えていくのだから。

私は小学校の教員を15年しましたからよく分かるのです。小学校の教員の仕事もそうです。命に寄り添う仕事です。実は、今日は「支える側が支えられるとき」ということで話をしていますが、これは教育に置き換えれば、実は「教える側が教えられるとき」。子育てでいえば、育てる側が育てられるとき。子どもを育てていたと思っていたけれども、実は自分が育てられていた。学校で子どもを教えていたと思うけれども、子どもに自分は教えられていた。そういう逆の発想があって、命は命を育てていくということを今日は「支える側が支えられる」ということでお話をさせてもらうのですが、これは私と母の写真です。大体写真を選ぶときには、母の写りというよりも自分の写りがいいのを大体選びますので、もっと母はいい感じなのですが、毎年私は母を花見に連れていきます。今年は無理だったのです。花見に連れていこうと思って、その日に予定していたら、母が熱を出して抗生剤の点滴が始まったので行けなかったのですが、残念です。毎回毎回、今年は最後になるのかもしれないと思いながら、もう60年間過ぎました。「あと命は3年ですね」「あと何か月ですね」と言われながら、もう23年間も毎年桜を見に行っ、来年は無理だろうと私は今頭の中で思っています。

母を花見に連れていくと、母は「あー」と言うのです。全然、反応しない、今、病院に寝ていて「お母さん」と言っても全く反応しない母が、花見に連れていくと「あー」といつも言います。私の顔を見ても何を見ても反応しない母が、桜の下にだけ行くと「あー」と言うのです。そして、私は言っていたのです。「あー、お母さん。桜が分かるか。春が来たのが分かるんか。おお、良かった、良かった」と言っていたけれども、皆さん、今の言い方は変だと思いませんか。春なんて分かるものではないですよ。感じるものなのですよ。「春が分かった」という人はこの中にいますか。おられないでしょう。やはり母は春とか桜は分からないけれども、春を感じているのだなといつも私は思うのです。分かる、分からないでいったら、母は全く分かりませんよ。できる、できないでいったら、何もできませんよ。しかし、感じる、感じないでいったら、桜の下に連

れてきたときに、深くまだ感じているのだなといつも思います。桜の下に行く
と「ああー」と言うのですから。

なぜかという、母は父と二人ですっと花見に行っていたのです。だから、
そのことを思い出しているのかなとか思いながらも、何か母は感じているのだ
なと私は思います。そういう母に向き合うとき、こちらが分かる、分からない
で母に向き合っていたらどうですか。「母は分からないのだからどうでもいい
よ、放ったらかしておけ」と思いますよ。できる、できないでいったら、「母
は何もできないのだから、そこら辺に座らせておいてください」と言いますよ。
しかし、感じる、感じないでいったら、しっかり感じているのですよ。母がしっ
かり感じているならば、その感じていることが残っている人間にこちらが向き
合うときには、こちら側もしっかり感じなければいけないということなのです
よ。感じている人間にこちら側が向き合うとき、こちら側が分かる、分からな
い向き合っていたら、もう一度言いますが、「ああ、分からないんだ。もう放っ
たらかしておけ。もうここから出してください」。できる、できないでその感
じていることが残っているだけの人に向き合ったとき、「できないんだからも
ういいですよ。もう放ったらかしておいて」という話になります。しかし、そ
の人は深く感じていると思うことがあったなら、こちら側も感じなくてはいけ
ないと私はいつも思っているのです。

私は医者ではありません。専門的知識なんて底が知れています。全くないの
と一緒に。技術ありません。介護職でもありません。ただ、一人の母親の
命に寄り添ったというだけの人間です。ですから、私は何も分からないけれど
も、一つだけよく知っていることがあります。それは、認知症の母のことを深
く知っています。一人の人間を深く知っています。広くは知らないけれども、
一人の認知症になった母という人間を、認知症になったときにどんな思いで暮
らしたか、どんな思いでどんな恐怖の中で暮らしてきたか、それを支えた父が
どんな気持ちで暮らしていたかということを私は深く知っています。つまり一
人の人間が認知症になったとき、どういう思いで暮らしているか、一人の人間
が認知症になったとき、それを支える人間がどんな思いで暮らしているかとい
うことだけを深く知っているつもりです。ですから、皆さんはそのところを
感じて今日は帰ってもらえればと私は思っているのです。知る、知らない、で
きる、できないではなくて、私の話を感じて帰ってもらえればと思います。

まず、最初にCDを聞いてもらいます。母が認知症になったとき、同じ話ばかりしていました。「お母さん、同じ話ばかりするな。さっき聞いた、その話は。うるさい、黙っとけ」と私は言っていた。そのときのCDを聞いてもらいます。

要約筆記用資料「手帳」藤川幸之助【マザー】（ポプラ社）

母が決して誰にも見せなかった手帳がある。黒い背張りの古い装幀の手帳である。私がお母さんの手帳をのぞき込むと、母はすぐ閉じてしまう。それは、いつも母のバックの底深く沈めてあった。寝るときは、枕元に置き、見張るように母は寝た。

その手帳には、父と兄と私の名前と誕生日、年齢、電話番号が、それぞれ見開きのページに大きく書いてある。それらの後には、自分の兄弟姉妹や父の兄弟姉妹の名前がならべてびっしりと書いてある。

その名前の一つ一つの後には、きちんと丁寧に「さん」と書いてある。そして、手帳の最後には、「さん」が唯一付いていない自分自身の名前が、ふりがなを付けて、どの名前よりも大きく書いてある。その名前には、上から何度も鉛筆でなぞった跡がある。母は、何度も何度も、自分の名前を覚え直しながら、これが本当に自分の名前なんだろうかと、薄れゆく自分の記憶にほとほといやになっていたに違いない。母の名前の下には、鉛筆を拳で握って押しつけなければ付かないような、黒い小さな点がある。その黒点は、二・三枚下の紙もへこませるぐらいくっきりと母の無念さを写し出して残っている。

その手帳の存在に気づいたのは、父・母・兄・私の四人で話をしていたときのことだった。どんな話をしていたかは覚えてないが、母が何度も同じ事を聞いてくるものだから、私たちはうるさくなって、母をほったらかしにして三人で話を進めていた（のだけは覚えている）。母が、病気だなんて知るはずもなく。とにかく、三人の話を聞こうともせず、自分の話をはじめようとする母に私はいらだって、「自分の話ばかりするのはやめてくれ」と冷たく言い放った。考えてみると、三人の話についていくことができず、自分から別の話を切り出すしかなかったのであろう。そんな母を理解しよ

うともせず、邪魔者にして、三人の話はずんだ。「ちょっとあんたは、だまっときなさい」と父に言われ、「母ちゃんちょっと静かにして」と兄に言われ、「うるさかね」と私に黙殺されて、母は黙って、理解できない言葉に頷くふりして、私たちの話に耳を傾けているしかなかった。

ふと気づくと、話に夢中になっている間に、母がいなくなっていた。トイレにでも行ったのだろう、と思ったが、あまりにも長いこと帰らないので、探してみると、母は三面鏡の前で何かを読んでいた。声を出して、何度も、私の名前を唱え、その後に、ページをめくり、父の名前、兄の名前を何度も何度も繰り返し唱え、そして、最後に自分の呼び名である「おかあさん」を何度も何度も何度も唱えて、ふと立ち上がり、振り返った。母の手には、手帳が広げられて乗っている。母は、私に気づくと、慌ててカバンの中にその手帳を押し込んだ。

記憶の中から消え去ろうとしている自分の連れ合いの名前や息子の名前を必死に覚え直し、自分の呼び名を忘れまいとし、また三人の話に入ろうとしていたのだ。母は、三人の所にもどってくるなり、私の名前を呼んだ。いつもは「こうちゃん」と呼ぶ私の名前を「藤川幸之助さん」と呼んだ。父と兄は驚いたが、私はさっきのこともあって、わざと「なあに？」と言ってみた。その日、初めて母にとって成り立った会話。母は安心した顔をしていた。父と兄の不安そうな顔。私も心の中で、これは何かの間違いだと思っていた。

今、聞いてもらったのは、母が認知症になったころのことでした。自分の話ばかりしていたのですよ。話さなくなって。よく考えてみた。何で自分の話ばかりしていたかという、周りの話が分からないのですね。父と兄と私と母で話していたけれども、周りの話が分からないので母としては自分の話をするしかないのです。そして、覚えている話は一つか二つなものだから、同じ話ばかりするのです。それで「うるさい。黙っとけ、お母さん。さっき聞いたろう」と言ったら、母はじっと黙るのですが、父と兄と私で楽しい話をしてわっと盛り上がって笑うと、話の内容が分からないのに母も一緒になって「あははは」と笑っていました。話の内容も分からないのに、楽しくもうれしくもないのに笑わなくてはいけなかった母の気持ちを考えるとつらい感じ、今、振り返って

みると思います。なぜあるとき母は笑ったのかと私は思ったのです。相当たってからですよ。家族の一員としてそこにいたかったのですよ。だから一緒に、話の内容も分からないのにわっと笑ったのですね。その気持ちを考えると、とてもつらいですね。それでも私は「うるさい」と言っていたのです。

だから、先ほど詩の中であったように、ふっといなくなって三面鏡の前で「おかあさん、おかあさん、おかあさん、おかあさん」と言っていました。認知症の自覚があるアルツハイマー型認知症の母でした。自覚があるというのは、自分がこの世界が分からなくなっていくという自覚がありました。本当にそういう病状なのだろうかとお医者さんに聞いたら、「いや。最初のころは自覚が皆さんあるんですよ。お母さまは相当自覚があったと思います。この世界が分からなくなってどうなるか、分からない不安と戦っていらっしやっただと思います」とおっしゃいました。私の母もそうです。自分の呼び名である「おかあさん」という言葉や、自分の「藤川キヨ子」という名前を忘れていく自覚があったのですね。手帳を見ながらずっと言っていました。そんなことを知らずに、私は「うるさい、うるさい。黙っとけ」の繰り返しでした。本当にどれだけ母がつかかったか。

今、「手帳」という詩を聞いてもらいましたが、あるとき、私はこの話を友人にしたら、友人がこういう話をしてくれたのです。その友人の知っている家は認知症のおばあちゃんがいる、お父さん、お母さんがいて、お孫さんがいる家庭でした。その認知症のおばあちゃんは私の母と一緒に、同じ話を何回もするおばあちゃんだそうです。そして、5～6回話してまだ話そうとしたとき、お父さんとお母さんが「おばあちゃん。さっきそれ聞いたよ。もういいよ」と言ったら、お孫さんが何て言ったかという「いやいや、おばあちゃんもう1回聞かせてよ」と言ったそうなのです。そして、ずっと話を聞いていたのだそうです。最後まで聞いて、そのお孫さんが何て言ったかという、「おばあちゃんの話は何度聞いても面白いね」と言ったそうなのです。そうしたらおばあちゃんがにこっと笑われて、それまで繰り返していた話をすっとやめられて、後はにこにこ笑ってずっと周りを見ていらっしやっただ。私は思ったのです。このおばあちゃんは頭の中で、「自分を分かってくれる者がここにいるんだ。ここで安心していれるんだな」と思われたのだなと思うのです。

この世界が分からなくなっていく不安は強烈だと私は思います。私はなった

ことがないので分かりませんよ。しかし、この前耳の手術をしたのです。そうしたら、耳を手術したら、耳に何かを詰められたのです。詰められたら、声が頭の中に響いて自分の声のボリュームが分からないのですね。だから、いちいち「俺の声は大きくないか」「俺の声は小さくないか」と聞きながら人とかわる。耳がちょっとそのようになるだけでもこんなに不安になるのに、この世界が分からなくなる不安、うちの母やこのおばあちゃんにとってはとっても不安だ。そのとき自分を分かっている人間が一人でも目の前にいるということでどれだけ安心するか。私が母に「お母さんの話は何度聞いても面白い」と言っていたら、どれだけ母が安心したか。私は言えませんでした。家庭に認知症の方がおられる方というのはそう簡単にはいかないのですよね。自分のイメージどおりに動かない母を見ると、いつも私はいらいらしていました。

アルツハイマーというのは、二十数年前は家庭にいる人たちだけではなく、地域、コミュニティもそうでした。「ばかが歩きよる」と言われていました。二十数年前、母が認知症になったころ、「ばかが歩きよる」と平気で言われていました。だから、家族で認知症の母や父がいたら、家から出さない家庭もありました。ある部屋から出さない家庭もありました。それから、自分の親が認知症であるということを秘密にしている人もいました。二十年～三十年前はそういう具合でした。しかし、私の母が何で指さして「ばかだ」と言われていたかという、母はいつも外を歩いていたのです。父が手をつないで外に出していたのです。「何が恥ずかしいもんか。俺の大切な人だぞ。俺の連れ合いだぞ。何が恥ずかしいもんか」と言って、いつも母の手を握って外を歩いていたのです。「いろいろな人、いろいろな病気がある。胃が悪い人は胃に病気がくるだろう。腸が悪い人は腸に病気がくるだろう。その病気がお母さんは頭にきただけなんだ。何にも恥ずかしいことはない」と言って、父が母の手を握っていつも二人でずっと外を散歩していました。だから、みんな「ああ、ばかが来た」と平気で言われるのです。私はその後ろを恥ずかしそうにずっと歩いていました。

あるとき、母はにこにこしながら、べろを出して「ああ」と歩くのです。それを見て、ある子どもが小石をぱっと拾って、母の方にぱっと投げて「ばーか」と言ってぱっと走っていったのです。私はその姿を見て頭に来て「冗談じゃない」と思ったので、「待て」と言って追いかけようとしたのです。追いかけて

うとしたら、父が「待て。おまえこそ待て」と私に言うわけです。「あのな、子どもは分からないんだぞ。全く分からない。だから教えてあげないと駄目なんだ。これが病気で。ばかということはな、幸之助。これを病気だと思ってないんだ、あの子どもは。だから、きちっとこれが病気で、いろいろな思いがあって人は暮らしているんだというのを俺があそこの家に行って話すから」と父が言ったのです。「だから、あの子どものことはいい。後できちっと俺が話すから。それよりもおまえだ。おまえはさっきから、お母さんのことを恥ずかしがっているだろう。お母さんがこうやって歩いているのを見て、ずっと恥ずかしがっているだろう。そこが問題だ、あの子よりも」と言うわけです。図星でしたね。私は本当に母のことが恥ずかしかったのです。「おまえな」と父が言うわけです。「あのな、お母さんのあの姿が恥ずかしいと思うか。俺は何にも思わないぞ。あれはお母さんが必死に生きている姿に俺には見えるぞ。こうやって歩いているのは人にはばかに見えるだろう。おまえは恥ずかしいだろう。でも、俺から見たら、必死にお母さんがこの病気を抱えて生きている姿に見えるぞ」と言ったのです。それから私は、この病気のこと、母のことが少し分かるような感じになってきたのです。

しかし、20年前はそうでしたけれども、今はどうだと思えますか。20年たった今でもあまり変わりません。この前、テレビを見ていたのです。テレビを見たら、コメンテーターである女優さんが出ていたのです。そして、その女優さんは元気な女優さんですよ。その人が言葉をふっとど忘れしたのですよ。ど忘れしたと言えばいいのに、何ていったかと言うと「瞬間アルツになったかしら。あはは」と笑ったのです。皆さん、瞬間アルツって、分かりますか。瞬間アルツハイマーの略ですよ。私はそれを聞いたときに、うまく言うなど最初は思ったのですが、どんどん頭にきたのです。なぜかという、認知症もそうですが、アルツハイマーというのは病気の名前ですよ。病気だったらそれを抱えながら必死に生きている人がいるのですよ。そして、それを必死に支えている人がいるのです。それを考えたら、「瞬間アルツになったかしら。あはは」はおかしいだろうと、どんどん頭にきて、何もしなかったですけどね、頭にきただけだったのです。そして、頭にきて父親の言葉を思い出した。「おまえ、いつも頭にくるばかりだな」と父親が私を怒ったときのことを思い出したので何もしなかったのですが、いまだにそうですね。この前、ラジオを聞いていても

同じようなことがありました。

2. 「静かな長い夜」・母に言葉があれば

1907年にドイツの精神学者がアルツハイマーを見つけたというので、もう100年たっています。100年たってもこんな感じですよ。ですから、私は多くの人に認知症を理解してもらいたいと思っていますが、私は医者ではないので専門的な医学的なことは話せません。介護的なことも技術的なことも話しません。何を話すかという、認知症の本人やその家族にどんな思い、人生があるか。つまり、どういう話をするかという、認知症という病気があったら、一人の人間がそれになったときにどんな思いがあるか。それを立体的にとらえてもらいたいと思って私はいろいろな話をしているのです。

母に言葉があればいいのになど私は思ったこともあります。それはどんなときかという、ベッドに母が寝ているときに、「お母さん」と言っても母は上を向くばかりです。何を言っても何も分かりません。分かる、分からないでいったら、全く分からないのです。しかし、分からない母を前にしていつも思っていたのです。私は、いすを持ってきてベッドの横に座るのです。母は私のことを全く分からないのですよ。その上、病院は何もやることがない。病院で風呂にも入れてくださる、ご飯も食べさせてくださる。口の中もきれいに掃除してくださる。病院は何もやることがないのです。だから、私は何もやることもない。その上、母は私のことを分からない。俺はここにいて意味があるのだろうかといつも思っていたのです。

いすを持ってきてベッドの横に座って、母は、俺のことを分からないし、俺は何もやることがない。俺は何でここに座っているのだろうか。全く意味のないことなのだろう、意味があることなのだろうかと思いつつも、看護師さんが来たら何かやらなくてはいけないと思うわけです。看護師さんが来たと思って、それまでぼうっとしていたのに、ぱっと櫛を取って髪の毛をさばくのです。「あっ、お医者さんが来た。何かしなくちゃ」と思って、手をぱっと握って「お母さん、お母さん」と言うのですから、人の目は気になるのです。だから、私は何かをやるのが介護だとずっと思っていて、ここに座っているのは意味がないと思っていたのです。

そうしたら、あるとき私の友人がこういう話をしてくれた。私の友人はホス

ピスというところで働いている。そのホスピスはどんなホスピスかという、末期がんの患者の方が暮らしているホスピスで、そこで私の友人は仕事をしていたのです。その友人の担当があと1週間か10日しか命がない人だったのです。本人も知っていました。周りはみんな知っていた。もちろん、その担当となった私の友人も知っていたのです。そして、友人がその人に「何かしてあげることはありませんか。何かやりたいことはありませんか」と聞いたのです。皆さんなら何と答えますか。あと1週間か10日なら私ならば何が食いたいだとか、どこかに旅行したいと言うかもしれない。でも、自分が死ぬときにはどんなになるか分かりません。その方は何とおっしゃったか。あと1週間か10日しか命がない人がこうおっしゃったのです。何も要りませんが、家族の気配を私は感じていたい。背中を向けて新聞を読んでいてもいい、私の方を向かずテレビをじっと見ているでもいい。私の目の届かないところでホスピス中をうろろろしていてもいい。隣の部屋で寝ていてもいい。私は最後に、家族の気配をしっかりと感じておきたい。あと1週間か10日ならば、私は家族の気配をしっかりと感じて毎日を生きていたいと言われたのです。

それを聞いたときに、もしかして母は私のことを分らないけれども、私のことを感じているのではないかとこのときから思ったのです。私のことを何か分らないけれども、しっかりと感じてじっとしているのではないかと、私はそれまでベッドの横にパソコンを持ってきて仕事をして、耳にはヘッドホンをつけて、テレビを見ながらやって、たまに外して「お母さん、大丈夫か」と言って、また仕事をしていたのです。母は分らないと思っていたのでいい加減なものです。そうしたら、母が何かの気配を感じている、私の気配を感じていると思ってから、私は仕事を極力しなくなりました。そしてヘッドホンを外して、テレビはもう見ないようにしました。病院の方に、うちはもうテレビを見ないのでということでテレビを片付けてもらったのです。そしてテレビを全く見なくて、仕事もしないで、母の横に座っておくのです。そうしたら人間って何もやることがないと、やることは二つしかないのです。何かというと、一つは、見つめること。母をじっと見つめてまなざしを向けることと、母の手を握ること、この二つしかないのです。何もやることはない。言葉もそこにはないのです。何もやることがない、母と一緒に二人でいるときに、母を見つめるか、母の手を握るしかない。

じっと見つめていたら、私は母が動いていることに気付いたのです。それまでいい加減にしていたので、母は全く動かないと私は思っていたのです。そうしたら、じっと母を見ていたら、母の指が少し動くときがあるのです。それと足が少し動くときがある。これはじっと見つめていないと分からないことです。そして、動き始めたら私は思ったのです。母は言葉がないので、動きながら、これで私に何かを伝えているのではないか。何かいろいろな思いがあって、私にこれで何かを伝えているのではないかと私は思ったのです。それか、もしくは何か痛いのではないだろうかと思ったのです。つまり、母のそばにいと、声のない母の心を理解しようとして、母の心を推測し、共感しようとする自分にふっと気付いたのです。もっと言うと、母の痛みを自分のこととして感じている自分にふっと気付いたのです。動いたら、母は何か痛いのではないだろうか、痛いからこうやってやっているのではないだろうかとは思い始めたのです。それまでは言葉がなければ何も分からないと私は思っていたけれども、かすかな動きでも母の心が分かるかもしれない。そのためには母をじっと見つめて、母にまなざしを向けなくてはいけないのだなと私は思ったのです。

そして、まなざしが向いているということは、母の方に耳も向いていますよ。私はそれまでヘッドホンをしていたので気付かなかったけれども、母が「ああ」と小さな声で言っていることに気付いたのです。「あっ、母は何か言っているんだ」と私は思ったのです。言葉ではないけれども「ああ」と言っているのです。これを10年間は私はずっと聞いてきたのです。そうしたら、「ああ」と言うのと「ああー」と言うのと「ええ」と言うのとの区別が少しずつつくようになるのです言葉がないと、その人のことが分からないと思っていた私が言うのですよ、作家の私が言うのですよ。作家、詩人、どんな仕事をするかという、言葉にその人の心を込めて、言葉で人に伝える人間が言うのです。言葉や意味を超えて、人は人を分かることができるのではないだろうかとは私は思ったのです。言葉なんか要らないのではないだろうか。そのためには、その人をしっかり見つめて、まなざしを向けさえすれば、本当の心が分かるときがあるかもしれないと私は思ったのです。というのは、「ああ」「あっ、母は痛がっているな」というのが分かるようになったのです。「ああ、痛がっているな。布団をはいたら足が重なって赤くなっている。やっぱり当たった。言葉がないと分からないと思っていたけれども、しっかり母を見つめて、母の存在に耳を澄ます

と、しっかり分かるのだと私は思うようになったのです。言葉や意味を超えて人は人を理解することができる、そのためには、その人にしっかりまなごしを向けて手を握ることはとても重要なことです。あまりにわれわれは言葉に頼りすぎて、その人を見つめることを忘れてはいないか、私はそれから思うようになりました。

3. 母の心の中

反対に、母に言葉がなくてよかったと思ったことが私にはあります。これはどういうときかといいますと、母の横に90歳の認知症のおばあちゃんが入院してこられました。その認知症のおばあちゃんを60歳の女性の方が介護されていたのです。そして、90歳の認知症のおばあちゃんがずっと眠られたのです。その様子を見ていたのです。そうしたら、60歳の方が静かに立って、静かに帰ろうとしました。そうしたら病室のドアを出る瞬間に90歳の認知症のおばあちゃんがぱっと目を開けて、「わしゃ死ぬんやろうね。死ぬけん、あんた帰るとやろうね。帰れ、帰れ、帰れ、帰れ」と言われたのです。そうしたら60歳の方が「そんな元気のいいばあちゃんが死ぬかね」と帰ってこられた。また、二人で話していらっしまった。そうしたら90歳のおばあちゃんがまたずっと眠られたので、60歳の方が静かに帰ろうとしました。そうしたら病室のドアをまた出る瞬間ですよ、ぱっと目を開けて「わしゃ死ぬんやろうね。死ぬけん、あんた帰るとやろうね。ああ早く帰れ、帰れ」と言われた。また、60歳の方が帰ってきて「そんな元気のいいばあちゃんが死ぬかね」と言って、二人でまた話していらっしまった。それを十数回繰り返されたのです。大変な言葉があると私は思いながら、90歳のおばあちゃんがずっと眠られて、「もういいですよ、帰って」と言って60歳の方は静かに帰っていかれました。「ああ、よかった」と思ったら、ぱっと目を開けられて、今度は私の方を向いて「私は死ぬんやろうか」と聞かれたのです。私は何とも答えようがなくて「いや、死なないと思いますよ」と言ったら、60歳の介護をしていた方が聞こえたのですよ、また帰ってきて、今度は笑いごとではなくて泣き始められた。「おばあちゃんね、家でね、やらなくちゃいけないことがいっぱいあるんよ。ずっとここにおれんとよ。許してよ。もう私を帰して」。言葉があるってこんなに大変なことなのだなと私は思うと同時に、母に言葉がなくてよかったなと思ったのですね。

というのは、母にもしも言葉があって「お母さん、帰るよ」と言ったら、「幸之助、帰られんでくれんか」と言葉で言われたら帰れませんよ。「幸之助、今日は帰らんでくれんか。明日は大阪に講演に行くといいよったけど、行かんで私に付いとってくれんか」と言われたら、いつも後ろ髪を引かれて行けませんよ。言葉がないので、「お母さん、じゃあまたね」と言って私はいつも帰ります。つまり、母に言葉があれば、その90歳の認知症のおばあちゃんと同じようなことを言いたかったらうし、言葉がないので心までないのではないか、そこまでは思わないけれども、そう思い切って私はいつも帰るのです。つまり、言葉がない母の物語をずっと否定しながら私は暮らしてきているのだなと思ったのです。

一つだけ、詩を読みたいと思います。先ほどからべらべらしゃべってばかりいるので、詩人なので詩の一つ読ませてもらいます。

詩「さびしい言葉」藤川幸之助『満月の夜、母を施設に置いて』中央法規

ある病院で母と同室のばあちゃんは
母と同じくらい呆けている
母と違うのは言葉が話せること
看護師さんが来ると必ず
「お願いします 死なせてください」なのだ
看護師さんが母の世話をしているときも
背中越しに
「お願いします 死なせてください」
時には私に向かって
「お願いします 死なせてください」
また時には呆けた母に向かって
「お願いします 死なせてください」
「さびしい言葉ね それはできないのですよ」
看護師さんが言うとき
「いやできるはず 死なせてください」
ある日「死なせてください」を
繰り返すばあちゃんに

「息がきついよね」

看護師さんが優しく言うと

「はいきついんです 死なせてください」

「さびしいよね」「はいさびしいんです 死なせてください」

その日それからはあちゃんは

ひとこともしゃべらず安心してのように眠った

そしてその日はあちゃんの所へは

誰も見舞いには来なかった

これで1か月にもなるらしい

「死なせてください」

というばあちゃんの願いは

今日も叶えられなかった

夜静まりかえった病棟

私の頭の中でめぐり続けるばあちゃんの声

本当の願いは

「さびしいのです

誰か一緒にいてください

生きていたいのです」

と私には

もっとさびしい言葉に聞こえるのだ

私は言葉がなくてよかったといいますが、言葉がない人、もしくは「さびしいのです」という言葉足らず、もしくは言葉があったとしても心とは違う言葉と言う人。そういうときには、言葉がないときにはイメージを膨らませながら、どういう思いで暮らしているのだろうかとは私は母のことを思うようになりました。今聞いていただいた詩の中で考えると、われわれは翻訳して聞かなくていけないと思うのです。「さびしい。死なせてください」「ああ死にたいのですか。死にますか」。そうではないのですよ。さびしいのですよ、生きていたいのです。それを「死なせてください」という言葉で表現している。われわれはそれを聞きながら、実はその言葉をきちんと翻訳しながら聞かなくてはいけ

ないということ、言葉がない母の物語を否定してきた私としては深く思った病院での事件でした。

しかし、私のように母に言葉がなくてよかったと思うような人間には、同じような体験をするようになっていきます。私は強烈な体験をしました。もう7年忌が済みましたので話していいかと思いますが、6年前、私は母と一緒に介護してくれた妻を乳がんで亡くしたのです。もう6年前になります。少しずつ私の記憶からはなくなっていますが、強烈に覚えていることがあるのです。

私の妻は、まず乳がんが出て、その後、2年間どうもなかったので温存手術をしたのです。その乳がんが反対側の皮膚に転移して、その皮膚から今度は骨髓にいきました。骨髓にいて、そのがんが骨に出ました。骨に出た後に肝臓にいて、最後は腹水が腫れて最終的には亡くなるのですが、骨にいったときにとても痛がったのです。痛いけれども痛み止めは打たないでというので、私はずっと打たなかったのですが、お医者さんが「藤川さん、奥さんは限界ですよ。もう限界の状態の中で必死に我慢しているので痛み止めを打ちます。モルヒネを打ちましょう」という話になったのです。モルヒネというのはぎゅっと打たないのです。微量のモルヒネを機械で少しずつ入れていくのです。そして、亡くなる1か月前でモルヒネを入れ始めたのです。そうしたら妻がぼうっとなってきたのです。そして、びっくりしたことに、母が20年間でほけた過程を、人間というのはどんな症状でも同じようにほけますね。モルヒネを打ち始めたら、妻が亡くなるまでに1か月で同じようにほけました。同じことを何回も言いました。徘徊をして、うろろろしました。おむつを換えられても何とも思わなくなりました。おむつのまま走って逃げようと思いました。母が20年間長くかかった過程を、妻は1か月でさっとほけました。

こんなことがあったのです。「あなたアイスクリームを買ってきて」と言うのです。「分かった」と言って私は部屋から出てアイスクリームを買いに行こうとしたら、病室のドアを出る瞬間です。あの6歳のおばあちゃんの方と一緒にだと思ったのは、出る瞬間「あなた一人にしないで」と言うわけです。帰ってきてベッドの横に座っていたのです。そうしたら、何やっているの。アイスクリームを買ってきてと言ったはずだ。早く買ってきてくれよと言うわけです。ぱっと立ってアイスクリームを買いに行こうとして病室のドアを出ようとした瞬間、「一人にしないでよ」と言うわけです。また帰ってきて私はベッドの横

に座ったら、妻は「あなたね、何回言えばいいの。アイスクリームを買ってきてよ」とまた言うので、また行って、何回も行ったり来たりしたときに、先ほどの90歳の認知症の方を介護された60歳の人の心が分かったのです。言葉があるというのはこんな大変なことなのだと思はれた。そして、私は泣きませんでした。知らんぷりしてアイスクリームを買いに行ったのです。そうしたら、病院から携帯に「藤川さん、早く帰ってきてくれ」と電話があって、奥さんがナースコールを押したままにしていると、大変なことになって騒いでいるので帰ってきてくれと言われた。帰ってみたら、わっと騒いで「あなた、どこに行っていたの」とけんかにもなりました。言葉があるって、こういうことなのだと思はれたのです。

あるときこういうこともありました。私の言うことだけ全く聞かなくなったのです。「アイスクリーム食うか」と言うと、「嫌だ、あなたのは食べない」。「薬飲むか」と言ったら「嫌だ、薬飲まない」。「ご飯食べようか」「あなたとは嫌だ」。「散歩に行くか」「嫌だ、嫌だ。あなたとは絶対行かない」と言うわけです。そのとき私は思ったのです。それまでの夫婦関係がこういうときに出るんだと思って相当深く自分を反省したのですが、よく聞いていたら、お父さんがアイスクリームを買ってきて「アイスクリームを食うか」と言ったら「うん」と言って二人で食べている。お母さんが「ご飯食べる？」と言ったら「うん」と言って二人で食べている。看護師さんが来て「薬を飲みますか。飲みましょう」「はい」と言って飲む。お医者さんが来て「散歩行きましょうか」と言ったら、「はい」と言って二人で散歩に行くのです。その姿を見たときに頭にきて、冗談ではないと、「おまえにずっと付いているのは俺なんだぞ。何で俺の言うことを聞けずに、お医者さんと散歩に行くんだ」と私は頭にきて言ったのです。「そんなこと言ったって」と妻は言い返しました。わっとけんかになって「冗談じゃない。俺、帰るからな」と言って病室を飛び出したのです。

皆さん、冷たい目で見ていますよ。もうあと1か月で亡くなる妻を相手にけんかするなんて、ろくなやつじゃないと思っているでしょう、皆さん。だけど、そのときは必死なのです。自分の連れ合いが亡くなるイメージなんて全く持てませんよ。必ず新しい抗がん剤が効いてくれて元気になる。だからこそ介護も続けていけるのです。そのとき母の介護も一緒にやっていたからね。絶対元気になって、これが効かなくても新しい抗がん剤が効いてくれて元の生活に

戻れると思うから介護もできるのです。だから、普通どおりにけんかもするのです。だから、わっと言い合ひして私がぱっと部屋を出たのです。そうしたら担当のお医者さんが「藤川さん、来てください」と言われるのです。「藤川さん、今奥さんと大声でけんかしていたでしょう」と言われたのです。ああいうとき「はい、そうですね」と言えませんね。「いいえ、全然」「今、最初から最後までずっと聞いていましたよ。大声でやっていたじゃない」と言われました。

人のけんかを最初から最後まで聞くななんてろくな医者じゃないなとは思ったのですが、その後、私は納得した言葉があったのです。「藤川さん、奥さんがあなたの言うことだけ聞かないだろう。あれはあなたに甘えているんだぞ。本当はあんなきついときに、薬飲みたいくもないときもあるし、散歩もしたくないときもあるし、ご飯も食べたくないときもある。アイスクリームなんか食べたくないときもあるんだよ。それなのに、ほかの人には気を使って『はい、はい』と言っているけれど、本当のところは何も食べたくないし、何もやりたくないときがあって、あなたには本当の心で接しているんだから。あなたに甘えているんだぞ、藤川さん。それを分かってあげないと」と言われたのです。「ああ、俺に甘えているのか」と私は思ったのです。そうやって妻は私に本当の気持ちで表していたんだなと思ってから、次の日アイスクリームを買っていったのです。「アイスクリーム買ってきたぞ」と言ったら、妻は「嫌だ、食べない」と言ったのです。「食べなくてもいい。おまえな、食べたくないときは食べなくてもいいんだ。置いておくぞ、ここに」と言ったらにこっとするのはですよ。それで「ご飯食べるか」と言ったら「嫌だ」と言うので、「ご飯なんか食べてなくていい。食べなくても元気になれる。今点滴を打っているんだから」と言ったのです。そうしたら、にこっと笑うのです。「薬飲むか」と言ったら「嫌だ」と言うので、「薬なんか飲まなくても、がんが治った人を俺は知っている」と言ったのです。そうしたら、妻がにこっと笑うわけです。「ああ、これなんだ」と私は思ったのだけれども、その後、散歩に行くかと言ったら、「絶対嫌だ。あなたとなんて行かない」と言ったので、また頭にきて「冗談じゃない」と言ったのですけれど、人間は1回聞いただけでは駄目ですね。でも、そのお医者さんの言葉がプレーキになって、少しずつ自分の気持ちが妻を理解する方向に向かっていった。私は、そのときいい経験をしたなと思いました。

せっかく妻の話をしたので、若い人もおられるので、命と向き合うというこ

とを私は少し話をしたいと思っています。

ぱっと目をつぶると、亡くなった妻が料理を作ってくれた最後の日をふっと思い出すときがあるのです。しかし、そのときは最後だと思っていないので、ぱっぱっと食べて「はい、ごちそうさま」とやっているのです。しかし、あのときが最後だったのならば、もっとしっかりかみしめて食べておけばよかったと私は思うのです。今の理解で、食べようと思っても食べることもできないし、何も思い出さないのです。どんな料理だったかも思い出さない。思い出したいけれども思い出さないのです。

目をつぶって、あれが妻と最後に散歩したときだったと思う、その日があるのです。妻は私にいろいろなことを話してくれました。しかし、私は「ああ、そうか。そうか」と言っているけれども、何も話を聞いていませんでした。頭の中では、次の本の印税の計算でもしていました。それぐらいの感じですよ。あれが最後に妻と散歩したときだったのならば、もっとしっかり手をつないで、全部話を聞いてあげればよかったと思う。しかし、もう亡くなった今は手を握ることもできない、散歩することもできない。話を聞くこともできないのです。今振り返ってみると、あのとき全部話を聞いて覚えておけばよかったと思うのです。

あのときが、最後に妻を抱きしめたときだったと思うときも、しっかりその日のことを思い出し、その瞬間を思い出します。しかし、抱きしめながら、背中の向こう側を見ながら、「ああ、ああ」と言いながら頭の中で次の本の題名なんかを考えているのです。あれが最後に妻を抱きしめたときだったのならば、もっとしっかり妻を抱きしめて離さなかったら、妻は元気になっていたかもしれないと思うのです。今は体もどこにもないので、抱きしめることもできない。私はその後の経験から思ったのです。その瞬間瞬間、目の前にいる人間を大切に生きていくことが、亡くなった妻が教えてくれたことなのだなと私は思ったのです。

今はもう妻はいません。抱きしめることも、散歩することも、ご飯を食べることもできない。だから、本当は彼女が生きていたときに、目の前にいるときに大切にしないではいけなかった。亡くなってから人間は思うのですよ。だから、私は思うのです。目の前にいる人間を大切に生きていかなくてはいけない。そう思ったときに、母のことも同じようにやっているのです。母がしゃべって

いたときには、私はしゃべるなど言っていたのですよ。何回も同じことを言うので、私は「しゃべるな。黙っておけ」と私は言っていたのです。しゃべらなくなってベッドに横たわっている母を見ると「お母さん、何かしゃべってくれんか。お母さん、何かしゃべらんか。『幸之助、いつもありがとうございます』言ってみろ、お母さん」と言うわけです。しゃべっていたときには「しゃべるな」と言っていた私が、しゃべらなくなったら何かしゃべってくれと言うわけです。つまり、目の前の母を大切に私は生きていなかったのです。つまり、ここに書いているように、そのときそのときの母を受け入れていなかった後悔というのを、妻が亡くなってから深く感じるようになりました。

4. 認知症の母へのいらだちを吐き出すこと

こんな体験を私はいろいろな本の中に表してきました。一番最初に『マザー』というポプラ社の本です。この本の中で、私は母の介護のことを初めて書きました。この本を出したときに、家族が痴呆について語り始めた、サンデー毎日が来ました。ポプラ社というのは今有名な本屋さんですね、ご存じですね。水嶋ヒロのポプラ賞大賞で有名になりましたよね。これは一番最初に母を書いたポプラ社。『手をつないで見上げた空は』もポプラ社です。

『満月の夜、母を施設に置いて』。これは中央法規の本です。詩人の谷川俊太郎さんをご存じですか。これはあの方と一緒に作りました。絵は松尾たいこさん。これは世界的なイラストレーターです。谷川俊太郎さん、私は19歳のときからあこがれの人で、詩人になろうと決めて、今やっとなりて食っていけるようになりましたが、19歳のころ初めて谷川さんの本を読んで、詩人になって食っていけるようになると思った、そういうあこがれの人でした。その人と一緒に作った本です。今日は中央法規の方が売りに来られていると思いますので、ご覧になっていただければと思います。『満月の夜、母を施設に置いて』、いろいろ説明したいのですが、時間がないのでこれぐらいにしておきます。これは高校入試の問題になっているのです。面白い話なのですが、今日はやめます。この次、聞いてください。

これも『ライスカレーと母と海』というポプラ社の詩です。

子どもたちに認知症を伝えたいと思って『大好きだよキョちゃん』という認知症のおばあちゃんの話の絵本を書きました。

これは妻が亡くなったときにポプラ社から出しました。『君を失って、言葉が生まれた』。

『やわらかな まっすぐ』、PHP出版、『この手の空っぽは きみのために空けてある』、これもPHP出版。『まなざしかいご』、これも中央法規。帯は谷川俊太郎さんが書いていらっしゃるんですが、こういう本の中で、声のない、言葉のない母の心を字に起こすと同時に、母へのいらだちをずっと私は吐き出してきました。母のいらだちや葛藤にふたをせず、吐き出すということをしたのです。「俺の母さんなんだろう、しっかりしてくれ」ということを私はいつも言っていたのです。一つ詩を読みます。

「夕日を見ると」 藤川幸之助【まなざしかいご 認知症の母と 言葉をこえて 向かいあうとき】（中央法規出版）

今日もここから あの夕日が見えました あの夕日を見ると いつも思うんです 今日母にやさしくできなかったと もっと母にやさしくすればよかったと

うろうろするな！ ここで座っていろ！ 母さん同じことばかり言うな！ もう黙ってる！ 母さんが病気だってわかっちゃいるけど 「おれの母さんだろう！ しっかりしてくれよ！」と、つり上がった目で 何度も何度も母に言って それを聞いて母は驚いて 私を悲しそうに見つめて 私は言った後自分をずっとずっと責め続けて

この夕日を見ながら 明日こそ母へやさしくしようと 毎日毎日そう思うけれど 毎日毎日このくり返し 母さんごめんなさい 母さんにいらだつほどを許してください 母さんごめんなさい こんなぼくを許してください

5. 認知症の母と母への「まなざし」

今、詩の中にあったように、私はイメージどおりに動かない母を見て、いつも私はいらいらしていました。そして、「俺の母さんなんだろう、しっかりしろよ、しっかりしろよ」とずっと続けたのです。自分のイメージどおりに人間が動かないいらだちというのは、今、詩で聞いてもらったようなあんな感じだと思います。感情が爆発します。

そんな私が少しずつ母のことが分かったのは、二つのキーワードでした。「ま

なごし」と「温かさ」。

「まなごし」というのは、どういうことかという、実は私が介護する前、父が母の介護をしていたのです。そして父は母にいつもこう言っていました。母には言葉がないのです。「お母さん」ってにこっと笑った優しいまなごしで母を見るのです。「お母さん、お母さん、お母さん」って父が言うのです。「お母さん」しか言わないのです。そうしたら母が父にぱっと抱きついて「はい、はい、はい…」とずっとやるのです。それも40分から1時間近く。最初それを見たとき、父はどうかしてしまったのではないだろうかとは思ったぐらいでした。しかし、父が亡くなって、その姿を見て、まなごしとはかくも素晴らしいものだなとは思ったのです。にこっと笑って母の方を見ると、母も喜んで父に抱きつくのです。

これを見て、父が亡くなった後、「よし、俺もやってみよう」と思ったのです。父が亡くなった後「お母さん」と言ってみたのです。そうしたら、母はどうだったと思います？「はっ？」全く反応がなかったですね。1週間全く反応がありません。10日間全く反応がない。1か月、反応がない。それでもやってみようと思って40日ぐらい続けたときでした。「お母さん」と父のまねをして言ったら、母は抱きつきませんでしたね。私の手を握って「はい、はい、はい、はい」と言ったのです。息子と分かっていたのかなとは思ったのです。抱きつかなかったのは、父と目の前にいる人間は違うなと思われたのです。でも、うれしかったですね。私は言葉を「お母さん」ぐらいしか言っていないのです。そのとき私は言葉がなくても、母に何か伝わったと思ったのです。そして、母は何かを受け取ったとは思ったのです。

今の「まなごし」という言葉を一つ説明しますと、辞書で繰ったら何と書いてあると思いますか。辞書にはこう書いてあります。ただの視線とは書いてありません。視線プラス、ものを見るときその人の目の表情を含めた視線をまなごしと言うそうです。つまり、まなごしという言葉は、われわれに何を教えてくれるかという、人は、その視線に、その人の心を込めることができるということです。これは父に教えてもらったことです。人はその視線にその人の心を込めることができる。そして、それを伝えることによって、それを言葉がない人間でも受け取ることができるのだ。言葉がなければ人に何も伝わらないと思っていたけれども、実はまなごしを受けてしっかり笑顔で接すると、母に

何かが伝わるのです。私はこれはいれしかったですね。言葉でないもので人に何かが伝わる。大きな経験でした。

もう一つ、「温かさ」が伝わるということ。父が母の手をいつも握っていたので、私も父が亡くなった後、母の手を毎日握るようにしました。握ったら、母の手はいつも冷たいのです。私の手は温かいのです。そして、母の手が冷たいので、私の温かさが母にずっと伝わっていくのが分かります。そうしたら人間と人間が手を握ると、いつの間にか同じ温かさになるのですね。同じ温かさになったら、もっともっと温かくなってきますね。そして、もっともっと温かくなってきたとき、母が「ああー」と言うときがあるのです。このとき言葉が分からない母でも、母は手を握ることで何かを私から受け取っているのだな、私は母に何かを伝えることができるのだなと思ったのです。先ほども言いましたが、あまりにもわれわれが言葉に頼りすぎて、言葉がなければ人のことも分からないし、人に自分の心は伝わらないと思っているけれども、実はまなごしを向けてしっかりその人を見つめる。そして、その人の手を握ることによって、言葉がなくても意味や言葉を超えて、人は人を理解することができるし、何でも受け取ることができるのではないかと私は思い始めたのです。人は言葉や意味を超えてその人を分かることができる。そのためには、まなごしをしっかりと見つめて、その人を見つめることだと、それを教えてくれたのが父でした。

母がアルツハイマー型の認知症だと分かったときに、父は心臓病を患っていて、バイパス手術という心臓手術をしていたので、身体障がい者1級の手帳を持っていました。ニトログリセリンも持っているぐらい、とても悪い心臓病でした。そして、母がアルツハイマー型認知症だと分かったときに、父と母は人吉市というところに住んでいました。皆さん、ご存じですか。大阪から行ったら分からないでしょう。九州があったら、真ん中に熊本がありますよね。熊本の真ん中付近に人吉市というまちがあり、そこに父と母は住んでいました。私は長崎県の平戸島の紐差小学校というところで教員をしていました。車で行くと、父と母のところまで5時間ぐらいかかるころなのです。そして、父が言ったのです。「お母さんがアルツハイマー型認知症みたいだ。ちょっと帰ってこい、話したいことがある」。私は呼ばれて車で帰りながら、ろくでもない息子ですから、母のことを介護しろと言われてたらどうしようかなと思いながら車で帰っていたのです。

家族のこと、子どものこと、仕事のことを考えると何もできないなと思ってどきどきして帰っていったら、父がこう言うのです。「幸之助、お母さんはな、アルツハイマー型認知症という病気だ。しかし、お母さんの世話はな、俺が全部するから、何もおまえたちは心配しなくていい。全部俺がするぞ。おまえたちは仕事を頑張れ。その代わりに、俺はお母さんにかかりつきりになって、必死にお母さんの介護をこれから全部やっていく。おまえたちは何もしなくていい」と言ったので、私はほっとして、心の中では「ああ、よかった」と思っているのです。そして、父に何と言ったか。「お父さん、いいか。お母さんは病気なんやけんね、話をしっかり聞いてやらんと駄目ぞ。病気なんだから、訳の分からないことを言っても『うん、うん』と言ってやらんといかんぞ」と言って帰った。何もやらない人間というのは大体形ばかり言うのですよね。そして1週間に1回電話して、「お母さんにやさしゅうしちよるか、お父さん」といつも言うわけです。父は「ああ、やさしゅうしちよる。しっかり俺に任せておけ」と父は言っていたのです。そんなとき私は、でも花見ぐらい連れていこうかなと思ったのです。というのは、私は盆も正月も帰らないような息子なのです。でも、父が頑張っているし、母も大変なので花見ぐらい連れていこうと思って連れていった詩です。詩を朗読します。

詩「花見」藤川幸之助 詩集『マザー』（ポプラ社）

父と母を連れてドライブをした
たこ焼きとカンのお茶を買って
三人で花見をした
弁当屋から料理を買ってきて
花見をやればよかったね
と言うと
弁当は食い飽^あきてね
と父が言った
母が料理を作らなくなって
よく弁当屋に行くのだそうだ
弁当屋の小さなテーブルで
二人で弁当を買って

並んで食べるのだそうだ
そんな姿を見て
あの二人は仲のよかね
と病院中で評判になっている
ことを嬉しそうに
父は話した

この歳になっても
誉められるのは嬉しかね
何もいらん
何もいらん
花のきれかね
よか春ね

母に言葉がいらなくなったように
父にも物や余分な飾りは
いらなくなってしまった

母を連れてドライブをした
今年もカンのお茶とたこ焼きを買って
二人で花見をした
花のきれかね
よか春ね
と母に言ってみる
独り言を言ってみる

花見に車で父と母を連れていきます。父が弁当屋の前で、「幸之助、あの弁当屋な、あそこ小さかテーブルがあるやろうが。お母さんがもう料理を作らんけんね、あそここの小さなテーブルで毎日弁当を買って、あそこで食べるとよ」。よく聞いたら、そのテーブルは弁当を食べるためではなくて包むために用意してあるテーブルにいすを二つ持ってきて、二人で毎晩食べると聞いて、こんな

ろくでもない息子でもぐっと胸が締め付けられるようになって、「お父さん、俺、帰ってくるぞ」宣言したのです。仕事のことを考えると1か月に1回というのは無理だ。2か月に1回も、子どものことを考えるとちょっと無理だ。3か月に1回は、いろいろ考えると無理かもしれないから、4か月に1回は帰ってくるぞと言ったのです。

そうしたら父が「おまえな、4か月に1回帰るとするのは、盆と正月に帰ると、あまり変わらんから、盆と正月しっかり帰ってこい」と言ったのを覚えているのですが、でも、それから私は父と母の様子が気になって少しずつ帰るようになったのです。そして帰り始めると、母が「幸之助が帰ってくるならば、カレーライスを作らんといかんね」と言い出したのです。母はカレーライスの作り方を忘れていているのです。そういう詩を聞いてもらいます。

詩「約束」藤川幸之助 『満月の夜、母を施設に置いて』（中央法規） 今度帰るときには

ライスカレーを作っておくからと
嬉しそうに母は約束した。

久しぶりに実家に帰ってみると
約束どおりライスカレーが
テーブルの上と一緒に置いてあった。

食べると母の味つけではない。
レトルトのカレーとハンバーグを
皿に盛り付けただけのものだと
すぐに分かった。

「お母さんのカレーはうまか」

大げさに父は言っている。

「これ母さんレトルトだろ？」

私は不機嫌に言った。

「二つとも時間をかけて作ったんよ」

母は言い張った。

「ちがうよこれは母さんのカレーじゃないよ」

「お母さんのカレーはうまか」
母の方を向いて大声でまた父が言ったので
私も意地になって言い返そうとした時
「お母さんのカレーはうまか」
父が私をにらみつけて言った。

母が風呂に入って
父と二人っきりになった。
料理の作り方を忘れてしまって
自分から作ろうとはしない母の話を聞いた。
母が私とのライスカレーの約束の話を
父に何度も何度も話すのだそうだ。

だから母に代わって私のためにレトルトのカレーを
父が用意してくれていたというわけだった。
「お父さんにしては盛り付けが上手」
私は父にお世辞を言った。
父は嬉しそうに笑った。

私はカレーライスが好きなので、小学校に入学したとき中学校の卒業式も教員採用試験に合格した日もカレーライスが用意してあったのです私が好きなものだから、やはり一つの愛情の表し方ですね。母が病気になって父が介護するようになって、私が帰るようになったら、「幸之助が帰ってくるから、お父さん、カレーを作らんといかんよ」と言いながら、作り方を忘れていたので台所のところでうろろうしながら「ああ」としゃがみこんで泣き出した話を父から聞いたのです。そのとき、私は思いました。認知症は何でもかんでも忘れる病気なのに、息子の好物は覚えているのだなと私は思ったのです。それともう一つは、息子を愛する心というのはしっかり心の中に残ったままなのだと思ったのを私は覚えています。

そして父は、こうやって書いていますと、典型的な男の介護でした。家に紙が貼ってありました。「何時何分、お母さんと一緒に起きる」「何時何分、お母

さんと一緒に歯を磨く」。それに合わせてやっている。時間がずれたらいらいらする。その中に「お母さんと一緒に歌を歌う」というのがあったのです。毎日、父と母は二人で歌を歌っていました。母が歌えなくなったら、父が母に歌ってあげていたのですが、この歌なのです。皆さん、ご存じですか。「ふけゆく 秋の夜 旅の空の わびしき思いにひとり悩む」。若い人はご存じでないものね。今のは、知っていたら歳を取っているという意味ではないですよ。この歌は人吉市の人が作った歌で、だから父と母はいつも歌っていたのです。これを父が亡くなってから今でもそうなのですが、母の耳で私は歌うのです。

私が「ふけゆく」と歌っても、母は全く反応しないのです。CDでこの歌をかけても全く反応しない。一つだけ反応するときがあるのです。桜の下に行ったら「ああ」と言うでしょう。あのとときこの歌を歌ったときだけ「ああ」と言うのですが、父の声まねをして歌うのです。「ふけゆく 秋の夜」と父のまねをして歌うのです。下手に歌うのも練習なのです。父の声を思い出しながら歌うのです。そうしたら、「ふけゆく」では反応しない母が、父のまねをして「ふけゆく」と歌ったら「ああー」と言うのです。おとともそうでした。母に父のまねをして「ふけゆく」と歌ったら「ああー」と言うのです。私は毎回これを歌ってあげるごとに、母の心の中には父の愛や父との楽しかった思い出が結晶となって、まだ心の中にしっかり残っているのだなと私は思うのです。認知症は、何でもかんでも忘れ去ってしまう病気だ、何でもかんでも消し去ってしまう病気だというけれども、認知症でも消せないものがあるし、認知症でも忘れ去ることができないものがしっかりあるのだということを、私は毎日母にこれを歌ってあげて思います。

こういうことはあり得るのですかと、大脳の専門家の人と話したのです。「あり得ます。だからこそ大脳は不思議な臓器なのです。お母さんの心の中には、お父さんとの思い出がきちんと刻まれているのですよ、脳に。薄っぺらの脳だとしても、そこをきちんと持っている可能性がありますね」と言っていました。認知症でも消せないもの、認知症でも忘れ去ることができないものがあるということ、私はこの歌を歌っていつも思います。

そんなとき、父が心臓病だったので、ぼっくりいきなり亡くなったのです。えっと思って私が車で人吉市に行ったら、父はもう死んでいました。見てみると、いろいろな人への手紙が残っていました。ある人には「あなたのおかげで、

人生の山場をあのとき越えられた。ありがとう」。みんなに本当に感謝の「ありがとう」という手紙が残っていました。私にもどんなありがとうだろうと思ったのです。ぱっと広げたのです。「自分が亡くなったときは」と、父は自分の心臓が悪いので分かっていたのですね「自分が亡くなったときは、お母さんの世話はすべて幸之助がやっていくこと」と書いてあった。「えっ？」と思った。私は次男なので、兄がして、それを手伝えればいいと思っていた。そうしたら、そんなことを書いているのでびっくりした。しかし、父が命がけでやっていたことなので、しょうがないと思って、私はしょうがなく介護を引き受けたのです。

介護を引き受けたといっても、私は家に連れてくることができませんでした。仕事のこと、子どものこと、いろいろな家庭のことを考えると平戸の家に母を連れてくることができなかったの、熊本の施設に母を入れて、私は平戸で仕事をすることにしました。初めて施設に入れた日でした。「じゃあ、お母さん帰るよ」と言ったら、母も一緒に帰ろうとするのです。だから、最初言っていたのです。「じゃあ一緒に帰るか、お母さん」と言って二人で歩いていたのです。そして、施設の玄関のところまで来ました。そして、「じゃあ、お母さん、帰るけんね。じゃあ、さようなら」と言ったら、母が私の服の裾をぐっと握ったのです。私は、母は何も分からないと思っていたので、「えっ」と驚いたのです。そして、手を広げながら、「お母さん、ここにおとぞ。今日からずっとここにいらんといかん。ここにずっといとぞ」と言って、「じゃあ、さようなら。帰るけんね、俺は帰らんといかんけんね」と帰って行こうとしたら、また母がぱっと、何度やっても私の服の裾を何度も握るのです。そのとき私は思ったのです。心の中では母を施設に捨てたんだと本当は思っていたのです。だから、とてもつらくなったのです。母の手を開きながら、「お母さんの家は、ここなんぞ。しっかりせんか」と私が涙をだっと流して大声で叫んだら、母は驚いて手をぱっと広げたのです。そうしたら施設の人が優しく母を抱いてくださいました。その隙に私は車まで走り、急いで施設を出たのですが、帰る途中ずっと涙がずっと出ていました。「何が家庭だ、家族だ。母も家族じゃなかったのか。母を捨てたな」と私は思ったのです。

平戸に帰って黒板に向かって授業をしていたら、黒板に向かってるときだけ「今ごろ母はどうしているのだろうか。申し訳ない」と思って涙がぱっと出

てくる。振り返ると、涙を流せないのだからこらえていたら、あるとき涙がたらたらと流れたのです。そうしたら、2年生の担任でしたが、2年生の子どもが私のところに来て、理由も何も聞かないで、「どうしたんだ、先生。大丈夫か、大丈夫か。しっかりしろ先生、しっかり頑張れ」と言うわけです。そのときやっと思いましたね。この子たちを叱りつけて私は教えているけれども、この子たちにも救われているな、心の中がすっとなった気がしたのです。誰かが支えてくれていた。母を支えなくていけないと思って必死なので、自分が支えてもらうなんて誰も思っていない。そんなとき子どもからそういうことを言われて、ぐっときましたね。そのときの詩を一つ聞いてもらいます。

詩「^{うま}旨いものを食べると」藤川幸之助『満月の夜、母を施設に置いて』（中央法規）

^{うま}旨いものを食べると
 病院に入ったまま死んだ父が
 フッと私のそばにやってくる
 食わせたかったなあ
 あの時無理をしても
^{うなぎ}鰻を買ってきて食わせてやればよかった
 病院の食事なんて今日は残していいさ
 なんて言ってやって
 早く出て母の世話をと焦ったあまり
 症状を隠して
 死んでいった父

大声を出して笑っていると
 今老人ホームに置いたままの
 母がフッと私のそばにやってくる
 いっしょに笑いたいなあ
 自分だけ楽しんで
 母さんごめんねと
 笑い声に
 ザパンと水がかかる

ジュッと
いつもの私に戻る
三日前私は
食堂で百五十円やすい
コロッケ定食にした
昨日は
バラエティー番組の笑い声を聞いて
不機嫌にテレビのスイッチを切った
今日も
缶ビールを飲むのをやめた
5ヶ月前に買った缶ビールが
冷蔵庫の中で
飲まれる明日を待っている

今、最後の方で「5ヶ月前に買った缶ビールが冷蔵庫の中で飲まれる明日を待っている」。その缶ビールは結局飲まなかったのです。夜中に母が人吉市で倒れたと聞くと、車で5時間ぐらいかけて行かなくてはいけないので、全くアルコールが飲めなくなって、1年間ぐらいアルコールは飲まなかったですね。私はめちゃくちゃ飲むのですよ。こういうのを自慢してもしょうがないですけど、こんな飲む人間が母のことが気になって1年間全く飲まないのですから。それで、私はずっと気になっていて、では1週間に1回行こうと思ったのです。まだそのころは土曜日にも学校の授業があったので、土曜日に午前中授業をしまして、そして午後の2時ぐらまで次の週の準備をして、2時ぐらいから5時間かけて7時ぐらいに母の施設に着くのです。夜の7時に着いたら、母を施設から出して、そして、おじ、おばのところに泊まったり、ホテルに泊まったりして、いろいろなところに母を連れて行って、そして次の日の日曜日に母を施設に置いて、また帰って、また次の週、土曜日に行ってという感じで、気になるならば1週間に1回帰ろうと思ってずっと帰っていたのです。

帰っていたら、今度は母が私のことをすっかり分かるようになったのです。というのは、扉のところから「お母さん、じゃあ、さようなら。また来週来るよ」と言って帰るのです。そうしたら母が、扉の前にずっと立っているという

ことを施設の人に聞いたのです。「扉」という詩を読みたいと思います。

詩「^{とびら}扉」藤川幸之助 『満月の夜、母を施設に置いて』（中央法規）

認知症の母を
老人ホームに入れた

認知症の老人たちの中で
静かに座って私を見つめる母が
涙の向こう側にぼんやり見えた
私が帰ろうとすると
何も分かるはずもない母が
私の手をぎゅっとつかんだ
そしてどこまでもどこまでも
私の後を付いてきた

私がホームから帰ってしまうと
私が出ていった重い扉の前に
母はぴったりとくっついて
ずっとその扉を見つめているんだと聞いた

それでも
母を老人ホームに入れたまま
私は帰る
母にとっては重い重い扉を
私はひょいと開けて
また今日も帰る

この扉のところから私が帰りますと、施設の人ががちゃっと鍵をかけると、あの扉の前に10センチのところまで母は近寄って、2時間ずっと扉を見つめているのだと聞いたのです。私は最初聞いたとき、施設の人も、2時間、そこに立たせていると思ったのです。しかし、よく考えてみると、私が帰った後、母

がこの扉を見ながら、私の後ろ姿や私との楽しかった思い出やいろいろなことを頭の中にめぐらせながら見ていると思うと、母には言葉がありませんでしたので、この扉を見ると母のむき出しの心を見るようでした。もう、つらくなったのです。だから、「よし、これは長崎に連れてこよう」と思って、私は母を長崎に連れてきたのです。

そうしたら、母はずっと熊本で暮らしていたので、いろいろな荷物があったのです。その中に母の日記帳がいっぱいありました。大学ノートがこれだけ積まれていました。その母の日記を読んだという詩をいきます。

6. 絆の結び直し

詩「母の日記」藤川幸之助 『ライスカレーと母と海』（ポプラ社）

認知症が進む中でも、
母は日記を書き続けていた。
日記は、毎日同じ文面で始まり、
幾行かの出来事が書いてあって、
毎日同じ文面で終わっていた。
時には前の日の日記を
そのまま写しているときもあった。

「知っているんだけど」と前置きしながら、
簡単な字を何度も何度も聞く母。
優しく教える父。
私が日記をのぞくと
母は怒ったように
書くのをやめてしまっていた。

日がたつにつれて、
字のふるえがひどくなり、
誤字や脱字が目立ち、
意味不明の文が増えていく。

もう日記なんて書かなくなった母。

私はそんな母の日記をくりながら、
自分の名前を書いてある箇所だけを探す。
どんなにか母に心配をかけていたことにも、
ひどく母と言い争ったことにも、
私の部分には、
「あの子はやさしい子だから」と
書き添えてある
いつか私が母の日記を読む日が
来るのを知っていたかのように
「あの子はやさしい子だから」と
必ず書き添えてある。

私は、高校のときは学校に行かないぐらい悪い学生で、全く駄目だった。あるとき学校から、悪いことばかりするので、「おまえ、学校に来るな」と言われたのです。いわば専門用語で言ったら停学をくらったのです。そうしたら父と母は学校へ呼ばれて怒られて、家に帰ってきて「おまえ、しっかりせんか」と無茶苦茶父から言われたのです。そのとき父に向かって言えないので、母に向かって言ったのです。「そんなに俺のことが嫌だったら、俺を生まなきゃよかったんだ、母さん」と言って、父に向かって「ばかやろう」と言って私は家出したのです。普通、停学くらった人間が家出しますかね。そして、ずっといなかったのだけれども、そのことがこの日記の中に全部書いてあるのです。もう50歳にもなって、そういうのを見ると恥ずかしいですね。「幸之助は、私に向かって『生まなきゃよかったんだ』と言った。私は、こんな悲しいことはない。でも、あの子は優しい子だから、大丈夫、大丈夫。あの子は優しい子だから大丈夫、大丈夫」と。これは私は日記を見ないと分からなかった。私のことを誰も信じてくれていないと思っていたら、あのとき母が私のことをしっかり信じてくれて、あれは過去に母が書いた言葉だけれども、今、未来から「おまえ、しっかり頑張っていけよ」と聞こえるようになりました。この日記を読んだから、こう思うようになったのです。

小さいころ、母や父にもらった愛や優しさが私の心のどこかにたまっていて、「お母さん、ありがとう、ありがとう」と言いながら母へ返している感じがこ

のごろするようになりました。

もう最後の話になりますが、母が認知症にならなかつたら、日記も読まないし、こういうことも全く考えなかつたと思います。母が認知症になってくれたからこそ、母が認知症になって、しっかり生きてくれたからこそ、私は母のことを思いやり、母のことを考え、母の痛みを自分のこととして感じたのです。母が認知症にならなかつたら、こんなことは絶対考えなかつた。母が認知症になったからこそ、私はしっかり母の思いを自分の痛みとして感じてきた。つまり、認知症という病気が、母と私の親子の絆の結び直しをしてくれたと思うようになりました。父もそうです。母が認知症にならなかつたら、父と母は、あんな手をつながなかつたと思います。あんなに「お母さん」と父も言わなかつたと思う。認知症という病気があつたからこそ、そして認知症という病気になつても母がしっかりその生を生き抜いたからこそ、父と母も夫婦の絆の結び直しのできたのだらうと思うのです。病気は、なくすことばかり考えますが、それを受け入れることによって自分の生きざまさえ変わることがある。私は深くそれを感じました。

最後の話になります。あるとき、赤ちゃんを抱いた若いお母さんが横断歩道の向こう側に立っていました。それも20代前半のお母さんでした。そして、私たちの間を大きなダンプカーがだつと通り過ぎたのです。通り過ぎた後、その若いお母さんを見たら、ダンプカーに背中を向けて赤ちゃんをしっかり守っているのです。そのとき私は思ったのです。この赤ちゃんがいるからこそ、この若いお母さんの心の中から、赤ちゃんを守ろうとする勇気や優しさや母性が引き出されているのです。この赤ちゃんがいるからこそ、この若い女性は母親たりえているのだと思ったのです。私も一緒です。母が認知症になって、認知症の母がそこにいたからこそ、私は母のことを思いやり、母のことを考え、母の痛みを自分のこととして感じた。つまり、母が私の中から、人を思いやる気持ちや優しさや母の痛みを感じる心というのをぐいぐい引き出している感じがしたのです。母は、私の心の中から人間らしさというのを、認知症になってぐいぐい引き出してくれている。つまり、母は今でも私を育ててくれているという感覚になりました。

今でも、母に育てられているという感覚が私にはあります。母には言葉もありません。全く意味のある動きもない。そんな母が私を育てるのです。つまり、

母はそこに生きて、そこに存在するだけで大きな意味を持っている。言い換えれば、人はそこに生きて、そこに存在するだけで大きな意味を持っていて、われわれはその関係性の中で生かされているのだということを私は母との体験から深く感じるようになりました。人を支えるということは人に支えられること、つまり、母を支えるということは、母に支えられ育てられていること。今日の演題である「支える側」の私が、実は母に育てられ、支えられていたというお話をさせてもらいました。

最後に、「眼張る」という詩を読んで終わりたいと思います。皆さん、がんばるというのは、我を張るではなくて、元来もともと言葉を見ると、目を見開いて見ることをがんばると言うそうです。最後に読みます。

「眼張る」

がんばるとは もともと「眼張る」と書くらしい 目を大きく見開いて見据えること

言葉のない母の傍らに ただ何もしないで黙って座り 見開いた目でしっかりと母を見つめる 見つめなければ分からない かすかな母の動きがある 眼張らなければ聞こえてこない 小さな母のうなり声がある 言葉にならないむき出しの母の心

言葉になる前の言葉ではないもの 伝えたいのは言葉ではないはずだ われわれは見つめ合うことを忘れて あまりにも言葉に頼りすぎてしまった

母を見つめていると 母の目にも この私がしっかりと映っていた 母さん お互いががんばっているな 母の目に映る自分自身がしっかりと口をつぐんでいるか確かめて またかっと目を見開き 母を見つめ直す

ありがとうございます。今日は、母の後ろに広がっている人生、そして、それを支えた父の人生、そして、いろいろな感情の行き来、そして私のいろいろな思いを聞いてもらいましたが、これは私の母に限ったことではなく、どの認知症の人の後ろにも、どの高齢者の人の後ろにも、そして、どの人の後ろにも同じように人生が広がっていて、それを支える人がいて、いろいろな思いが行ったり来たりしている。一人の人間をイメージ深く見るということ、母の介護

の体験を通して今日は話させていただきました。長時間、どうもありがとうございました。