



認知症とともに生きる：
誰もが自分らしく生きられる未来へ

 SOMPO ホールディングス

SOMPOホールディングス株式会社
〒160-8338 東京都新宿区西新宿1-26-1

はじめに

「認知症とともに生きる…

誰もが自分らしく生きられる未来へ」をテーマに開催した
「SOMPO認知症エッセイコンテスト」。

認知症介護の中で生まれた、ご本人と支え合う方との絆や
感謝の気持ちがこもった実体験エピソードなど、

テーマに沿ったショートストーリーが集まりました。

認知症のことをあまりご存知ない方にとっても、

しみじみと考えさせられるストーリーばかりとなっています。

また、認知症介護の困った場面で役立つ

SOMPOならではのヒントもご紹介しています。

一つ一つのシーンにこめられた皆さまの思いを感じながら、

お読みいただければ幸いです。

目次

受賞作品

- | | | | |
|----|--------------|---------------|--------|
| 04 | 大賞/SOMPO賞 | あの頃のバス停で | ウダ・タマキ |
| 06 | SOMPOケア賞 | ツルの恩返し | 渡辺恵子 |
| 08 | SOMPOひまわり生命賞 | ばあちゃんと旅人 | 宮沢早紀 |
| 10 | 損保ジャパン賞 | はじめまして あんのくるみ | |

前期優秀作品

- | | | | | | |
|----|------------------------|--------|----|-------------------|----------|
| 12 | 雲のなかで手をつなぎう | 間詰ちひろ | 29 | 人と関わるということ | 安藤静香 |
| 13 | いい子だね | 太田ユミ子 | 30 | 祖母の赤ちゃん | 本城浩志 |
| 14 | 受け入れて笑顔 | 後藤いづみ | 31 | ささやかな嘘 | もりまいこ |
| 14 | 天国のおじいちゃんへ | 沖村里枝 | 32 | 忘れられない利用者さん | 内藤寿美子 |
| 15 | 今の私にできること | ウダ・タマキ | 33 | 義母との8か月 | 二萬奈緒美 |
| 15 | お絵かきノートをひらくとき | 廣田みのり | 34 | 諦めないで | 井野友香 |
| 16 | 若い恋心 | 金谷祥枝 | 35 | 絵の壁 | 間学 |
| 17 | ハナちゃんの散歩 | 社川莊太郎 | 36 | 女同士の秘密 | 宮沢早紀 |
| 18 | 笑ってともに生きる認知症 | 平川佳代子 | 37 | 95歳お爺さんの置き土産 | 山本美喜子 |
| 19 | おばあちゃんのように生きたい | 板倉萌 | 38 | 妖精さんと共に生きる父 | NAO |
| 20 | 合わない帳尻 | 村田謙一郎 | 39 | お風呂の出来事 | とんてつた |
| 21 | 在りし日とこれから | 関乃縁 | 40 | 上書きされた幸せ | yukari |
| 22 | 26歳と80歳、ともに駆け抜ける青春の日々 | 河合はづね | 41 | 時空旅行ができる超能力 | 菅尾尚子 |
| 23 | 祖父への旅路 | 源孝一 | 42 | おとぎばなしのような思い出 | 田崎雪子 |
| 24 | フェイスシールドの向こう側～私にできること～ | 川島あゆみ | 43 | 今は温泉 | 黒田由美 |
| 25 | 彼と彼の父 | 室市雅則 | 44 | 「あら～、びっくりばんや！」 | ランベール・ケイ |
| 26 | キョウ子さんとだんご | 田中かほり | 45 | 世界でたった一つしかない小さな物語 | 菜々疏那 |
| 27 | つらさを毒舌漫才にかえて | 飯森美代子 | 46 | 今日も私は初めて | 元永まさえ |
| 28 | 父のパジャマ | 平賀綾 | | 目標は認知症バレエ団1期生 | 田中杏 |

後期優秀作品

ツルの恩返し

渡辺 恵子

な事態になつたなら、店を放り出して、義母のところへ駆けつけることはできない。私たちも苦渋の選択で、義母を我が家へ連れて帰ることにした。

義母は、当時87歳。義父が亡くなつてから15年間、隣町の夫の実家で、一人暮らしをしていた。私たち夫婦は、独立して八百屋を営んでおり、日々の忙しさにかまけ、しばらく無沙汰だった。

急きよ交番に駆けつけた私たちには、目もうつろで生気がなく、ほんの数ヶ月で、すっかり豹変してしまつた義母に愕然とした。義母自身もパニック状態で、うわごとを呟いている。「何が何やら、全然わかれへん。これから私、どうなつてしまふんやろか……」夫は一人っ子で、他に頼る兄弟がない。私たちは、毎日、店を開けなければならぬ。もしも、またこんな無沙汰だつたら。

た厚紙に、マジックペンで器用にPOPを描き始めた。そして店頭にそれを飾つて、ばら寿司を並べた。息子は、ばら寿司のところで立ち止まって眺めているお客様に、「うちのおばあちゃんが作った、ご飯より具が多い、豪華版のばら寿司ですよ」と、ちやつかり営業までしている。

それから2日後の月曜日。あの日に、ばら寿司を買ったお客様が、「確かツルっていう名前が付いていたお寿司、今日はないの?」と、店内を探している姿を見かけた。

義母に話すと、少女のように、はしゃいだ。「升分やつたら、毎日でも出来るよ」

それを機に義母は、ばら寿司を作るのが日課になった。口コミで噂が広がり店頭に並べる午後3時頃には、待っている固定客が何人か現れるようになつた。25パックのばら寿

言つた。

「今日は私が、ばら寿司作るわ。飯台は? お米は? 具材は店にある? 調味料は?」

義母は、完全にスイッチがオンになつている。ここで無理に止めるのは難しいだろうと、私は店から適当に具材を見繕つて、しぶしぶ義母に渡した。

それから3時間ほど経つた頃、恐れたりしたら、かえつて手間がかからず砂糖と塩を間違えたり、鍋を焦がさず、私は、「大丈夫です」と遠回しに伝うわ」と、私に喋りかけてくる。

司は、毎日15分もしないうちに売り切れてしまう。

そろそろ義母を施設にと考えている矢先、私は、階段で足を踏み外して転げ落ちた拍子に、利き手の手首を捻挫してしまった。それを知つた義母は、目を爛々と輝かせながら増しに顕著になつてきた。

その台所を覗いてみると、一升用の飯台に、山盛りになつた具沢山のばら寿司が、テーブルに置かれていた。ざつと、25人前はあるだろうか。一人暮らしをしている息子も呼んで、一緒にばら寿司を囲んだ。息子は、「これは、旨い!」と、唸りながら三杯目をお皿に盛つて渡した。

かに義母のばら寿司は絶品だった。ご飯に甘酸っぱい酢がしつかりしみ込んで、具の味付けも、少し甘めで、絶妙なバランスだった。

「商品のネーミングは、ばあちゃんの名前が『ツル』やから、『ツルのまかない寿司』や」

広告会社に勤めている息子は、ひとり言を言いながら、そこら辺にあつてもなさそうだ。

「それにしてもお義母さん! 家族だけでこんなに沢山、どうやって食べるんですか?」

思わずため息をついた私に、義母は困惑の表情を浮かべた。

「昔、実家の食堂手伝つたから、4、5人分のばら寿司なんか、作つたことないもん」

その時、息子がボソッと呟いた。

「店で売つたら、ええやん」



「あんたたちへの、『ツルの恩返し』じゃー！」

42ページの
「あんなこんな」も
ご参照ください



42ページの
「あんなこんな」も
ご参照ください

ばあちゃんと旅人

宮沢早紀

「今日はヒドかつたわ。私と花さん間違えるんだよ？ 週三で世話しつくる自分の娘と何もしない長男の嫁を間違えるかな、普通」堰を切ったように母さんの介護の愚痴が始まった。俺も親父もいつも通り聞き役に徹する。

「駿のことは分かってるかなって思つて聞いたらさ、何て言つたと思う？ ああ、旅をして回つてる人だろ？ とか言うんだよ。一体誰と間違えてんだか……」

祖母の頓珍漢な発言に思わず父が笑う。

「でも駿はよく日に焼けてるし、いい自転車にも乗つてるから、確かに見えなくもないな」

調子のいい親父の冗談に俺も一緒に笑つて笑うと、母さんはますます不機嫌になつた。

「笑いごとじゃないんだつてば。いろんなことが分からなくなっちゃつてるの、母さんは」

俺は慌てて機嫌を取りにいく。

「俺もあんまりばあちゃんどこ行けないから忘れちゃつたのかもなー……今度の日曜日、久々にばあちゃんどこ行こうかな」

最近、ばあちゃんの介護の話になると母さんのイライラが止まらない。パートも家のこともやりなくなる。パートも家のことをやりながら週三でばあちゃんを世話をすると母さんのイライラが止まらない。ラックスできるはずの食卓がピリピリとした雰囲気になるのは気がかりだった。

日曜日、俺は宣言通りばあちゃんの家へ行くことにした。「パートが終わつたら向かうね」と言いながら慌ただしく身支度をする母さんは、どことなく嬉しそうだった。

手ぶらで会いにいくのも悪い気がして、駅前の和菓子屋で黒糖饅頭を四つだけ買つていった。ばあちゃんの好物なのだ。

愛車のロードバイクに乗つてばあちゃんの家まで行く。どなたです

て割れにくいものに変えたようだった。家で愚痴つている内容なんてほんの一歩で、本当は俺や親父の知らないところで沢山の苦労をしているんだな、と思った。

「お饅頭おいしいわ。そう言えばあなた、今度はどこへ行つてたの？」

ばあちゃんが尋ねる。母さんが言つていた通り、ばあちゃんは俺をバツクバツカ一か何かと勘違いしているようだつた。

俺は少し迷つたが、ばあちゃんの勘違いに合わせて「自転車で旅をする人」として振る舞うことにして、ロードバイクで遠出しているのは本当だから、実際に行つたところの話もできる。

「夏は暑くて大変だけど、自転車に乗るのは楽しいよ。この前は江の島の方まで行つたんだ」

ばあちゃんは「まあ！」とか「すごいねえ」と言つて楽しそうに聞いていた。

「お、お茶淹れるから。待つて」

ばあちゃんの注意が饅頭に向いた隙に、俺はテレビの音量をぐつと下げた。俺のことを分かっているのかいないのか、いまひとつよく分からなかつたが、俺はひとまず台所へ行つた。

台所には母さんの介護の痕跡がそこかしこに見て取れた。いつの間にか安全装置がついた小さなコンロに変わつており、「おなべを置かない」と火はつかないよ」と母さんの大きな字で注意書きがあつた。台所に置いてある皿やコップも全て軽く

成人の記念にばあちゃんが買つてくれたのだった。俺は縁側から見えるところにロードバイクを運び、俺がそう言つると、母さんは押し



あちゃんに見せてあげた。「覚えてる？」

ばあちゃんは俺の問い合わせには答えず、ぼうっとロードバイクを見つめていた。

夕方になつて母さんがやつてくると、ばあちゃんは「ありもので悪いねえ」と言つて俺の持つてきた黒糖饅頭を出し、俺のことを「長旅から帰ってきたんだ」と嬉しそうに母さんに紹介した。そして、数時間前に俺がした話を、他の誰かの話とまぜこぜにして楽ししそうにしひべつたのだった。

「駿の言う通りかもね。何でもかんでもこれはこうでしょ？」あれは笑つてたわ」母さんは納得したようにぼそりとつぶやいた。

「骏の言う通りかもね。何でもかんでもこれはこうでしょ？」あれは笑つてたわ」母さんは納得したようにぼそりとつぶやいた。

「ちょつと、母さんに何て話したの？」孫だよつて言つてあげなかつたの？」

「ばあちゃんの話をいちいち訂正してたら疲れちゃうし、そればっかりじゃ、ばあちゃんもおもしろくないんじゃないの？」

そう言えば、俺のロードバイクは帰り道、俺は母さんに咎められた。

「ちよつと、母さんに何て話したの？」孫だよつて言つてあげなかつたの？」

次にばあちゃんに会う時はどんな勘違いが待つてゐるだろう。気が付けば、少し楽しみにしている自分がいた。

黙つた。怒らせてしまつたか。俺は一瞬、身構えた。

「……確かに母さん、今日はよく駿の言う通りかもね。何でもかんでもこれはこうでしょ？」って言われたらつまんないかもね」

「でしょ？」

「時々、母さんのとこ行つてあげてよ。またおかしなこと言つうかもしれないけどさ」

「うん」

次にばあちゃんに会う時はどんな勘違いが待つてゐるだろう。気が付けば、少し楽しみにしている自分がいた。

「ばあちゃんの話をいちいち訂正してたら疲れちゃうし、そればっかりじゃ、ばあちゃんもおもしろくないんじゃないの？」

俺がばあちゃんの勘違いをそのままにしていてることがよろしくなかつたようだ。

「ばあちゃんの話をいちいち訂正してたら疲れちゃうし、そればっかりじゃ、ばあちゃんもおもしろくないんじゃないの？」



損保
ジャパン
賞

はじめまして

あんのくるみ



「はじめまして」
祖母との挨拶は、いつもこの言葉から始まる。

「どなたかのお見舞い？」

「あなたの見舞いですよ」

「まあ、嬉しい。私たちお友だちだつたかしら？」

しわしわの手を持つていて、大き、大きに驚いて見せる祖母。この癖は、認知症になる前と変わらない。

「ごめんなさいね、思い出せなくて」「いいんですよ。今からお友だちになりましょう」

「そうね。きれいな瞳のお友だちができる嬉しいわ」

祖母は私の手を握ると、きらきらと目を輝かせて笑った。

祖母は友人の多い人だった。いつでもどこでも誰とでも、あつという間に仲良くなってしまう。

旅行先で知り合った人が、翌年に我が家を宿泊先に東京観光をした

り、同じバスに乗り合わせた人の縁談や下宿の世話をしたこともある。

少々お節介にも見えるが、そんな祖母を悪く言う人はいなかつた。

みんなから慕われ、愛されている人だつたと思つ。

憧れつつも、自分とは別の世界の人だと思っていた。

人付き合いが苦手な私は、祖母に

憧れつとも、自分とは別の世界の人だつたと思つ。

見舞いに行くと、祖母は必ず私を褒めてくれる。

「はじめまして。あなたとつてもかわいい声をしているわね。思わずお布団から出ちゃつたわ」

「はじめまして。なんて素敵なセー

ターナーなの！あなたの白い肌によく似合ってるわ」

「はじめまして。お人形みたいに長い髪ね。乾かすのが大変でしよう。きっとあなたは丁寧な生活をしているのね」

部活帰りの小汚い格好で訪れて

も、必ずどこか見つけて褒めてくれるのだ。

ある時なんて同じ病室の人をわざわざ起こして、

「見て！私のお友だち、いいアキレス腱をしてるのよ！うんと早く走りそいでよ」

と私の脚を指差して言った。

「お騒がせしてすみません」と後から私が謝ると、「お孫さんが可愛くてしようがないのね」と隣のベッドの人は笑つた。

その時、私は気がついた。

「はじめまして。私は『はじめました』の私を褒めてくれているのだ。

孫という認識は随分前からなく、毎回初対面として祖母は私と接している。

ということは、祖母は「はじめました」の私を褒めてくれているのだ。

祖母が多くの人から愛されている理由が、少しわかった気がした。

彼女は人のいいところを見つける

天才だった。
「はじめまして」と同時に、それができる人は少ないと思う。
そして、さり気なく素直に伝えられるのも、なかなかできることではない。

祖母の病気は私から「孫」という立場を奪つた。
その代わりに、私のいいところをたくさん教えてくれた。
自分が気づかなかつた瞳や声、一番似合うセーターの色、アキレス腱の形。
長い髪を乾かす時間も悪くないと今では思える。

「はじめまして」から始まる祖母と私の日々。
認知症で失われた思い出より濃く、あたたかい。

PICK UP

あんなこんな

by SOMPOケア

介護の困った場面で役に立つ、
あんなことや、こんなこと。

SOMPOケアでは、
自宅で認知症の方を支える人を応援するサイト
「あんなこんな」を運営しております。
サイト内では、介護のさまざまな場面における
あんな困りごとや、こんな悩みに対して、
認知症ケアのプロの知見にもとづいた、
あんなヒントや、こんなヒントをご紹介しています。
その中から、特に役に立ちそうなヒントを
本誌にて掲載しております。ぜひ、お読みください。



本サイトへの
アクセスはこちから！



受け入れて笑顔

後藤 いづみ

天国のおじいちゃんへ

沖村里枝

今から15年前の夏休みの終わり、祖父が倒れて救急搬送された。直ぐに病室に行くと祖父は意識がなく、顔色の悪さを目の当たりにして、私は死を覚悟してしまった。翌日、祖父の意識が戻り、一齊に家族が話し掛けると、祖父は怯えてしまい叫び声を上げて錯乱状態になつた。看護師から「過性の認知症かも知れないと意味のわからない言葉を発するだけだった」。

数日後、妹が見舞いに来ると、やはり孫だとは分からず、ただ見つめているだけだった。「一人を残して母と病室を離れて戻つて来る、と、祖父と妹が声高らかに笑つていた。一体どうしたのと妹に聞くと「おじいちゃん私を部下だと勘違いしてるんだよね。」と、そして祖父は「判子貰えないなら今日は直帰しようか?」と笑顔で部下にサボリの提案をしていた。

妹が「それ、バレたら明石さんのせいだって言い付けますからね!」とふざけて返すと、また大きな声で笑つていた。そんな祖父を見ていると「もう覚えていてくれなくとも良いよ。おじいちゃんの思うように合わせてあげようよ。」と涙を抑えながら妹は私と母に提案した。悲しむより割り切ることを優先した妹に、笑顔で話し掛ける祖父は穏やかな表情だった。忘れちやつても笑つてくれていたら良いかと一同が気持ちを一つにしたとき、重かつた心の鬱えがストーンと、どこかに

消えてしまった。それから祖父が他界するまでの三年間は、祖父に合せてそれが役を演じきり、混乱することなく笑つて過ごせた。我儘なことを言い出した時、「課長らしくないですね。」というと上司になり、やりたいことが出来なくて困つてると、「私も出来ないからやめよう。」と友達になる。認知症を受け入れ、祖父が穏やかな気持ちでいられるなら幸せだと思いながら介護をしていた。

祖父の笑顔は無邪気だった。

最期が近くなり、祖父に私が帰る際に「いつみ、ありがとうね。元気でね。」と握手手してくれた時は「おじいちゃん、おじいちゃん」と、孫に戻つた時間がこのまま続いて欲しくて、手を握り泣き出してしまつた。そんな私に「大きくなつて泣いたら駄目だよ。」と、困った顔をして手の甲を優しく摩つてくれた。会いたかった祖父に会えた嬉しかった。

その後、誤嚥で肺炎になり、話すことが出来なくなつてしまい、旅立つて逝きました。最後に孫として話せたのは、祖父に合わせ切つた褒美だと今でも思う。認知症を受け入れてあげることを気付かれてくれた妹に感謝している。「いつも面白いこと言って、とほけていたおじいちゃん可愛かったね。」と心から言える。祖父の命日に集まると、役者になる方が大変だったと語つて笑つている。

私は、高校生活、部活が忙しいからなどなかった。私の母は、初めての介護に戸惑いながらも(毎日三食の)経管栄養や定期的な体位交換をし、忙しい日々を送つていた。

私は、高校生生活が忙しいからなど怖かった。そして、大好きだった曾祖父が認知症の影響からだんだんと暴言が増えていつた。

私は、高校生生活、部活が忙しいからなどなかった。私の母は、最初は曾祖父も拒否するが、最後はさも「ありがとう」と裏の土産畑にある野菜をもつて帰つて」とお土産を渡そうとしたと、母は嬉しそうに私に話をしてくれる。母にとって入浴介助のヘルパーさんや相談できるケアマネージャーさんの存在はとても信頼できる人達だった。

そんなある日、曾祖父が在宅で急変した。私は声かけの仕方等も分からず、ただ立



私の曾祖父は3年間在家介護の末、六年前に他界した。

当時、私は高校生で、大腿骨骨折を機に寝たきり生活、そして、食事も少量となり、ついに経管栄養をしている姿がとても恥かった。

そして、大好きだった曾祖父が認知症の影響からだんだんと暴言が増えていつた。

私は、高校生生活、部活が忙しいからなど怖かった。

私は、高校生生活が忙しいからなどなかった。

私は、声かけの仕方等も分からず、ただ立

今の私にできること

ウダ・タマキ

〈前期優秀作品〉

縁側に置かれたロッキングチェアに座る妻の顔には、柔らかな陽射しがつくる葉影がゆっくりと揺れていた。

彼女はそこで何をするわけでもなく、

ただ庭の草木を眺め、穏やかに流れる時をぼうつと過ごす。春の温かい風が白い髪を撫でようが、イロハモミジに羽を休めるシジュウカラが甲高い声で囁くうが、妻は変わることなくじっと庭を見つめ続けていた。

妻が本当にこの場所を好んでいるのかどうか私には分からぬ。もしかすると、耳障りな生活音から脱するために辿り着いた唯一の場所がそこなのかもしれない。洗濯機が水を回す音、食器がガチャガチャと触れる音、電子レンジが食品を温める音。生活を奏でる音、その全てはここに届かない。

妻はずつと専業主婦で家庭を支え続けてきた。私は家庭を顧みることなく仕事を没頭し続けた。決して交わることない夫婦の描く平行線。その橋渡しを担つたのは二人の子どもたちだったが、二人とも我が家から巣立ち家庭を持つた。

数十年ぶりに訪れた夫婦一人だけの生活。それはとても短調なものだった。私は相変わらず仕事が忙しく、妻は家事とパート勤めに時間を費やした。休日になれば一緒に余暇の時間を過ごしたが、激しく燃え上がり、そして、散つていった。

私は定年退職してからも知り合いで仕事を手伝い精力的に動いてきたので、慣れないパソコンを駆使して家事に関する

知識を調べる日々である。私が作る料理を、そして時には出来合いのものを撮取ることは、ただ生命を維持するための手段の一つに過ぎなかつた。

「母さんの好きなもの? 大根のお味噌汁でしょ? 今さら何言ってんのよ」

電話の向こう、娘の声は呆れていた。

「すまん、情けない父親で」

「母さんの好みのもの? 大根のお味噌汁でしょ? 今さら何言ってんのよ」

電話の向こう、娘の声は呆れていた。

お絵かきノートをひらくとき

廣田
みのり

祖母が何だかおかしい。同じハサミをいくつも買つてきたり、一日に何度もスマーパーに行こうとしたりする。子どもながらに、祖母の几帳面さを知つてゐる。家にある食材や道具の管理は完璧にこなす、主婦の鑑のような人だ。そんな祖母の行動としては、どうも不自然に思えて仕方がない。

祖母が認知症だと判明したのは、私が小学五年生の頃。はじめは「また同じの買ってきたん。おばあさん、もしかして呆けてきたんちやうん!」などと、母も私も楽観的に笑い飛ばしていたものだ。しかし、祖母のおかしな行動は日に日に増していく。何度も日付を聞いてきたり、遂にはスーパーでレジを通さずに商品を持ち帰ってきたりするまでになった。さすがにこれは…と病院に行つたところ、医師から祖母が認知症であることが告げられた。

「認知症って言つても、ちょっと物忘れが多くなるくらいやる」小学生の私は認知症を軽く捉えていた。けれども現実ははらいもので。認知症が進むごとに祖母は「祖母」では無くなつた。母の作った料理は受け入れないし、幼い子どものように暴れだす。祖母の介護で母はすっかり憔悴しきっており、私もピリピリとした家の雰囲気に疲れ、いつもどんよりとしたものが心を覆つていた。私と母が安らげるのは、祖母がデイサービスに行っていつものように祖母をデイサービスにいるひとときだけだった。

見送った後、母と私は家の片付けをすることになった。老人ホームで暮らすことになつた祖母の荷造りを兼ねて、家中綺麗にしてしまおうという試みだ。せこせことタンスの整理をしていた時、あるノートが目に入った。私が小学校低学年の頃によく使つていたお絵かきノートこのお絵かきノートは、祖母が近所の商店で買つてくれたものだ。少しレトロな雰囲気が漂う表紙に「日惚れし、祖母に駄々をこねて買ってもらったのをよく憶えている。「懐かしいの出てきたで」母の元に駆け寄り、休憩がてらノートを開いてみるとここにした。見覚えがある自分のイラストが続く中で、明らかに異なる雰囲気の絵が目に入ってきた。

「これ、アンタが描いた絵か?」

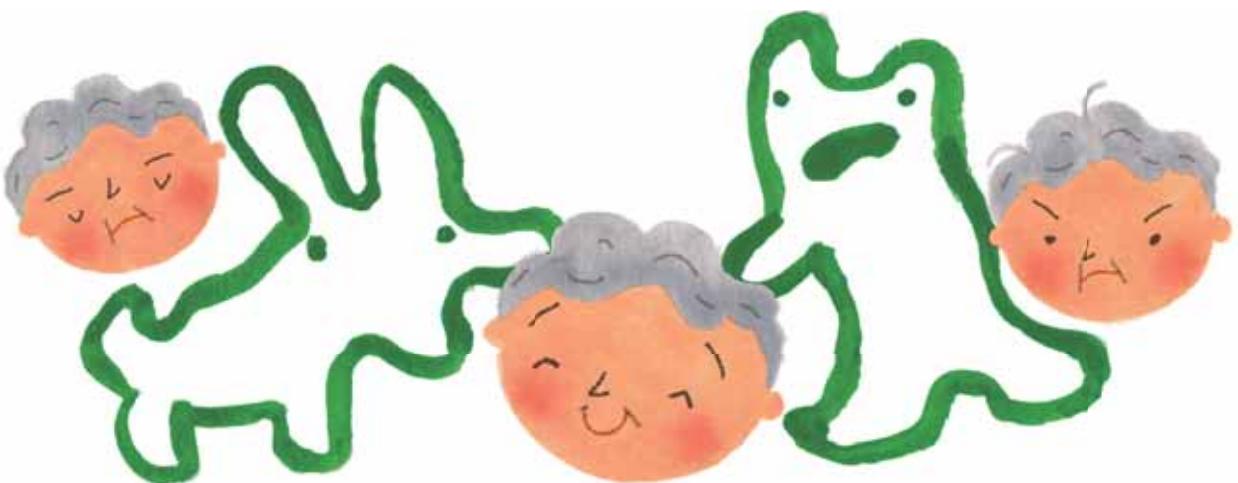
「いや、多分おばあさんが描いたやつちゃうかな。」

そこには、緑色のマジックで震えがちに描かれたヘンテコないきものがいた。

「これクマか?」「ウサギやろ」「いや、これは絶対クマや!」などと、いきもの当てるゲームをしていたら、母も私も何故か笑いが止まらなくなつた。こんなに大笑いしたのはいつ振りだろうか。祖母の病で辟易しているのに、祖母の描いた絵で大笑いするなんてヘンなの。

「アンタに頼まれて、描いてあげなと思つたんやろうな。お母さん、おばあさんが絵描いてる所なんか一回も見たことないで。文字も書かれへん人やからなあ…。絵はなんとかと思つて描いたんかあ。」

ひとしきり大笑いした後、ヘンテコな
いきものを眺めながら、母はどこかしん
みりと話した。お絵かきノートの中に残
る母の知らない祖母。字の読み書きがで
きない祖母がベンを握ったということだ
けでも、母にとつては衝撃的なことだつ
たという。



薬を飲み忘れないようにするために、自宅のカレンダーの日付部分に薬を貼り付けています。こうすることで薬の飲み忘れがなくなりました。

あんなこんな

薬を忘れない 工夫

ポイント
お薬カレンダーは薬の飲み忘れや飲み間違いを防止するのに有効ですが、このほかにも、正しい服薬をサポートするさまざまな機器が市販されています。内服する時間教えてくれたり、内服する分だけの量を出してくれたりするなど、便利な機能を備えているものがあるので、ご本人の状況に合った機器を在宅介護で活用してみてはいかがでしょう。

が、このほかにも、正しい服薬をサポートするさまざまな機器が市販されています。内服する時間教えてくれたり、内服する分だけの量を出してくれたりするなど、便利な機能を備えているものがあるので、ご本人の状況に合った機器を在宅介護で活用してみてはいかがでしょう。

ハナちゃんがまたいなくなつた。高校から帰つてすぐ、私は疲れた表情のお母さんにそう告げられた。

七十四歳のハナちゃんは私の祖母で、まだ五月なのに行方不明になるのは今年に入つて二度目だつた。

鞄を置いて私はハナちゃんを探しに出了。すでに役場や警察にも連絡して探してもらつていたけど、ハナちゃんが心配でいてもたつてもいられなかつた。

結局、ハナちゃんは午後七時頃、ため池の傍でしゃがみこんでいる所を自治区長さんに発見された。

私はハナちゃんの腕を掴んだまま、お母さんやお父さんが役場や警察の人、デイサービスの職員さんに頭を下げているのを遠くから見ていた。

ハナちゃんに認知症の兆候が現れたのは三年前だつた。最初はちょっとした物忘れだけ、次第に大事な約束事を忘れたり自分がいる場所が分からなくなつたりするようになり、去年から徘徊が始まつた。

ハナちゃんの様子を見ていると、ハナちゃんはどうおり、私のお父さんがまだ子供だった頃に戻つてしまふようだつた。

当時、ハナちゃんやおじいちゃん、お父さんが一緒に暮らしていた長崎県の五島列島に帰つて、食事の準備をしなければいけないと思い込んでしまふのだ。

ハナちゃんは夕方になるとよく落ち着

かなくなるので、なるべくお母さんが私

が家にいるようにして、つつきりしていることはできないし、足腰が丈夫なハナちゃんは動きも俊敏で、徘徊を完全に止めることは困難だつた。

今年三度目の徘徊を終えたハナちゃんが眠りについた後に、私たちは誰からともなくリビングに集まつた。

「もう限界だよ。ドアに母さんが開けられないような鍵をつけよう」

お父さんはいつもの主張を繰り返した。

「ダメよ、そんなかわいそうなことできな

いわ」母さんが答える。

「そんなこと言つても、どれだけ周りの人たち迷惑かけてると思ってるんだ」

「でも、きっと余計興奮しちゃうわよ。あなたは家にいないからそんなこと言えるけど……」

そんな口論が一時間は続いたころ、私は涙をこらえきれなくなつた。

家から出ようとするハナちゃんを説得する大変さは身をもつて知つて、それでも、行きたいところがあるので、鍵を開けることができないハナちゃんは見

たくなかつた。私の大好きなおばあちゃんをそんな風に困らせるのは、我慢できなかつた。ただ、お父さんの言うことも

分かることだ。だからこそ涙だつた。

「違う方法がないか考えるから。考えるから、閉じ込めるとか言わないでよ

……」

私は大粒の涙を流しながら、それだけ

言うのが精いっぱいだつた。

嗚咽を漏らし続ける私の前で、お父さんは最後まで納得しきれないようだつたが、私とお母さんで説得した。

それからは、お父さんが率先して、民生

センターの職員さんが、役場にある地

域包括支援センターを紹介してくれたからだつた。

セントラの職員は、丁寧に私たちの状況を聞きとつてくれた。お父さんも最初は

家の内情まで話すことには抵抗があつたよ

うけど、やがて、ぽつりぽつりと、母を

閉じ込めたくないけど、周囲に迷惑はか

けたくないという本心を語り始めた。

セントラの職員さんは、ハナちゃんが玄関から外出しようと、ドザーが鳴るセンサー、ハナちゃんの服に取り付けた。

これが私たちに知らせるよう頼んでくれた。

「ハナちゃんが出て行かないように最大限の準備をしたうえで、もし出て行って

しまつたら、そのときは諦めて迷惑をか

けてしまおう」

お父さんは最後まで納得しきれないようだつたが、私とお母さんで説得した。

それからは、お父さんが率先して、民生

センターの人にハナちゃんのことと話をしてくれた。きっと誰よりも、ハナちゃんの自由を奪いたくなかったのはお父さんだつたのだ。

私たちの夏、家族四人で五島列島に行つている間に役場を訪れた。

私はハナちゃんとお父さんたちが暮らしていいた家はもう開発されて跡形もなくなつたけど、残つていた近所の神社に入つたとき、ハナちゃんは遠くを見るよ

う、言葉を失うような、明らかに見たこのない表情をしていた。

本土に向かう船の中で、私はハナちゃんと手をつけない。

きっとこれからも、変わらずハナちゃんは徘徊を繰り返すだろう。認知症が進行して私のことを分からなくなることだつてあるかもしれない。

ただ、私たちがこうして一緒に旅行して、どんな状況になつても乗り越えていけるような、そんな確信めいた気持ちが生まれていた。

私たちの大丈夫。ねえ、ハナちゃん。

「ええやん。誰にも迷惑かけてないし。おれらも、鍋二回食べられるし。」

その時、ええ息子もつたなあと思えた。義母も、ええ孫やという顔をしていました。

義父の行動は、意表を突く。笑えることも多い。でも、これから認知症がもつとひどくなると笑つていられないかもしれない。それでも、お世話になつた義父を家族みんなで大切にしていきたい。

三ヶ月の同居生活が終わり、両親は建て替わつた家へ戻つていつた。義父は、「いつになつたら、家に帰れるねん。」

と言つてゐるらしいが。義母は大変だ。でも家族みんなで支えて、笑つてとも生きしていく、を目標に日々を暮らしていく。

〈前期優秀作品〉

笑つてともに生きる認知症

平川佳代子

そもそも義父の認知症がひどくなつたのはお隣が火事で全焼し、義父の家も延焼で住めなくなり、建て替えを余儀なくされてからだつた。

お隣の火事の原因是高齢の方が車椅子で移動していて石油ストーブを倒したからだ。考えたら、どこの家だってそんな事故はあるかもしない。責めることなんてできない。と頭では分かつていて、なかなか心情がついていかない。

結果、家を建て替える間、我が家に義父母は三か月住むことになつた。既に義父に、軽い認知症は出していた頃だつた。

息子は義父にとても可愛がつてもらい大きくなつた。つまり、とてもお世話になつた義父である。

しかし、最初我が家に義父が来たとき、「わしの印鑑がない。」

と探し始め私のバックをひっくり返した。正直、これはきついと思つた。義父には息子を可愛がつてもらい、ずっと感謝していた。優しい義父である。

お風呂に入る時、毎日、

「佳代子さん、お風呂はどこにあるん

や。」

と聞いてくれる。まるで我が家が邸宅のようで何だか嬉しくなる。お風呂に行こうとガラスの仕切りを通ろうとしたこともあった。その時は、ガラスはピカピカに磨かんぼうがいいんやと思った。少し汚れていた方がガラスがあると分かりやすい。ガラスを通してようとしたことを息子に伝えたら、

「おじいちゃん、かつこええやん。」

とえらく感心していた。笑える出来事が少しづつ増えていった。

またお風呂の話だが、義父だけ一人で入るのは心配だと思つた義母が、義父と一緒にお風呂に入ることになつた。義父は、

「一緒に風呂に入るんか。新婚以来やなあ。」

と怒っていたが。我が家は爆笑だつた。

義父は、認知症だが健脚で十キロくらいはさつさと歩ける。健康のため、近くのスーパーに買い物を頼んだ。もちろん、メモを持って。鍋の材料が書いてあつた一軒目のスーパーでほとんど買い物は揃つたが、マロニーだけがなかつたらしく。そこで、一軒目のスーパーに行った。考えたら、マロニーなんて別にくくても問題なかつたのだけれど。根が眞面目な義父

ヒント!
34・42 ページの
『あんなこんな』も
ご参照ください



おばあちゃんのよう^に生きたい

板倉萌

私のおばあちゃんは97歳。私が産まれた時から一緒に暮らしてきた。今は近所の特別養護老人ホームに居る。

から寂しい思いをしたことはなかった。
小学生の頃、お腹が痛いと言えば、治まるまでお腹をさすってくれ、習字をすれば「上手いねえ」と手をたたいて褒めてくれた。宿題の音読もいつも聞いてくれた。

中学生になると、私は毎日のようく英会話教室に通い、そのおかげで高校は国際科に合格した。でもそれは、私一人が頑張ったからではなく、おばあちゃんが毎日、私のレッスンに間に合うように、一生懸命おいしい夕食をつくってくれたからできたことだ。自分の子どもが中学生になり、塾に行き始めて、時計を何度も見ながら夕食を作るようになった時、「ああ、おばあちゃんもこんな風に、のためにせわしない思いをして夕食を作ってくれていたのだ」と気づいて、ジーンとなつた。

大学生の時、親が旅行に出ていた夜、当時付き合っていた彼氏をこっそり自分の部屋に泊めたことがあった。そつと玄関から彼の靴を隠し、秘密を装つてたのに、おばあちゃんはしっかりと気付いていた。翌朝私の食卓には二枚お皿が並

び、剥いたリンゴと食パンが整然と置いてあつた。今でもそのことを思い出すと、おばあちゃんの無言の優しさに胸が熱くなる。

おばあちゃんは10年ぐらい前から、よく転んで怪我をするようになつた。認知症も次第にひどくなり、薬缶や鍋の空焚きをしたり、夜中に時々讐言を言つたりするようになった。食事を済ませたことさえ分からなくなることもあつた。近所に住んでいた私は食事作りやゴミ出しを手伝いに通つていたが、やがて父が介護するようになり、それも父の負担が限界になり、順番を待つて昨年特別養護老人ホームに入居した。

おばあちゃんは施設に入つてからは、自分の郷里に住んでいると思いこむようになつたようで、施設のスタッフのことを「村の人」と読んだり、入浴することを「お風呂屋さんに行く」と言つたりする。「か月に数回面会に行くのだが、おばあちゃんはいつ行つても私のことを認識できず、近所に住んでいた女の子と私を勘違いする。当初はそれが嫌で、何度も「私は、おばあちゃんの孫の萌だよ」と大きな声で言つてはいたが、毎回私のことを別の名前で呼ぶので、とうとう私も観念して、その知らない女の子として、おばあちゃんと接することにした。認知症のことを勉強すると、「本当のことばかり頃になしと言つても、お年寄りは混乱する」

るだけなので、話を合わせてあげましたよ
う」とあつた。それで正解だったのだ。
「あつちゃん、遠い所からよう来ててくれた
ね」と笑顔で話すおばあちゃんと会えた
ら、それでも充分私は幸せだ。おばあ
ちゃんの話の節々から、幼馴染の娘さん
であるあつちゃんのことを、私と同じじよ
うに目に懸けて可愛がっていたことがよ
く分かる。

ある日父から、「あつちゃんから、お母
さんの喪中ハガキ届いたよ」と聞いたが、
決しておばあちゃんには言わないでおこ
うと思った。

昨年、おばあちゃんの誕生日に施設を
訪れるとなつて、ちょうどお誕生日会をして
らつていた。施設のスタッフと入居者の
方全員に「ハッピー・バースデー・トゥ
ユー」を歌つてもらい、色紙と写真立て
を受け取つたおばあちゃんは、「えつ、私
の誕生日、今日? 何でみんな知つてはる
の? こんなお祝いしてもらつたら、お札
状書かなあかん」と私に言つた。おばあ
ちゃんは認知症になつても、謙虚で礼儀
正しい性格は何も変わつてないのだな
あ、と私は感じた。

私が大学進学で家を出るまで、おばあ
ちゃんは台所のカレンダーに家族全員の
予定を書き込んでいた。それを見ながら
家族のためにいつも一生懸命動いてくれ
ていた姿は、まさに我が家の縁の下の力
持ちだった。私どちがつて自分のために



「またそやつて、都合悪くなつたらすぐ
外す」

「そのくせ悪口つぶやくと、補聴器つけないのに、じろつこっち見るんよ。ほ
うだとか。母の言うことには最近はいつもこうら
い。祖母が亡くなり、一人での暮らしを心配する母が、毎日のように祖父宅を訪
て世話を焼いても、それに対して祖父は
散々文句を言った末、母が反論しようと
すると、すぐに右耳にかけた補聴器を外
し、何も聞こえないというポーズを取る
手に補聴器を持った祖父は、涼しい顔をして窓から外を見ている。

母の口調はいつも増して厳し目だ。東京で仕事に追われ、益と正月にしか帰省しない私は、母と一緒に祖父宅を訪問するのが恒例行事となっていた。祖父はこれまで、孫の私の前では常に補聴器を付け、穏やかな口調で普通に会話をしていた。母に対する態度も、母から聞くほどどのものとは思えなかつた。それが今回この訪問では、私の前でも母をののしり、補聴器も外すようになつていた。母が来れない時に依頼するヘルパーさんに対しても、同じように高圧的な態度をとつてゐるらしい。

大正生まれの祖父は、亭主関白が当た
り前の世を生きてきて、自らもそう振る
舞ってきた。祖母に対しては自分のやり

「本音を聞くためや。人間、相手が聞こえてない思たら、ほんまのこと話しよる」「そんなことしても腹立つだけで、ええ」とないやん。歳やねんから、もうちょっと

方を強要し、それが受け入れられることをいいことに、その要求は日常の細々としたことにまで及んだ。もちろん娘である母に対してもスタンスは同様で、進学先や見合い相手の選択も基本的には祖先が握っていた。しかし母はそれに抗い、なんとか自分の意思でその権利をつかみ取ってきていた。

そんな旦那も、年令ここちこ耳が悪く

いふ。 ひどくなり、医者に診てもらつたところ、軽い認知症の症状が見受けられるなり、周囲から勧められた補聴器を嫌々ながらもつけるようになった。物忘れも、う。

しかし、私はどうもそれらを額面通りには受け取れなかつた。祖父は本当は耳も脳もなんの問題もないのではないか。それを確かめようと、私は母が席を外した時に祖父の横に座り、小声で語りかけた。

「おじいちゃん」
「……」
「おじいちゃん、聞こえてる?」「ん……ああ」
祖父は補聴器を手にしたまま答えた。

おじいちやん ほんとは耳 悪くないり
やろ? 「ああ」
「やつぱり。なんで聞こえないフリしてる
ん?」

「本音を聞くためや。人間、相手が聞こえてない思たら、ほんまのこと話しよる」「そんなことしても腹立つだけで、ええ」とないやん。歳やねんから、もうちょっと

笑つて穏やかに過ごしたら
「ワシはこれまでずっとわがままに生き
てきて、周りにとつても口クな人間やな
い。地獄行きは決定しとる。今さらええ
顔して帳尻合わせようとも思わん」

東京へ帰つてしまらく経つた頃、母から
電話がかかつてきた。風邪をこじらせた
た祖父が肺炎を併発し、入院したと。加
えて急激に認知症も進んでいるという。
「なんか様子が違うんよ」という母に、
「どういうこと?」と聞いても要領を得ない
。私はたまっていた仕事を手早く片付
け、週末に帰ることにした。

健な人間性が現れる事も稀にあるらしい。
私は病室で祖父と二人になつた時に、
再び小声で語りかけた。
「おじいちゃん、帳尻合わせようとして
る？」

「何を言つてんや」
「あの人、ズルいわ。最後だけあんな仏さ
んみたいな顔になつて、ニヨニヨ」と文句
も言わずに話聞いて。あれでこれまでを
チヤラにできると思つたら大間違いや。
言つてやりたいことまだ山ほどあるん
や」

そういうおかんも、このところだいぶ
顔つき変わつたで。そう言いかけてや
めた。母はそつと、目元をハンカチで拭つ
た。

「おじいちゃん、帳尻合わせようとしてる?」
その言葉が聞こえたかのよう、ベッドに半身を起こしていた祖父が微笑んだ。一瞬ドキッとしたが、祖父の視線の先には、こちらに笑顔を向けて通り過ぎる看護師の姿があった。

そよぐ薰風が運ぶ心地よさに、少しばかりの微睡を覚える。いまや娘も成人を迎えて、我が家には静かな時間だけが溢れている。

「寒くないかい？」

私の問いかけに妻は微笑み、

「ええ、大丈夫ですよ」

と少し他人行儀な言葉を綴る。妻は膝にかけた薄いばかりの毛布をそつと撫でて、庭先に見える景色を穏やかに眺めている。

「もうそろそろ、あの子も帰ってくるだろう」

私の言葉に妻は反応しない、あの子……というのが誰のことか分かつていなさいのかもしれない。

妻に異常があったのは、蝉がその一生をかけて鳴いているそんな夏の頃だった。

最初は単なる物忘れだとと思っていた。いや、思い込んでいた。だが妻の症状は、私の浅はかな思いを嘲笑うかのように悪化の一途を辿った。

私の中にはこの身を蝕む様に、後悔と無力感が溢れている。そのことは今まで変わらない。

気がつくとこうなる前の妻との日常に思いを馳せる。当たり前すぎた日常が、

そうではないことを私は思い知った。

せめてこれからは……娘とも何度も話し合い、私は仕事を辞めて妻のそばに居ることを選んだ。

妻を見て、妻を想い、妻との明日を思い描く。

つくづく私は愚かな男であり、夫だったな」と過去の自身を自嘲する。

一人の相手を想い、共に生きて行くとい

うことなどがどういうことかやっと分かつたのだから。

「ただいま！」

扉が優しく開く音と聞きなれた声が玄関から聞こえてきた。どうやら娘が帰って来たららしい。

ただいま、と私達に告げて部屋へと入ってくる。

妻はそんな娘に微笑んだままお辞儀し、それを見た娘の顔に寂しげな表情が浮かんだが、それはすぐに笑顔へと変わっていた。

「何をしているの？ 日光浴？」

妻は頷く。

「お母さん、暖かいね」

妻はいつも笑顔だった。そして思う、私の居ない時間の妻は異たしてどう過ごしていたのだろうか。

私達に向ける笑顔のよう、楽しく過ごしていくだろうか？ それとも一人

過ごしていくだろうか？ 那となく妻のことを知らない私がいる。

「まあ、お前は母さんの趣味とかって知っているか？」

「私も知らないよ。聞いてみたことはあるけどお母さん秘密って教えてくれなかつたから」

「そうか、秘密か……」

「でもお母さん、いつも大切にしていた引き出しがあつたよ」

そんな娘の言葉に今更ながら驚いた。そこなど聞いたこともなければ考えたこともなかつたからだ。

「……どこの引き出しが分かるか？」

私の言葉に娘が立ち上がり、すぐ近

くの棚へと向かう。そして、ここだよ、と指を指した。

そこは私も触ったことがほとんどない、棚の一番大きな引き出しだった。

「お前はそこ引出しの中身を見た事があるか？」

私の言葉に娘は、首を横に振り応える。静かにその引き出しに手をかける。

と、驚いた娘が制止しようとする。

「勝手に開けてはいけないのは分かつている……だが私は母さんのことが知りたいんだ……お前もそうじゃないのか？」

「お前は母さんの趣味とかって知つたその引き出しの中に何があるのか。そこには大きな銀色の何かの缶が入つていた。取り出すとそれは多少の重みを、私の手に伝えてくる。

娘と頷き合い、妻の元へと持つていく。妻の事が知りたかった。大切にしていたその引き出しの中に何があるのか。

「勝手に開けてはいけないのは分かつている……だが私は母さんのことが知りたいんだ……お前もそうじゃないのか？」

妻の事が知りたかった。大切にしていたその引き出しの中に何があるのか。

「お前は母さんの趣味とかって知つたその引き出しの中に何があるのか。そこには『楽しい一日』や『初めて二年で選んだ』などといった言が書かれているのだろうか。

私達に向ける笑顔のよう、楽しく過ごしていくだろうか？ それとも一人

過ごしていくだろうか？ 那となく妻のことを知らない私がいる。

「まあ、お前は母さんの趣味とかって知つたから」

妻はいつも笑顔だった。そして思う、私の居ない時間の妻は異たしてどう過ごしていたのだろうか。

私達に向ける笑顔のよう、楽しく過ごしていくだろうか？ それとも一人

過ごしていくだろうか？ 那となく妻のことを知らない私がいる。

テーブルを低くしてみたところ、ご本人が自分の目で食事を認識しやすくなり、お椀やお皿がよく見えるため、たくさん食べることができます。

加齢や認知症によって身体が変化すると、以前と同じ環境では、食事が見えにくかったり、食事動作に負担を感じたりするようになります。ご自宅のテーブルやいすの高さを調整してみると、座りやすい環境をつくることが、食事を促すことにつながります。また、食べやすい姿勢を取ることは食事を楽しくするだけでなく、誤嚥防止にもつながります。

30ページの『あんなこんな』もご参照ください

あるレシートだった。

私は首を傾げて、その内容を見ていく。

そして気付いたことがあった。私は慌ててチケットの半券やレシートを見ていく。

驚くことにそれは日付順に整理され、おり、一番古いものはまだ私と妻が恋人同士だったころのものだった。

くの棚へと向かう。そして、ここだよ、と指を指した。

そこは私も触ったことがほとんどない、棚の一番大きな引き出しだった。

「お前はそこ引出しの中身を見た事があるか？」

私の言葉に娘は、首を横に振り応える。静かにその引き出しに手をかける。

と、驚いた娘が制止しようとする。

「勝手に開けてはいけないのは分かつている……だが私は母さんのことが知りたいんだ……お前もそうじゃないのか？」

妻の事が知りたかった。大切にしていたその引き出しの中に何があるのか。

「勝手に開けてはいけないのは分かつている……だが私は母さんのことが知りたいんだ……お前もそうじゃないのか？」

妻の事が知りたかった。大切な思い出が詰まっている。大切な思い出が詰まっている。

そんなわたしたちはいま、禁断の三角関係に悩んでいます。26歳のわたしの友達の男の子を、ふたりとも好きになってしまってます。彼女は、ファッショニスタ、メイクの勉強、ヘアアイロンで巻き髪、可愛くなるために日々がんばっています。見た目はどんどん若返り、8歳で

そこには、発達障がいがあります。生活や体調のことを気にかけてくれる人がいるのはすごくあります。

わたしには、発達障がいがあります。生き方も多いかと思いますが、それは大きな誤解です。手助けをしてくれることもあるのです。

わたしはむかし、愛媛に住んでいてねえ。そこには、坊っちゃん団子が有名なんだ

彼女は、よく自分が住んでいたところの話をしてくれます。26年しか生きていないわ、わたしにとっては、たいへん興味深い話です。

「なんだ、一度は行ってみたいなあ。

みんな
食事は
「見える」
位置に

ポイント

テーブルを低くしてみたところ、ご本人が自分の目で食事を認識しやすくなり、お椀やお皿がよく見えるため、たくさん食べることができます。

加齢や認知症によって身体が変化すると、以前と同じ環境では、食事が見えにくかったり、食事動作に負担を感じたりするようになります。ご自宅のテーブルやいすの高さを調整してみると、座りやすい環境をつくることが、食事を促すことにつながります。また、食べやすい姿勢を取ることは食事を楽しくするだけでなく、誤嚥防止にもつながります。

彼と彼の父

室市雅則

これは彼から聞いた話。互いに芋焼酎を片手にしていたので、事実とは違う部分もあるかも知れない。でも大筋では合っていると思う。

彼は京都の先斗町にあるバーの店主である。僕がそこを知ったのは、十五年前だ。彼は三十代で、僕は二十代。その時、僕はバーに行つたことがなかった。でも、二十歳を超えて、それくらいの経験せねばと思いつつ、勇気を奮つて入ったのが、

彼の店がまた閉めかね端に近く不安だつたが、酒もつまみも美味しく、その後、観光のたびに寄り、京都に住んだ時は、週に一度のペースとなつた。京都を去つた今は、「観光のたび」に戻つた。

そして、先日、彼の父が認知症であつたことを聞いた。他にお客さんはいなかつたし、僕がこのエッセイ「コンテストの

彼の父は役所を勤め上げた真面目な男だったらしい。少し気弱な部分もあり、それをカバーするためか、すぐ顔を真っ赤にし酔うくせに酒をよく飲んだ。そして、唯一、歯向かわない妻、つまり彼の母親に手をあげたらしい。

彼の父は、定年退職後、畑で農作業に勤しんでいたが、夜に酔い潰れるほど酒を飲んでいたらしい。

一方で、彼は大学生の時に実家を離れてから、新幹線で実家に帰るのは年に数回だ。

小丑傳

私が薬剤師として介護施設の所属調剤部に従事していた頃、忘れられない女性がいます。仮にキョウ子さんと呼ばせ

キヨウ子さんと初めて出会った時、キヨウ子さんは他の入居者さんと交わる事もなく、セルロイドの入居者さんと握手りしめ、ソファアで一人佇んでいました。何を話しかけても無反応。困惑していることを口に言うことを思つたりか、近くに

念にそりやあ燃えました。
食欲がないキヨウ子さんに経口栄養食を調べ上げて、担当医師に情報提供をしたり、飲み込みにくい錠剤をミキサーでつぶして飲み込み易くしたり、飲み薬を張り薬に切り替えられないかメーカーさんに問い合わせたりなどあらん限りの努力をしました。



度もなかつたので、酔つ払いとしか映らなかつた。無論、母から父の振る舞いを聞いていたので、諫めたが『分かったよ』と決まりきった文句を言うだけで終わっていた。

父に断酒宣言をすると『なあなあ、ちよつとだけな』とか『こつそり飲めば分かりやしないよ』とあつたが、それは拒否したらしい。

酒を一滴も飲まなかつた。しかし、不思議なことに気がついた。

これまで酔つているから、威圧的なつたり、勝手に外出をしたりしていたのだとつっていたのだが、酒が抜けてもその行動が変わらなかつた。

不審に思い、再び病院に連れて行くと、アルツハイマー型の認知症であると判明した。

兄、姉、母と集まって家族会議を開いた。兄と姉は近くに住んでいるが、すでに家庭がある。だから、母は遠慮し、独り者で自由が利く彼に助けを求めたのだった。だが、彼も店を営業せねば、収入がない。だから、父を施設に預けることにし、見つかるまで彼が父の面倒を見るところになつた。

がついた。だが、何を聞いて良いかも分からなかつた。

きっと自分が赤ん坊の頃にオムツを替えてもらつたこともあるだろうが、今度は彼が父のオムツを替えた。初めてまじと父の肉体を見た。自分のそれと見比べると似ている気がし、親子である

実際は聞いた以上に大変だったはずだ。だから、安易な感想はやめた。きっと天国で彼のお父さんは好きなお酒を飲んでいるだろう。そこへ差し入れはまだできないので、代わりに彼に『お代わりと良かつたら、もう一杯』と伝え、乾杯をした。

も失笑気味。
帰りがけに「ご主人」の部屋をのぞくと、なにやら会話が。「お茶!」「はい。」「早くしろ!」「はい、すみません。」まるで昭和のファリミードラマを垣間見てゐるみたい。入り口近くにある戸棚にいくつか紙が丸めておいてあるのは、キヨウ子さん手製の白いお団子なのでしよう。

力尽くしていますよ。もちろん。」認知症の人たち、ひいてはケアが必要な人たち自身が相当な潜在能力があり、当事者どうしでの「ケア」「意思疎通」が一番の活力になっていくのではと感じた次第であり、いまでもその気持ちは変わりません。

だってそうでしょう。「飯も一人で食べられない方吉ヨウ子さんが、おだんごまでつくつちやうんだから。まつたく。

父は酒を飲むために、威圧や甘えをみせ、隙があれば、外を歩き回ったので、気が休まらなかつた。また、食事の後「まだ食べていない」と言つてくるので、あえて

つらさを毒舌漫才にかえて

飯森美代子



卷之三

六年前、父が亡くなつたその日から、母の様子に変化が表れ、その後認知症と診断された。年々症状は進んでいるが、なんとか一人で暮らしている。

娘の私は、時々家事を手伝う為に通っている。そんなある冬の日、母のパジャマを洗濯しようと探しでも見当たらない。母に聞いても、わからないと言う。母の枕の上には父が亡くなる前に着ていたパジャマがあつた。

「お母さん、もしかしてお父さんのパジャマを着ているの？」私の問いかけにただ母は困った顔をしている。

「このパジャマは男物よ。前だって開いていて、おかしいでしょ!! まだとつてあるの、もう捨ててもいいんじやない」母は「そうね」と言いながらも戸惑つていた。

その頃の私は、次々起る母の不自然な行動が恐かつた。そして不安だつた。翌日、近くに住む兄に、このことを話

母は76歳のとき脳梗塞に倒れ、左半身まひになつた。当時まだ介護保険制度はなく、33歳の私は仕事を辞め、在宅で母の介護を始めた。介護生活は17年に及び、6年前にみどつた。

私は小学6年のときから母と二人暮らし始めた。私はわがままで、母に歯向かつてばかりいた。だから介護が始まつたときは心を入れ替え、今度こそ恩返しをしようと決めたのだ。けれど、気がつくと不平不満ばかり口にしていた。「私の人生は母によって変えられてしまつた」という思いが胸の内にたぎつっていたからだ。

母は認知症が発症するまで私の鬱憤を聞き流し、決して相手にしなかつた。ところが認知症になると體を脱ぎ捨てるように心を解放し、思いの丈を吐き出すようになった。一たび言い合いが始まると、歯止めが効かない。親子だから言いたい放題。毎晩布団の中で溢省した。

母は76歳のとき脳梗塞に倒れ、左半身まひになつた。当時まだ介護保険制度はなく、33歳の私は仕事を辞め、在宅で母の介護を始めた。介護生活は17年に及び、6年前にみとった。

なつた。それがいつの間にか短く歯切れの良い「いか、いか」に変化し、「イチ、ニツ、サン、いか、いか」になつた。そこで私はひらめいた。「いか」に対抗できるものは「たこ」だと思いつき、「大丈夫だよ」の代わりに「シー、ゴー、口ク、たこ、たこ」と答えたのだ。

これがターニングポイントだった。介護の辛さを笑いにすれば、気持ちが楽になることを知った。それからだ。親子毒舌漫才のような会話を面白がるようになつたのは…。

母は認知症が発症するまで私の鬱憤を聞き流し、決して相手にしなかった。ところが認知症になると鎧を脱ぎ捨てるように心を解放し、思いの丈を吐き出すようになった。一たび言い合いが始まると、歯止めが効かない。親子だから言い合い放題。毎晩布団の中で猛省した。

自身の体に号令をかけ、「イチ、二ツ、サン、イチ、二ツ、サン」と言い始め、それが口ぐせになっていた。

その後、母は転びやすくなり、一人で歩くことに臆病になってしまった。私が後ろから見守つて歩くのだが、やはり怖いらしく、危なくないかと私に確認するため「いいか、いいか」と聞くようにな

た一段と髪の毛が危機的状態になつてしまふねえ」と私が言うと「お前が頭洗うたび巻くからだ」と言い返した。夜、ベッドに入ると母は「ありがとう」とさいました」と言った。「ございました」ということは、もう死ぬということだね。最期のあいさつか」「バカ言え。そうそうくたばつてたまるか」「えー、まだ生きる」「当たる前だ。文句あるか」と一日中にぎやかだった。

すと意外なことばが返ってきた。

「おやじのパジャマ着てるの？ 大きいけどあつたかいからいいんじやない」

そのことばを聞いて、急に肩の力がぬけたように感じた。こうしなければいけない。普通と違ったことをしてはいけない。そんなことはないんだ。私は狭い者えで自分を縛り、母の行為を否定ばかりしていたと気づいた。

母にとつて、父が着ていた見慣れたパジャマ。母が何回も洗濯し、たたんだパジャマ。それを着ることで父に暖かく包まれているような気持ちだったのかもしない。

その時から私は、黙つて父のパジャマを洗濯し母の枕の上に置いている。

そして私も。寒い冬の朝、父が着ていた、ダウングレードを着ている。広い心で介護することでお互が樂になると感謝してくれた母と兄に感謝し、父のぬくもりを背中に感じながら。

なつた。それがいつの間にか短く歯切れの良い「いか、いか」になつた。そこでニッサン、「いか、いか」になつた。私はひらめいた。「いか」に対抗できるものは「たこ」だと思いつき、「大丈夫だよ」の代わりに「シー、ゴー、口ク、たこ、たこ」と答えたのだ。

これがターニングポイントだった。介護の辛さを笑いにすれば、気持ちが樂になることを知つた。それからだ。親子毒舌漫才のような会話を面白がるようになつたのは…。

朝、母の髪を整えるとき「あれまあ、また一段と髪の毛が危機的状態になつてしまねえ」と、私が言うと「お前が頭洗うたび巻きながらだ」と言い返した。夜、ベッドに入ると母は「ありがとうございました」と言つた。「ございました、ということは、もう死ぬということだね。最期のあいさつか」「バカ言え。そうそうくたばつてたまるか」「えー、まだ生きるの」「当た

ん、みよちゃん、大変だ！」の決まり文句に駆けつけると「お尻からオムツがでてきた」と叫ぶ。「えっ、お尻の穴からこんな大きいオムツが出てくるんだー！」ジェスチャー付きで叫び返す私に一瞬ピカントする母。あれ、また余計なことを言つたかなと感じたらしい次の瞬間何事もなかつたように涼しい顔で「イチ、二ッ、サン、イチ、二ッ、サン……」と《イチニッサン教》の教祖様になつてしまふ。私がベッドを離れる時、今度は独り言のように小さい声で言う。「あっ、またおむつが出てきた」。その姿を見ていると、なぜか母がたまらなく愛おしくなり、里につきり抱きしめたい心情に駆られた。そして最期の絶叫がこれだ。「みよちゃん、みよちゃん、大変だー！」どうしたー？「みよちゃん、お尻が、お尻が…みつさん、おつしにつさん、につちにつち

ん…」母がパニックになつてゐる。「みよちゃん」と「お尻」と「イチ、二ッ、サン」がごつちやになつてゐる。これはただ事ではない。私も慌てふためく。「お尻が、お尻が、どうしたの」心臓がバクバクし、声まで震える。母はパニックのまま叫ぶ。「お尻が、お尻が、割れているー」私は一瞬にして、その場に倒れ込んだ。筋書きのない親子コントだ。

そして2日後の朝、母は黄泉の国へと旅立つた。呼吸が止まる寸前に、くしゃみを5連発し、私の顔にたっぷりの唾を浴びせて…。母らしい愛嬌のある最期だった。

23年前にあのまま息を引き取つていたら、私は母のことを何も知らずに終わっていたはずだ。介護したからこそ、母の人生や気持ちを知ることができた。

願いが叶うのなら、もう一度母と毒舌漫才がしたい。深い望みを胸に、仏壇に手を合わせる。「かあちゃん、今宵夢で逢

「認知症の人でなくとも人と関わるのは難しい」
　これは、私が大学時代に老人デイサービスでの実習中に指導者から言われた言葉だ。

　当時の私は認知症について、大学通りの勉強はしていた。しかし、実際に認知症の人と関わるのははじめてだった。突然大きな声をあげる人、何度も同じことを言う人、部屋から勝手にでてしまってしまう人。その異様な光景に萎縮し、自分からなかなかコミュニケーションを取ることができなかつた。

　数日経ったある日、指導者に、「今日の実習はどうだった?」と尋ねられた。

「認知症の人と関わるのは、はじめてなのでどうしたらいいかわかりません。難しいですね」

　と答えた私に、指導者は、「認知症の人じやなくとも、人と関わるの

「えー、私言わないよ」「じゃあ、あの人だ」「あの人って誰」「カノイチさん」「カノイチさんて誰」「誰だっけ、忘れた。トヨキさんかや」「トヨキさんて誰」。瞬きをする母。そして「あーpokeちゃんたー。イチ、ニッ、サン、イチ、ニッ、サン…」。あとは何を聞いても聞こえない。都合が悪いということは何となく分かること。都合が悪いということは何となく分かるらしい。「カノイチさん」と言い、「トヨキさん」と言い、きっと母が若い頃に付き合った彼氏に違いない、とピンときた。

また、あるときは母の大騒ぎに胸がキュンとする事もあった。「みよちゃん、大変だー」の決まり文句に駆けつけると「お尻からオムツがでてきたー」と叫ぶ。「えー、お尻の穴からこんな大きいオムツが出てくるんだー」。ジェスチャー付きで叫び返す私に「瞬ぎ」とする母。あれ、また余計なことを言つたかなと感じたらしい。次の瞬間に何事もなかつたように涼しい顔で「イチ、二ッ、サン、イチ、ニッ、サン…」と

チニッサン教》の教祖様になつてしまふ。私がベッドを離れると、今度は独り言のように小さい声で言う。「あつ、またおわづが出てきた」。その姿を見ていると、なぜか母がたまらなく愛おしくなり、里いつきり抱きしめたい心情に駆られた。そして最期の絶叫がこれだ。「みよちゃん、みよちゃん、大変だー」「どうしたー」「みよちゃん、お尻が、お尻が…みつたん、おつしにつさん、につけにつけ

なった。言葉や意味だけ知つて認知症のことをわかつたつむりになつて、いたが、実際には何もわかつていなかつた。そこから、私は一人の人間として認知症の人ともっと関わりたい、認知症の人のことともっと知りたいと強く思うようになつた。そこからの実習はとても有意義なものとなつた。

改めて認知症の人とかかわつてみると、彼らは決して何もわからない人ではなかつた。私が異様だと思っていた行動には確かに意味があつた。大きな声をあげるのは、嫌なことがあつたから。何度も同じことを聞くのは不安だから。部屋から勝手に出ていくのは、ここにいたくないから。すべての行動に意味があると気がつくと、認知症の人たちの行動は問題行動ではなく、当たり前の行動に見えるてくる。一ヶ月の実習を通して、私は認知症の人と関わることが好きになつてい

ん…」母がパニックになつてゐる。「みよちゃん」と「お尻」と「イチ、二ッ、サン」がごつちやになつてゐる。これはただ事ではない。私も慌てふためく。「お尻が、お尻が、どうしたの」心臓がバクバクし、声まで震える。母はパニックのまま叫ぶ。「お尻が、お尻が、割れているー」私は一瞬にして、その場に倒れ込んだ。筋書きのない親子コントだ。

そして2日後の朝、母は黄泉の国へと旅立つた。呼吸が止まる寸前に、くしゃみを5連発し、私の顔にたっぷりの唾を浴びせて…。母らしい愛嬌のある最期だった。

23年前にあのまま息を引き取つていたら、私は母のことを何も知らずに終わっていたはずだ。介護したからこそ、母の人生や気持ちを知ることができた。

願いが叶うのなら、もう一度母と毒舌漫才がしたい。深い望みを胸に、仏壇に手を合わせる。「かあちゃん、今宵夢で逢

女同士の秘密

宮沢早紀

指定された喫茶店へ入り、兄の柊平を待つ。喫茶店なんて言葉を使うと「カフエだよ」と中学生になる娘に笑われそ

うだと夏子は思った。
格平から電話があったのは先週末だった。「母さんのお金のことで話がある」と言われ、「ついに振り込め詐欺の被害に

遭つてしまつたのか」と慌てて尋ねたが、
柊平の素っ気ない説明によれば詐欺被害
に遭つた訳ではないようでホッと胸をな
でおろしていた。

しかし、わざわざ会って話すほどのことは何だろう。夏子はあまりいい予感はしていなかつた。

窓の外を見ると横畠歩道を渡って、右へ向かってくる柊平の姿が見えた。会うのは半年ぶりだったが、四十代になつて出はじめた腹は膨らみを増したように

「お待たせ」
格平はホットコーヒーを片手に夏子の
向かいに座る。

「早速だけど、母さんの件ね」
すぐに本題に入るのが相変わらず終
平らしい。

てるだろ？ この間、記帳したら一度に十五万も引き落とされて、慌てて確認したら母さん、脱毛に通いはじめたとか言うんだよ

「脱毛? 脱毛って若い子が通う?」

後甲變法評述

95歳お爺さんの置き土産

山本美喜子

元気だった義父は95歳で突然逝った。朝食後しばらくして、湯飲みを取ろうと立ち上がった瞬間倒れ込んだ。異変を感じた息子の腕に抱きかかえられ、大きく息を1回吸ってそのまま帰らぬ人になつた。すぐに救急車で運ばれたが、それが最期だった。

義父は、亡くなる前日の夜には『今生のお別れのあいさつ』までして逝った。夕飯を食べ、いつもの薬を飲んだ後、義父は私たち夫婦に『今度こそ今生の別れの挨拶です。たぶんもう長くないと思っています。今まで本当にありがとう。』と感謝の言葉と私たちにねぎらいを伝えてくれた。

急におかしなことを言いだしたと思
い、何をおかしなことを言つてゐるのか
と窘め義父の寝室までついて行つた。
「どうしても布団のシーツを整えるこ
とができないからやつてくれ」と言われ
てシーツを整えた。さほどシーツが乱れ
ていたわけではないが整えるとすぐに就
寝した。翌朝も自分で起きてきていつも
のようすに朝食を自分で用意して食べてい
たの。

普段と違ったのは、風邪気味で、時たまゼイゼイと呼吸をしていたことだけだった。思えば自分の健康にはとても気を付けていた人だった。内科的な治療はほとんど必要のない95年の生涯だった。

毎年の健診も欠かさず、健診医師の言つては守り、毎日自室での自慢体操

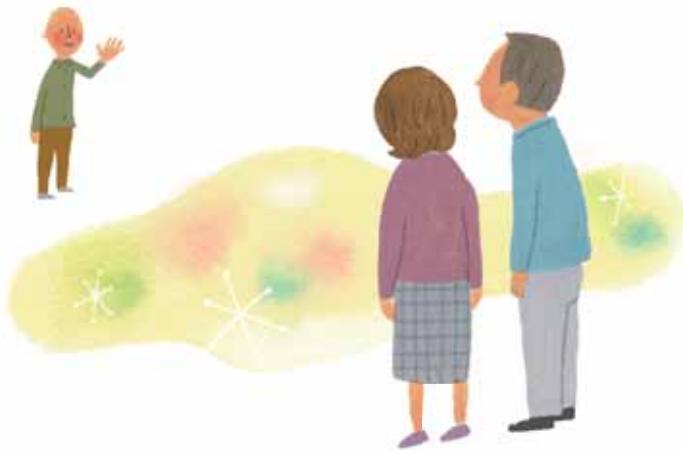
友人や近所の仲間との交流の場を進めたが、義父の友人はすでに他界しており、もともと人との交流を好みながら、義父に地域交流の場への参加を進める気持ちにもならなかつた。かといって介護認定を申請するほどの状況でもないと思った。

90も過ぎれば、健康優等生の義父であっても年齢には勝てるはずもない。私自身将来義父と同じ年齢まで元気でいる自信など毛頭ない。義父の長生きと健康は凄いことだと思う。

しかし、共働きで時間も心の余裕もない中で帰宅後の様々なトラブルとその片付けが繰り返されると、家族中にイライ

義父が亡くなつたのは、その退職の3カ月前だつた。あの生活が際限なく続くと思つていたから、退職し、家族みんなの穏やかな生活のプランを立ててゐた矢先だ。私たち夫婦は同時期に早期退職して、義父との穏やかで、豊かな生活を新たに設計しようと準備してゐた。ぽつかりとその中心人物が先に逝つてしまつた。

私たち家族が苦しんだのは、「身体介護」ではない。義父は認知症と診断こそされなかつたが勘違いや思い違いなどの生活支障はたくさんあつた。健康と言えども、95歳の晩期に至つてはる高齢者は慣れ親しんだ場所や適度な見守りが必要だ。高齢になつても同居家族がいれば、買い物や食事、洗濯や掃除、入浴準備といった日常生活の環境はすでに自然



「……」
　柊平はため息をついた。全く想像していなかつた事態に夏子は閉口した。柊平は苛立つた様子で続ける。
「急に色気づいて、もしかして恋人でもできたんぢやないかと思つてさあ。夏子から聞いてくれないか？　そういう話つて女同士の方がしやすいだろ？」
「恋人……母さんに？」
　柊平と夏子の父、つまり母にとつての夫は二年前に他界していた。浮気にはならないなと妙な安心感を抱きかけた夏子は慌てて我に返る。
「とりあえず、聞いてみるわ」
　気持ちの整理がつかないまま、柊平からの依頼を引き受けた形で夏子は柊平と別れた。
「どうしたの、急に」
「近くに用があったからさ」
　実家までは電車を乗り継いでおよそ二時間。車を持つていないこともあり、益と正月以外に実家に帰る機会はあまりなかつた。
　新恋人の存在を確認しなければならぬことわかつてはいたが、どう切り出しあるものかと夏子は思案した。気にせずに聞ける親子もいるのだろうが、夏子は気

恥ずかしさを感じにはいられなかつた。終平が聞いてくれれば、と今更ながら頼りない兄を腹立たしく思った。

「ねえ、最近変わったことない？」

考えた末に夏子は直接的な聞き方はしないことにした。

「え？ どういう意味？」

「いや、その……なんかお母さんきれいになつた気がするから……」

「はあ？ 別にそんなことないとと思うけど」「そつか……」

「もしかして、脱毛の件？ 新しい恋人でもできたと思った？」

母は紅茶を一口飲むと、声を出して笑つた。

「そんな遠回しな聞き方して」「ごめん」

考えていたことを見事なまでに母に見透かされていたのが恥ずかしく、夏子は俯いた。

「介護脱毛っていうの」

介護脱毛。夏子は初めて聞く言葉だつた。介護を受ける時に備えて早いうちからアンダーヘアを脱毛することを言うらしい。母の説明によれば陰部の炎症や感染症を防ぐ他に、おむつ交換時のにおいを軽減する効果もあるようだ。

「身内に頼むにしても介護士さんのお世話になるとしても、下の世話をしてもらうのって悪いじゃない？」

母は申し訳なさそうに言つた。確かに自分が母の介護をやるとなると、下の世話は精神的な負担が大きい気がする。夏子はまだ介護のこと具体的に考えた

「これはなかつたが、母の気持ちはわかる
ような気がした。」

「これを柊平にどう説明するかよねえ
……」

母は困った顔で夏子を見た。

「いいよ、私から話しておく」

気が付いた時には、夏子はそう言つて
いた。母は一瞬、意外そうな顔をしたが、
その後、嬉しそうに微笑んだ。服や宝石
にお金を遣つた訳ではない。介護脱毛の
費用を捻出するためには美容院にもしば
らく行かないで節約したのだろう。一つ
に括つた母の髪から所々飛び出す白髪を
見て、夏子はそう思った。少し前の母
だったら月に一回は美容院へ通つて白髪
染をしていたのだ。介護脱毛は母の備え
であり、気遣いであり、そして、最後のプ
ライドなのだ。気にしない性格の柊平に
理解してもらうのは難しいだろうから、
女同士の秘密にしておこうと夏子は思つ
た。

「結局、恋人はいたの？」

後日、柊平に聞かれる。面倒な役回り
を押し付けておきながら呑気なものだと
思いつつ、夏子は平然と答える。

「違う違う

「じゃあ、脱毛は？」

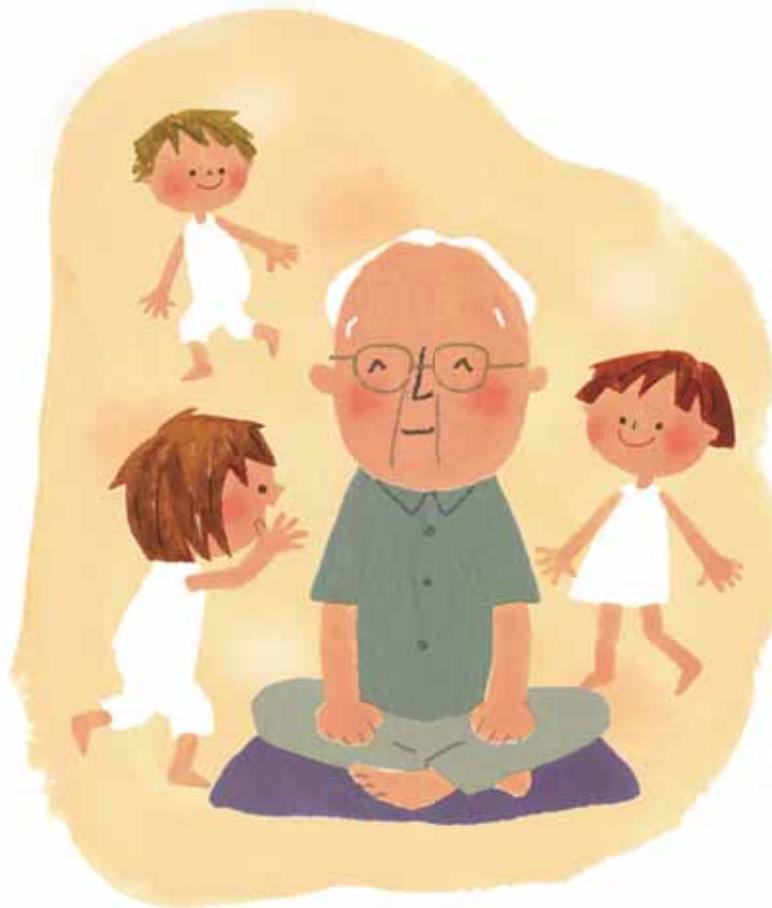
「あれは母さんのプライドよ。自分の意
志で契約しててるし、他で節約もしてるか
ら問題ないと思う。じゃ、パートあるか
ら」

呆気にとられる柊平を残して、夏子は
颯爽と立ち去つた。

実家には夕方になると妖精さんがやつてきます。幼稚園・小学校低学年くらいの妖精さんのようですが、日によって訪れる人数は違うようです。妖精さんはひそひそ話をしたり、時に静かにそこに居続けるらしいのですが、夜遅くなつても帰らない妖精さんのために、父は時に母に頼んで来客用の布団を出してもらつたりしています。母はそんな父に付き合いながら、来客用の布団を出して妖精さんにおやすみください、と言つてい

ます。そうすると父は安心して眠るらしいのです。

父は、「レバー小体型認知症」を患っています。最初は手の震えなどからパーキンソン病と診断されていたのですが、テレビで見た「レバー小体型認知症」の症状がびっくりするくらい父の症状と同じであつたため、医師にその事を伝えたところ、経過観察を経て最終的に上記の診断を受けました。



<後期優秀作品>

お風呂の出来事 とんてつ

最近母のチグハグな行動が目立つてきた。先月運転免許証を自主返納してからますます家を出なくなり、なんとか散歩に出そうとあれこれ誘い出したり、外出の代わりにせめて自宅で料理の手間をかけさせたりと気を使う事が多くなった。

それでなくとも日々の料理の指示や週末の買出しなど家の負担が増えたため、最近僕にとって入浴はホッと出来る数少ないひと時である。その入浴でのつい最近の出来事。のんびりと湯船に浸かりいい湯加減になったので洗い場で体を洗おうと風呂椅子に座るとチクつとお尻に違和を感じた。痛つ、と風呂椅子から立ち上がり椅子を見ると座面に小さな亀裂がありそれにお尻が挟まれたのだった。以前からその亀裂には気づいていたが表面のヒビ程度だと思っていた。

「やっぱアマゾンかな」と湯船で思案を巡らせているとふとつい2、3日前の朝の事を思い出した。

いつものように風呂の残り湯を洗濯機に入れるため風呂場を開けると風呂椅子

にタオルが敷かれていたのだ。そうだ、僕はその10日前から朝洗濯する際に母がタオルを2枚出すようになりなんでもわざわざ2枚も使うのかと不機嫌な気分にされていたのだ。別に洗濯は洗濯機がやる事で僕が困る訳でもないのだが、たかが入浴するのに2枚もタオルを使う事がどうしても納得できず、かと言つてそんな些細な事で母にとやかく言う自分が小さいと言われる事も嫌で本人にも言えず悶々としていたのだった。

その問題の2枚目のタオルの使い道が風呂椅子の敷物だったのだとわかつたその瞬間、全てが結び付いてハッとした。そうか、母はこの風呂椅子にかなり前にお尻を挟まれてしまい、それが嫌でそれ以来タオルを敷くようになったのに違いない。

母はそれを僕に伝えて買い換えを催促せず、タオルで不具合を防いでいたのだ。ただ母の行動を一方的に決めつけて対応していた僕の浅はかさに恥ずかしくなった。

父がアルツハイマーで亡くなつてから2年、その次には義父が認知症になりました。年前に老人ホームへ見送りそれなりにそ

してきました。けれどもそれは面倒を見る当事者ではなくあくまでも第三者的な接し方であり、こちらが一方的に相手の行動を決めつけて対応していくに過ぎなかつた。相手の気持ちを察しようとしていたかったのだ。

IDホルダーに住所・電話番号・名前を、それから「このカードを見た方は連絡を欲しい」旨を記載したカードを入れました。また、いざという時のタクシー代も入れて父にプレゼントしたところ、とても喜んでくれました。道を尋ねたとともに、病気のせいか言葉がスラスラと出てこない父にとって、カードを見せただけで意思を伝えられることは、大きな安心につながつたようです。そして、そのIDホルダーはプレゼントして1ヶ月もしないうちに、有効利用されました(笑)。

あんなこんな
by SOMPOケア

一緒にいない時間も大切

骨折してから、外出を嫌がるようになり、ほぼ自宅で私と過ごすようになった母。一人になると不安なのか、私を探しが多かったのですが、私自身も「外出時間が欲しい…」と思うようになり、週1回、デイサービスの利用を開始。本人もお茶会や畠仕事が楽しいようで、帰宅すると心なしか笑顔が増えたようです。

ポイント

お互いが自分の時間を持つことで、冷静になれたり、離れたときの不安を軽減できます。ご本人にとっても、新しい環境はリフレッシュにつながるでしょう。生活にメリハリをつけることが、認知症とともに自宅生活を続ける力になります。

今回の出来事は僕にとって、母のおそらくこれからますます増えるであろうチグハグな行動に対して、きっとそれには母なりの理由があるのだからもう少し寄り添って接してあげなければならぬといふメッセージに違いない。

多分、これからできないうことが少しずつ増えるのだと私は思います。が、元看護師の母、実家の近くに住む現役看護師の私の妹ブ拉斯リモートで私も加わり、父の介護にあたつています。合言葉は「1日1日を穏やかに。先の事は考えない」。看護する側の私たちも無理のないよう行政や地域の方の手を借りながら、1日1日、父の幸せを祈りながら頑張っているメッセージに違いない。

レバー小体型認知症は、アルツハイ

マー型認知症ほど世間に認知されていますが、特徴的な症状として「実際に見えないものが見える（幻視）」「歩行

などの動作障害（パーキンソン症候群）」、「大声での寝言や夜中の異常行動（レム睡眠行動障害）」があります。

最初は、認知機能にはそれほど問題がなかった父ですが、80歳を超えて、少し声での寝言や夜中の異常行動（レム睡眠行動障害）」がありました。特に空

間認知障害が少し出でてきたようで、簡単

に言えば、家を出て道に迷うことが出でました。私が「迷ったときのために住所や電話番号を書いたカードケースを首から下げて外出すると安心だよ」と伝え

たところ、自分でも自覚があるのか、「ぜひ、それが欲しい」とのことです。急速に声での寝言や夜中の異常行動（レム睡眠行動障害）」がありました。特に空

間認知障害が少し出でてきたようで、簡単

に言えば、家を出て道に迷うことが出でました。私が「迷ったときのために住所や電話番号を書いたカードケースを首から下げて外出すると安心だよ」と伝え

たところ、自分でも自覚があるのか、「ぜひ、それが欲しい」とのことです。急速に

声での寝言や夜中の異常行動（レム睡眠行動障害）」がありました。特に空

間認知障害が少し出でてきたようで、簡単

に言えば、家を出て道に迷うことが出でました。私が「迷ったときのために住所や電話番号を書いたカードケースを首から下げて外出すると安心だよ」と伝え

たところ、自分でも自覚があるのか、「ぜひ、それが欲しい」とのことです。急速に

高齢の認知症患者は、赤ちゃん返りをする。

九十六歳の祖母もまさしくそうであった。突然ぐずり出して暴れたり、私が来客と話していると嫉妬して物を投げつけたり、食事や着替えなど自力で出来た時でも（出来ない時もある）私に甘えてきたり。約一世紀生きた赤ちゃんの君ぶりは相当なものだった。

更に、徘徊する祖母を深夜に捲り回つたり、入浴介助をようやく終えたばかりなのに、三十分前に夕食を食べた事も忘れ、冷蔵庫を漁つて顔や手をジャムまみれにしてパンを貪る祖母を再び洗つたりと、介護に暇はなかった。

おむつ替え一つにしても、これから成長してゆく先の楽しみがある赤ん坊とは違い、未来への希望がないため、九十余歳の祖母の下の世話を介護の中でも気が重い仕事だった。

両親も古稀を過ぎ、老々介護が心配だったので、近所に住む私が実家に日参し介護を手伝っていた。だが、祖母の病状が進行するにつれ、母の負担も大きくなり、心労も重なつていった。そして遂に母が鬱を発症したため、夫の理解を得て、私たち夫婦は実家で暮らす事に決めた。

私は自宅でピアノを教えていたので、グランドピアノも実家に移した。居間にピアノを搬入し、音が狂つてないか確認しながら試し弾きしていると、寝巻姿の祖母が焦点の合わぬ目で「フフリ」と現れ

た。私を母（曾祖母）だと誤認している祖母は、子供のように訴えた。

「お母さん、お腹が空いたよ」

「もうすぐ出来るから、待ってて」

適当な言葉を吐き捨て、立ち上がる

と――

「わあっ、ピアノだ！」

祖母はピアノを見るなり一変し、ぱっと顔を輝かせて子供のようにはしゃいだ。

「お母さん、これ、私のピアノ？無理だつて言つてたのに買つてくれたのね。こんなに大きな、立派なピアノなんて……夢みたい」

祖母はまるで宝物に触るような手つきで、漆黒に艶めくピアノを愛おしむように触り始めた。生きているというよりも、ただ生かされているという感じだった虚ろだった目が、生まれ変わつたように活き活きと輝いている。

その瞬間、はつと思いついた。

『おばあちゃんも子供の頃、ピアノを習ったかったんだよ。でも当時は戦時下で、ピアノなんてそんな贅沢はとてもできなかつたから。ユカリはいいね。好きなだけピアノが弾けて』

幼い頃、私がピアノを弾いていると、祖母は傍らで聴きながら、しみじみとよく

くそう言つていた。眩しいものを見ると、目に細め、憧憬を孕んだ眼差しでピアノを眺めながら。

「おばあちゃんには無理だよ。ピアノを始めるには、さすがに年を取り過ぎちゃつたよ。でも、憧れのピアノを可愛い孫が弾いてくれるだけで、おばあちゃんは充分幸せだから」

幸せと言ふ割には、祖母の笑顔は何だか寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。

「おばあちゃんには戻らなくて、母の笑顔だった。暮藤は日々尽きる事なく、母のように先に介護者が心身共々参つてしまふ事もある。認知症は大事な記憶や、かけがえのない思い出を奪つてゆく残酷な病だ。祖母が宣告されただ時、家族は皆、絶望を感じた。

そう私が勧めても、祖母は首を横に振つた。

「おばあちゃんには戻らなくて、おばあちゃんは充

か寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。

「おばあちゃんには年を取り過ぎちゃつたよ。でも、憧れのピアノを可愛い孫が弾いてくれるだけで、おばあちゃんは充

分幸せだから」

幸せと言ふ割には、祖母の笑顔は何だか寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。

「おばあちゃんには戻らなくて、母の笑顔だった。暮藤は日々尽きる事なく、母のように先に介護者が心身共々参つてしまふ事もある。認知症は大事な記憶や、かけがえのない思い出を奪つてゆく残酷な病だ。祖母が宣告されただ時、家族は皆、絶望を感じた。

そう私が勧めても、祖母は首を横に振つた。

「おばあちゃんには戻らなくて、おばあちゃんは充

か寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。

「おばあちゃんには年を取り過ぎちゃつたよ。でも、憧れのピアノを可愛い孫が弾いてくれるだけで、おばあちゃんは充

分幸せだから」

幸せと言ふ割には、祖母の笑顔は何だか寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。

「おばあちゃんには戻らなくて、おばあちゃんは充

か寂しげで、幼心にも強く印象に残つていた。



時空旅行ができる超能力

菅尾 尚子

父が他界して5年が経つ。「なくなる前

の数年間は認知症になつた。まずは短期記憶、次に時間感覚が失われた。外出時にしかつけなかつた腕時計を、家の中で身に付けるようになつた。きっと、朝な

のカタ方なのかわからなくなることがあつたのだろう。そして、「ここで5分待つてね」と言つても待てなくなつた。他の病気が発覚して入院すると、空間感覚もあやふやになり、病室を普訪れた旅先のホテルと思い込んだ。治療が終わ

り、リハビリとは名ばかりの介護病院に移つて、父はボソンと一人でいることが多くなつた。車いすに座り、代わり映えの無い窓の外をじつと見つめているだけではほとんど口を開かなくなつた。だが、全くボケてしまつたかといふとそうでもない。最終まで家族の顔は忘れず、気遣いもあつた。遠くから見舞う私に「悪いな」と言い、母には「雪だから気をつけて帰れよ」と声をかけた。母が「お父さん、一人で寂しいね」と話しかけると、「まあ、それも気の持ちようだ」としぐく全うな達観した答えが返つてきたこともあつたのだろう。「気の持ちようだ」とは、自分さえ我慢すれば、子どもたちや年老いた妻に負担をかけずに済む、という意味だろうか。認知症の進んだ表の姿とは裏

腹に、父の頭の中では意外に高度な精神活動が行われていたのではないかと思う。

父から時間の感覚が失われたあの頃、父が壊れていくようで悲しかつた。けれど本当にそうだろうか。今なら、時間を

思ふままに移動できる特殊な能力を得たのかもしれない、と思える。時間の方

が経過した時間が5分なのか数時間なののかわからぬものだから、ずいぶん待つて待つてねと言つても待てなくなつた。

経過した時間が5分なのか数時間なののかわからぬものだから、ずいぶん待つて待つてねと言つても待てなくなつた。

他の病気が発覚して入院すると、空間感覚もあやふやになり、病室を普訪れた旅先のホテルと思い込んだ。治療が終わ

り、リハビリとは名ばかりの介護病院に移つて、父はボソンと一人でいることが多くなつた。車いすに座り、代わり映えの無い窓の外をじつと見つめているだけではほとんど口を開かなくなつた。だが、全くボケてしまつたかといふとそうでもない。最終まで家族の顔は忘れず、気遣いもあつた。遠くから見舞う私に「悪いな」と言い、母には「雪だから気をつけて帰れよ」と声をかけた。母が「お父さん、一人で寂しいね」と話しかけると、「まあ、それも気の持ちようだ」としぐく全うな達観した答えが返つてきたこともあつたのだろう。

この世を去つた。体が無くなつたことで父は空間軸も自由に移動できるようになつた、ともいえる。もし、父の意識がまだどこかに在るなら、行きたい時間の行

きたい場所へ、瞬間移動して楽しんでいるのかなあと思つたりする。

亡くなつてからこれまでに、父からメッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

メッセージをもらつたと感じたことが何度もある。例えば葬式の後、久しぶりに

からだ。その予言通り、それを境に検査結果はすべて正常になつた。

あの世があると信じてゐる訳ではない。だが、何らかの形で父の意識が私

現在に働いてゐることは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐることは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐことは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐことは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐことは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐことは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

現に働いてゐことは確かに思える。あの世がないなら、どうやって? 窓の外

おとぎばなしのような思い出

田崎 雪子

私の両親はあまり子どもに興味のないひとたちだった。現代なら、子どもいなない共稼ぎのD—INKという結婚の形態でも、十分認められているが、昔はそうのが当たり前の時代。両親とも特に疑問を持つことなく、姉と私二人の子どもを持ち、私たちを育成した。だが、両親は、子どもたちが、学校でどんな成績をとろうが、運動会や参観に来るとかの、成長段階に全く興味を持たなかつた。そんなことに目を向けるより、それぞれの友人たちと食事や旅行を楽しむ小さな社交界を盛んに楽しんでいた。当時としては、ハイカラな人たちだつた。

私は親からは「私たちが一生懸命働いているから、あんたたちは何不自由ない」と聞かれていた。事実、衣食住に不足はないし、祖父母がいたので、困ったことはなかった。親との恩、出は皆無さず、それを返すと思ふ

想い出は皆無だが、それを楽しむ見つかった。とはなかつた。子どもというのは、その環境に慣れるものだ。親以外でも、親身になつてくれる大人が愛情を供給してくれれば、なんら問題はなかつた。

やがて、私は大人になり、親は老いた。母の認知に衰えが始まると、介護が必要になると、

「昔、一緒にあそこの温泉に行つたね」「あそこのお店で、よく一緒に食事をしたね」と、私に、思い出話ををするようになつた。

想い出を美しく彩るのは、人間の習性

だが、ありもしない思い出を作り出すのには閉口した。「そんなところ、行つたことがないよ」「どこにも連れていくつてもらつたことなんかないよ!」そう苛立つた口調で何度も言つただろう。そう言うと、母は、「行つたよ。あんた、忘れちゃつたのね……」と、しょんぼりする。今さら何かの仇を討ちたいわけではない。ただ、子どもに無関心を決め込んでいた母が、「今まで子どもを、うんと可愛がつてしまつた」と記憶をスライドしているのに、ガマンできなかつた。認知機能の落ちている老いた親に、本当のことを思い出させる必用なんてないのでした。

私が思い出を否定するたび、母が悲しそうな顔をする。それで、私の溜飲が下がることはない。私は「老いた親に悲しい表情をさせる罪」に耐えきれなかつた。

はいしかれる母がうるさくなしのないことに、若い頃は野放団に過ごしていく。その屋台骨を支えてくれたのは親で、たたかく思うこともあつたと思う。

「そうそう、行つたね。あそここの温泉は、お魚がおいしかったねえ！」

私は、母の繰り返される思い出話にやけくそで調子を合わせた。母は、嬉しそうに声を上げさせて、さえぎり続けた。

スッと肩の力が抜けた。

これでいいのだ。母には、私と一緒にた

くさん楽しい時間を過ごしてきた思い出がある。事実ではなくても、母の中では実在しているのだ。そして、その思い出を共有するのが、私のできる数少ない親孝行なのだと思う。

小さな頃、寂しくはないとはいうものの、母との体験が欲しかった。周りの友達のように、お母さんと一緒にちょっとお出かけをするとか、レストランに行くとか、その程度でいい。渴望ではないが、子どもだから、友達を、羨ましく思つていた。

母は「よく、一緒にでかけたわね」と、楽しそうに語る。母の中で真実なら、私もそこに参加しよう。思い出は、思い出すだけでなく、作り出すものでもいいはずだ。



お風呂掃除をしてもお湯を張り忘れたり、新聞を取りに行っても、何も持たずに戻ってきたり…。でも、それらは今も父の仕事。

家族は怒らず、「お湯が入っていないね」と蛇口をひねるだけです

ポイント うまくできないからといって、これまでの家庭の役割を取り上げないようにしましょう。自分の役割がなくなることは、自尊心の喪失や不安につがる可能性もあります。日課がやりがいにつながることもあるので、認症の診断を受けても、これまで通り、まずは任せてみましょう。

今は温泉

黒田由美

多くの人に助けられて、今、母は生きて
いる。

75歳を過ぎた頃から、母に認知症の症状が出始めた。物忘れから始まり、日常生活のちよつとした段取りがわからなくなったり、電化製品の使い方がわからなくなったりした。よく認知症の人は自分が認知症であることがわからないと言われるが、母には記憶や思考が混乱している自覚がある。頭の中の不気味な違和感が暗示する絶望的な病名、認知症。その恐怖に压され、母は老人性鬱になってしまった。

鬱になつた母は、食事に呼んでもベッドから出てこなくなつた。好きだったグラタンやおかゆを作つて枕元に持つて行つても、朝までそのまま。無理に布団を剥がして手を引っ張つても立ち上がらせることができない。最初のうちは「もういいの…死にたい…」などと喋つていたが、そのうちア、ア、と弱弱しく呻き声を上げるだけになり、焦点の定まらない目でぼんやり虚空を見つめたまま、見る見る衰弱していく。

父が死んでから私は母と一人暮らし。誰にも助けを求められずに行き詰つてい

その日私は早めに会社を出て、地域包括センターに向かった。秋だった。もう日は短くなつていて、5時前だというのにすでに周りは薄暗い。一年ほど前、母を心配

ケアマネージャーはベッドに近寄ると母に呼びかけ始めた。根気強く呼びかけていると、母がモゾモゾし始めた。すかさず介助して上体を起こさせ、あまりに自然な動きだったので何が起きたのかわからず呆気にとられる私の前で、気づくと優しく母をベッドから連れ出していた。急いでおかゆを作り、お箸を持たせたら、母はそれを食べた。

認知症への恐怖で自分の部屋に閉じこもっていた母は、デイサービスのゲームの時に参加したことがなかったのだが、そんな母に「一緒にやろうよ」と毎回声を掛けてくれる同じ年頃の女性がいた。お風呂の順番が一緒で、お風呂上りに必ず「いい温泉だったね」と言う人だった。

その日はお風呂から出てもベッドには行かず、彼女に誘われるまま初めてゲームに参加した。その日のゲームはボーリングだった。ボールを受け取り損ねて思わず笑いが込み上げた。一人で泣いていることしかできなかつた母は、「温泉が好き」という彼女の楽しい思い出話を聞いて、一緒に笑えるようになつていった。

鬱になつて以来、言葉を理解するのも難しいほど衰弱していた母が、デイサービスから帰るたびに「温泉に行きたい」と言うようになった。私はケアマネージャーと相談し、昔父とよく行つた箱根温泉に母を連れて行つた。

母はデイサービスを楽しめるようになつた。体重も増え、言葉を理解することも出来るようになつた。そしてまたショートステイを利用する時が来た。念のため携帯電話を持たせたら、最終日に母から電話が掛かってきた。

「今温泉に泊まつてゐるんだけど迎えに来てくれない?」

母の声は明るかつた。露天風呂の気持ちいい季節になつたらまた本物の温泉に連れて行こう。母が大好きな山の景色を思い浮かべながら私は携帯電話を折りたたんだ。

ヒント!

39ページの
『あんなこんな』
ご参照ください

「あら、びっくりぽんや！」 世界でたった一つしかない小さな物語

ランベール・ケイ

「あら、びっくりぽんや！」

これは認知症が進んでいた祖母が排便コントロールが効かず、初めて食卓の椅子の上で排便してしまったときの言葉だ。

この何ともポジティブな、愛らしい反応。この日を境に、私たちの中で何かが変わっていた。

父方の祖母、伊佐子は大正、大阪生まれ。非常に頭がキレる人で、85歳ぐらいまでは何でも一人でテキバキこなし、教養があり、更に大阪人らしくユーモアたっぷりの人だった。

社交的で83歳まで絵画教室に通い、幸せな人生を歩んでいると思われていたが、実は昔は大変苦労人であった。祖父は若い頃に突然失踪、伊佐子は乳飲み子も含め3人の子供を抱えて親戚の家を転々として上京、懸命に子育てと仕事に勤しんだ。

長男である父、徹は、伊佐子とは特別な関係を築いた。不撓不屈の精神を持つ伊佐子を尊敬し、時には祖父の代わりに伊佐子の相談に乗り、伊佐子を喜ばせるために勉強を頑張り、伊佐子が苦労した分、空いた隙間を幸せで埋めたい気持ちが強かった。そのため徹は大人になってから2世帯住宅を建て、私の母、博子と協力し合い、伊佐子を支えていた。伊佐子と博子は全く違う性格だったが、幸い

「最近排尿コントロールができないらしい、ちょっとゆうお漏らしするのよ」と、博子は「この」ところ毎日イライラしながらお漏らしの後始末に追われていた。当然ながら在宅勤務で義母の介護をするというとは体力的にも精神的にもしない。孫である私は、「オシメにしたら良いじゃん。お互いのためだよ。頑張り過ぎたら長続きしないよ」と諭したが、博子は断固として反対した。「でもねえ、オシメにするトイレに行かなくなり、歩けなくなるのよ。歩かなくなつたら脳の衰えもどんどんと進んでしまうの」博子は30年間一緒に過ごしてきた義母の将来を思うと、安易な選択することができないとためらいがあったようだ。

そんなある日、ちょっとした事件が起

こつた。

博子は30年間一緒に過ごしてきた義母

の将来を思うと、安易な選択することができないとためらいがあったようだ。

博子は30年間一緒に過ごしてきた義母

の将来を思うと、安易な選択ができないとためらいがあったようだ。

博子は30年間一緒に過ごしてきた義母

の将来を思うと、安

忘れないもの

田中杏

「母さん、何度言つたら分かるんだい？」
「父が祖母にため息交じりでこう言うのを、もう何度聞いただろ。」

祖母と結婚してからずっと北海道に住んでいた祖母が、東京の私たち家族の家で暮らし始めてから一ヶ月程経つ。祖母が来たときはまだ夏の暑さが残っていたが、今はもうすっかり秋だ。通学路のいぢょうの並木も、黄色く色付き始めている。

祖母は大抵居間でテレビを見ているが、母を手伝って洗濯物を置んだりなんかしているが、突然、自分の部屋へ行ってハンドバッグを取ってきたかと思うと、「私、北海道へ帰らない」と

と家を出でていこうとする。今回もそう言い出し、父を呆れさせたのだった。
「第一、一人で帰れるわけがないだろ？」
うちに来るときだって、俺が北海道まで迎えに行って、一緒に東京へ来たりやないか」

父にそう言われ、もどから小柄な祖母

はさらに小さくなつて、バッグを片付けた。

ある日、私が学校から帰ると母は買い物に出かけていて、祖母は一人で留守番をしていた。

「おかえり、マキ！」

笑顔で迎えてくれた祖母は、色鉛筆を握っていた。その手許のテーブルの上には、チラシの裏の白紙に小さな黄色いまぐらがいくつか描かれている。

「めずらしいね。絵を描いているの？」
「そうなの。でも、どう描いていいか分からなくてね」

もう一度、テーブルの上の紙に目をやる。けれど、どう見ても黄色いまぐらしか見えない。

ふと、中学校のときに職場体験で訪れた老人ホームで、そこに住む認知症のおばあちゃんと塗り絵をした記憶が蘇った。そのおばあちゃんは色鉛筆の削られていかない方で一生懸命絵をこすつていた。

私が「こっちで塗るといいよ」とそつと尖った方を下に向けて持ち替えさせると、照れたように笑つてまた手を動かし始めた。

父から祖母も認知症だということは聞かされていた。しかし、突然他移動へ帰ると言いく出こと以外は以前と同じ

「元気なおばあちゃん」として私の目に映る祖母。それだけに、祖母の少し変わった行動に敏感になつているのかかもしれない。

「何を描こうとしているの？」
「何気ないよう聞いてみる。」

「栗よ。でも全然そう見えないでしょ？」

内心ひやりとした。私だったら、栗を描くとすると茶色い色鉛筆を使う。しかし祖母はひとりあっけらかんとして笑っている。

「茶色とか使つたら、もっと栗っぽくなるんじゃない？」

私は祖母の横に座り、チラシのスペー

スにクリを描いてみた。構図の上半分を指でつまんだような、おなじみの形。もちろん、茶色を使った。

そういえば、祖母が北海道へ帰ると言つた。胸を刺されたようだつた。

「おばあちゃんも、これくらい描けるよ」

そう言つて私は祖母に茶色の色鉛筆を握らせようとしたが、祖母は首を振つた。

「マキは上手ねえ」

祖母は本当に感心しているようだつた。

「おばあちゃんも、こんなに描けるよ」

そう言つて私は祖母に茶色の色鉛筆を握らせようとしたが、祖母は首を振つた。

「どうして？」

私の困惑とは裏腹に、祖母の表情は柔らかだ。

「私の栗はね、オサムさんが公園で拾つてくれた栗なの」

オサムさんは、私の祖父のことだ。車の事故で亡くなつてから、二十年近く経つ。

「毎年秋になると、休みの日には公園へ行って拾つてきたのよ。私がそれを茹でて、一人で食べたの」

遠くで見つめる祖母の目が、少しきらつとした。

「栗を半分に切つて、茶色い実を小さめのスプーンでくり抜くのよ。少し苦かつたけど、秋の休日は、オサムさんが家に帰つてくるのがひときわ待ち遠しかつた」

「おばあちゃん……」

祖母の手に私の手をそつと重ねた。

祖母には、北海道の家の祖父との思い出があるのだ。なのに、認知症のことがあつて東京に連れてこられてしまつ

た。帰りたくなるのも無理はない。「もう、オサムさんはいないのにね」

「ぼつんと、祖母が言った。」

「ういえば、祖母が北海道へ帰ると言つた。いつ、胸を刺されたようだつた。それに気が付くと、おじいちゃんの話、もう口を出せない。私にできることは…」

「おばあちゃん。おじいちゃんの話、もうと聞かせて」

…。



SOMPOの認知症に関する取組み

SOMPOグループでは、
「認知症に備える・なつてもその人らしく生きられる社会を」
というスローガンを掲げ、
「SOMPO認知症サポートプログラム」を展開しています。

これは、認知症という社会的課題に、
グループ横断で継続的に貢献していくための取組みで、
次の4つから成り立っています。

1つめは、「商品・サービスの開発・提供」。

2つめは、認知症に関する外部の企業、団体等のパートナーと連携し、
お互いに機能を高めながら共存していく仕組み「エコシステムの構築」。

3つめは、「認知症に関する各種研究」。

4つめは、「認知症に関する啓発・支援活動」。

これらの取組みを通じて、SOMPOは、
認知症への正しい理解と認知機能低下の予防を促し、

「認知症に備える・なつてもその人らしく生きられる社会」を目指し、

世界に誇れる豊かな長寿国日本の実現に貢献してまいります。



9月21日の「世界アルツハイマーデー」
にあわせ、認知症への正しい理解が進むことを目的に、損保ジャパン本社ビルを認知症啓発・支援活動のシンボルカラーであるオレンジ色にライトアップしています。

（なかまる Short Film Contest2020）

主 催 —— なかまる編集部（朝日新聞社）

特別協賛 —— SOMPOホールディングス株式会社、

SOMPOケア株式会社、

SOMPOひまわり生命保険株式会社、

損害保険ジャパン株式会社

協 力 —— 株式会社パシフィックボイス

後 援 —— 厚生労働省、公益社団法人認知症の人と家族の会、

NPO法人認知症フレンドシップクラブ、

一般社団法人認知症フレンドリージャパン・イニシアチブ、

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ、

一般社団法人日本意思決定支援推進機構、認知症未来共創ハブ



SHORTSHORTS