

親の看取りの前には、親の老後があり、老後の前には長い人生が横たわっている。

すると、親の物語の重要登場人物である子としての自分がどう関わってきたか、が浮き彫りになる。

**親の老後とは、目を背けず思考すると、自問自答する契機になる。**

親の介護や看取りほど、自分の情愛や冷酷さ、身勝手さや弱さ、恋慕や未練を思い知るものはない。

「いい人生だった」とか「眠るように逝った」とか「最後は穏やかだった」とかのよく聞く言葉は、看取る側が**自己を免罪できる表現だ**。

シーンとした中、母の肩を

揉む私に、母はよく人生を嘆いた。

「お母ちゃんは不幸やった」

たまに、そこに居合わせた兄たちは皆、口を揃えて言った。

「お母ちゃんは幸せだ。自分がいかに幸せか、わからないのだ」

この会話に、私は母の不幸を見た。今ここにある不幸とは、**自分に共感してくれる人や関心を持ってくれる人がいないこと**。自分の感情を否定されること。自分の訴えを、他者がないものとして説得しようとする事。

感情が、説得できるものと信じて疑わない人たちがいる。驚くべき発想だ。

**幸せか、不幸かは、本人が決める。本人がそうだとしたら、そうなのだ。**

介護期に及んでまだ、不幸に甘んじている、その生き方に腹が立った。

なぜ幸せになろうと努力しなかったのか。結婚してダメだこの男と思ったのなら、逃げればいいじゃないか。子を産んで、こりや幸せじゃないわと思ったのに、なぜ産み続けたんだ。

世間の物差しどおりに生きて、こりや世間に騙されたなと気づいてもなお、その物差しで生き、ああ不幸だ、ああしょうもない人生だった、と嘆く毎日で、じゃあ前向きに、どうすれば少しでも楽しいか、どうやったら幸福感が手に入るか、と努力せず、何十年と愚痴ばかり言って、一切何も解決しようとしない。

そしたら、もう死ぬ時が来ちゃった。

歌舞伎好きの80代の男性とよく観劇した。京都南座の帰りには料亭でご馳走を食べ、粋な一日を過ごしたものだ。日頃は家業を継続し、仕事を続ける理想的な高齢期の姿だと思っていた。

だが家で転び、それを機に老人ホームに入ることになった。ご家族の判断だった。

...

一日を過ごしてわかった。もう外出は無理だった。誤嚥の可能性があり、何度もドキッとしたり、長時間の座位は苦痛らしく、車椅子をギコギコ鳴らしながら、何度も体勢を動かしていた。

長時間の同じ姿勢は、高齢者には関節痛や血行障害などを引き起こす危険があった。

たった一度転んだだけで、高齢者はそこから、かように弱るのだ。それはもう、階段を転がり落ちるように。

また老人ホームに見舞いに行った。

もう喋れなくなっていた。弛緩した表情でいつもの椅子にじっと座っていた男性は、私の顔を見るとニコニコ笑った。その歯には食べ物のカスが張りつき、口腔ケアの頻度が低いことがわかった。

会話ができないので、私だけがずっと喋った。男性はニコニコ笑うだけが交流だった。

この男性の趣味は、折り紙でもお習字でもない。歌舞伎観劇と料亭めぐりなんだよっ、本当はもっとお酒落でダブルのスーツとスカーフが好きな恰好なんだよっ、ジャージじゃないんだっ、と施設に訴えたい気持ちを飲み込み、帰宅した。

そして、後にご家族から亡くなったと教えていただいた。

ご家族にも事情があろう。私も娘ではなく他人だから、介入しすぎもいけない。だが、高齢期は死ぬのを待つ時間でいいのか。一個や二個の病気や障害があっても、寝込むしんどさや、薬で抑え込まなきゃいけない痛みがないのなら、命が終わるギリギリまで、もっと人生を楽しんではいけないか。

死ぬのを待つという生き方は、残酷に思えてならない。

人生を楽しむ、というのにもトレーニングが必要で、楽しみそこなった人は楽しむことを恐怖し拒絶する。

...

母は別に過酷な強制労働施設に囚われていたわけではない。世間の物差しや兄たちのいう幸せな人生の条件下にあっただけだ。だが、たくさんの子育てと家事労働だけの人生というのが、いかに人生を楽しむことを奪い、断念させるものか。

子育ては楽しいはず、子供は可愛いはず、そうじゃなければ母親じゃないし女じゃない、という物差しに測られ、母にはどっちに転んでも自らの感性を否定するか、世間に否定されるか、という選択肢しかなかった。

母は生存戦略として「楽しまない人生」「不幸な人生」を自ら選びとったのだ。

我々の言う「着くころ電話します」というアバウトさは、高齢者には通じない。兄に「朝起きたら行くね」というテキトーさも通じない。「行く」と言ったら最後、彼らは早

朝から待つのだ。

高齢者、病気の高齢者、慢性疼痛のある寝たきり。彼らはいつもいつも、私たちを待っている。

ある時、「気管切開します」と医師が事前に言うので、「やめてください」と事前に断ることができた。医師は「死んでもいいんですね」と念を押した。ここで「はい」と答える家族なんかいないだろう。

点滴を見ると、滝のように溶液が流れていた。

「これ、これでいいんですか？」と看護師に聞くと、「あっ！」と言ひ、点滴を調節して、従来のポタッポタッという落ち方になった。冷や汗をかいた。

自分がいなければ、母の血管に滝のような勢いで液体が入っていた。

病院は忙しい。看護師を責めるつもりはない。ただ、医療現場とは、よーく見張っておかないと何をされるかわからない、というのが私が学習したことだった。

・・・

自信がない人や、責任回避したい人が、医師にまかせる。まかせれば楽なのだ。いちいち考えたり調べたり観察して、判断したりをせずに済む。後悔という荷物を背負わずに済む。医療が善意でできているという世間の常識を信じられるならば、無知な家族はお医者様の言うとおりに従っておけば楽なのだ。

母の尿管には、いまだに悔いが残る。看護師に頼んだら「医師がいないので、勝手に抜けません」と断られた。

結果、尿管を強いることになった。本人が苦痛だというのに。医師がいないからと断るということは、看護師が責任を問われることを避けたに過ぎない。「医師が帰ってしまったから」と母をあきらめさせた私も非情な娘だ。明朝、抜いてもらおうね、とお茶を濁した。

なぜ「一筆書くから抜いてくれ」と看護師を説得できなかったか。

母は私が病院を去った後、尿管とは別に、母に入れられた胃への管を、自分で引っこ抜いて、そのまま死んだ。

寿司を食べる直前に、糖尿病の兄はインシュリン注射を自分の腹に打った。

注射器と備品とを兄は妻に手渡し「捨てといて」と言った。

妻は「全部捨てたらいいんやね」と軽く返事して、何気なく自分のカバンに収めた。

直後、兄が爆発した。

「何が全部捨てるや。注射器は使い回しせなあかんやろ。捨てていいものと捨てたらあかんものがあるやろ」と怒鳴った。

兄は怒りが収まらず、「お前は、何百回も目の前で俺が腹に注射をするのを見ていて、

なんで捨てるものと捨てないものの違いがわからないのか」と怒った。

めったに実家に帰らない私でもわかる、ゴミの分別だった。兄嫁もわかっていなかったわけではない。ただ、何も考えずに返事をした。ただ、それだけのことだ。

「全部捨てるね」

これが、その後数週間続く夫婦喧嘩の発端になろうとは、その時の私は気づかなかった。

・・・

兄嫁が私に報告した。

「あの寿司屋の後ね、夫に言ったの。人にもものを頼む時は怒鳴るのではなく、〇〇してくれと優しく言えばわかる、と」

お酒落して行ったのに、怒鳴られて、兄嫁は気分を害していたのだと理解した。

だが、これがまた大爆発を生むきっかけになった。

妻と妹の会話を聞いていた兄は、声を荒らげて訴えた。

「お前は、俺が生きるか死ぬかの戦いをしているというのに、その俺がどんな注射を打っているかも、捨てていいものと使い回すものの違いもわからない。どんな思いで注射していると思っているのか。お前は俺に関心がないのや。だからあんな返事ができるのや。お前がそんなこと言うから、寿司屋行った後の晩も、腹立って神経が立って、それから寝られへんようになったのやないか」と、まだ怒りが収まらない。

兄の不眠の原因は、夫婦喧嘩だった。

兄嫁のほうはというと、怒られたら被害感情しか残らない。

生前の母と兄夫婦を連れて、あの日も有馬温泉に来た。あと3分で宿に着く、時だった。母が「入れ歯忘れた！！」と叫んだ。母は嫁を叱った。

「なぜ家を出る時に、若いもんが、年寄りの必要なものを忘れてないかどうか確認しないのか！ 入れ歯忘れたやないか！！」

タイヤの音を立てて、大阪に引き返したのを覚えている。母は兄のようにずっと何度も「忘れた！ 絶対忘れてはいけないものを忘れた！ なぜ若いもんが気づかないのか！」と怒り続けた。当時私は、なぜ若いもののせいにするのか、いい迷惑だと思っていたが、数十年後、兄が同じセリフを吐くのを見て、母の想いが理解できた。

病気高齢者は、やっとの思いで生きている。特にイレギュラーな外出や外泊があろうもんなら、絶対忘れてはならないものを忘れる。それが病気高齢者だ。忘れる、とわかっているから高齢者の身支度旅支度はとてつもなく慎重で長い、ともいえる。

それでも、忘れるのだ。

他人の手を借りねばできない、食事や排せつ。

このレベルになれば、いったいどれほどのストレスを抱えながら、寝たきりの人たちは生きているのだろう。

高齢者の爪は分厚く固く、岩盤のようになっている。一度に切ろうとすると、亀裂が入り、神経に障る。だから角を削るように、ちょっとずつ切っていく。切るというより、かけらを落としていくのだ。そうすると、切られるほうも安心だし、切るほうも恐怖心を持たずに済む。素人の私にでも、そういうことが想像できた。

・・・

爪の状態をしっかりと見ていないこと。

一気に切れれば、どうなるか想像しないこと。

どういう触り方をすれば相手が怖がらないか、という配慮がないこと。

見ていない。気づいていない。関心がない。そのプロのほうに問題がある。

プロでも、介護経験者でも、医師でも、家族でも、この「見る」「気づく」「関心を持つ」という3つの感性が必ずあるとは言い切れない。私の経験では、この3つを持ち合わせている人のほうが圧倒的少数派だ。

そうであるなら、介護とは、その多くが受ける側にはストレスで、ごくたまに満足させてくれる人と出会える、というレベルのものだと腹をくくらなくてはならない。

まだ60代なのに末期ガンで最後の日々を苦しみながらベッドで過ごす兄

兄はもうモルヒネも効かず、空中で溺れるように呼吸していた。

これほど苦しまねば、逝かせてもらえないのか。おおこんなにやせて。それほど苦しかったのか。何かできないか。足をさすってやろうか。口に氷を入れてやろうか。

私の父は、高齢期に脳梗塞になり喋れなくなったので、その人生への本音や最後の言葉を聞くことはできなかった。ただ、半身不随の寝たきりの身体で、電動ベッドで座位の姿勢で、筋力がないから前のめりになった上半身にさらにうつむく顔から、ずっと涙と涎(よだれ)がポトポト落ちていた。

顔を歪めて、あきらかに泣いていた。

こんな身体になった自身への悔しさ、情けなさ。死ねない苦痛。「お父さんは好きに生きて、コロッと死ぬ」が口癖だった父の晩年は、父自身が最も忌み嫌った姿になった。

兄

ガンが肺に散らばり、新薬の抗ガン剤も効果なく、実家で会う度に、「朝、枕が血だらけだった」とか、「今日は枕が何かの液体で濡れていた」とか私に告げた。

父は、涙と涎を流した。

母は、いいことが何もなかったと言った。

60代の兄は、生きている手ごたえがなかったと言った。

後期高齢者の兄は、子がないから人生に意味がないと言った。

本当にそうか。

また、介護する機会がなかった人には、その幸運な人生を楽しんでほしいと願う。介護は時間を奪われるし、辛い思いもする。自己否定感に苛まれもする。

介護する人としらない人の違いは、介護する環境にあるか否か、できる状況だったか否か、したいと思える関係性があったか否かの違いだけだ。

時間を奪われ、なおかつ、介護した人ほど苦悩を背負うという理不尽さが介護にはある。思い出の数だけ後悔が残る。お年寄りを丁寧に介護するほど長生きし、介護期が延長される。放置したら裾瘡だらけで栄養失調ですぐ亡くなる。手をかけるほどに**介護期が延びるという介護とは理不尽なものだ。**

頑張れば楽に早く逝ってくれるというのではないのだから。**頑張ったら苦しい老後**を長引かせるという、**お年寄りにとっても不条理なものだ。**

老いの苦悩を見て楽しい人などいなかろう。苦悩を見て自らも辛い思いをするのが介護だから、そんな経験をせずに生きられたなら、それを存分に楽しんで生きてほしい。

介護する者も、しなかった者も、両方に得るものと失うものがあるのだから。

母は、死の願望をよく口にしていた。身体的苦痛が、そう言わせていた。呼吸が苦しいし、全身が痛い。「まだ死ねないのか」とよく言った。友人の父親もまた、意識が戻った時に言ったのが「まだ生きているのか」という怒りの言葉だったという。

両者とも、死は願望としてある。でも、例えば、顔を水につけられたら息をしようと顔を上げるように、呼吸はそれをしようとしてしまうのだ。呼吸が苦しく死にたいと言えども、同時に、楽に呼吸ができる努力のほうを人間はしようとする。

酸素チューブをつけ、深呼吸を繰り返す。これは楽になろうとする努力で、その先には、生への無自覚な執着がある。本能は「生きる」と24時間言っている。

死にたいと言って「苦」を選ぶのではなく、**死にたいと言いつつ、「楽」を選ぼうとする。楽はすべて生へと通じる。人間は死への努力などできないように作られている。**

## ALS の女性

そして身体の苦痛。

「5年近く右しか向いてなく、右耳の痛みに耐えきれず」だそうだ。

夜中に舌がつり、「数日間に渡って左に曲がったままで、ずっと舌を歯で噛んでた」。

「寝てるのが不快、不自然。じっと寝てるのが不快、今すぐ起きたい衝動にかられる」。

友人たちは、死を真剣に口にすると連絡が「パタリと途絶えた」「大半はスルー」。それを、「触らぬ神に祟りなし」と表現する。みじめで辛いと言うと、病気が「治ると信じてる」の返事。それを「この距離は縮みそうにないな」と。

終わりがあるから、丁寧にマメに生きましょう、と言いたいのだ。

「楽しい」を永遠に追い求め続けることが、「生」なのだと思う。だから「辛抱」は、生きることと逆行している。

よく「辛抱しなさい」と説教されることがある。私は大反対だ。人生は、辛抱なんかしちゃいけない。辛抱していたら、あっという間に人生が終わってしまうからだ。

人生はおもろいもんだと父は知っていた。そういう人の見送りは心が楽だった。好きに生きて骨になった人ほど、見ている側に納得感を与えるものはない。