

心に響く義母と実母のブルース

「おまえさん、誰だっけ？」

すべてはここから始まりました。約1年前に、近くの妻の実家で一人暮らししている84歳の義母から自分に向けて突然発せられた言葉です。認知症だ、と気づくのにそう時間はかかりませんでした。そして、実母に続いて、今度は義母もか、との思いでもありました。

遠く離れた我が実家で暮らす88歳の実母は、私が里帰りして、遠距離を数時間かけて運転して新潟の自宅に戻ると、到着時間を見計らった頃に電話をよこしては「無事着いた？ああ安心した。遠いところありがとうね。ご苦労様。また来てね。」と必ず連絡をくれていました。

ところが、認知症の症状が出始めた頃、帰郷して新潟に戻ったある日、同じように電話をとると、「どうして到着の連絡をすぐ寄こさないんだ。お前がそんな腐った根性の持ち主だとは思わなかった。」と怒り口調でまくしたてて、一方的に電話を切ったことがありました。生まれてこの方最大級のショックでした。

そしてそれに続いて義母もか、と。

義母も同様に、あの日以来、実の娘である妻に「私のお金、あんたが盗ったんだろ。早く返して。返さないと交番に届けるよ。」などと事実無根のことを言い出したり、夜中の2時3時に電話やメールを寄こしてわけのわからない話を持ち出して攻撃的に怒ったりすることが見られるようになりました。

正気に戻った時に、送られてきたメールの内容を見せると、義母は全く記憶にない自分の娘（妻）へのひどい仕打ちに、自己嫌悪に陥り自分を責めながら、ひたすら妻に謝り続けました。こういったことが何度も繰り返されてきたのです。

ジキルとハイドのごとき振る舞いに、妻も私もせつない思いを募らせる日々が続く、友人・知人や公的機関の各方面に相談する機会

も増えました。義母も実母も、まだ認知症の初期段階の軽度で、今では、上記のようなことが時折見られはしますが、身内や様々な関係機関等の周囲のサポートのおかげで、何とか日常生活にはほぼ困らない小康状態が続いています。

さて、先週6月21日(金)、1年生を対象に「認知症サポーター中学生養成講座」を実施しました。実施のねらいは、子どもたちの立場で、認知症についての正しい理解を進め、認知症の方も含め共に地域で安心して暮らし続けられる地域づくりと、そのために自分に何ができるかということを考える機会とすることでした。

講師は、秋葉区社会福祉協議会や荻川地区社会福祉協議会等の皆さんにお願いし、とてもわかりやすく明快な説明のおかげで、とても貴重な講座となりました。

いただいた「副読本」の中で、認知症の家族の気持ちを理解することの大切さが書かれています。認知症の人を介護する家族には大きな負担がかかります。家族を応援することでその負担が少しでも軽くなれば、認知症の人にもよい影響を与えます。そのために、家族の「いま」の気持ちを知る大きな手がかりとして、4つのステップが示されています。

<ステップ1>とまどい・否定

以前の本人からは考えられないような言葉や行動にとまどい、「こんなはずではない」と否定しようとする。

<ステップ2>混乱・怒り・拒絶

様々な症状を示す本人にどう向き合えばいいかわからず混乱したり、本人を責めたり拒絶したりして、疲れ、不安、苦しみが増大する。

<ステップ3>割り切り

医療・介護などのサービスを上手に利用すれば、家族で何とか乗り切っていけるといいうゆとりが生まれ、負担感が軽くなる。

<ステップ4>受容

認知症に対する理解が深まり、本人のあるがままを自然に受け入れられるようになる。

実際に介護する家族は、この4つのステップを行きつ戻りつしながら一生懸命認知症の人をサポートしているとのこと。当事者としての実経験から、まさにその通りだと痛感します。妻も、今なお悲しくせつない思いは度々繰り返してはしていますが、最近はよくこう言っています。「赤ちゃんと接していると思えばいいよね」「側にいてあげられる時間が増えて、最高の親孝行ができているわ」と。

義母と実母には共通点・類似点があります。現役時代は、無口で気のいいだけ取り柄の頼りない亭主（先立った義父と実父）を立てながらも、実質的に尻に敷いて家業を一手に取り仕切り、朝早くから夜遅くまでがむしゃらに働いていたこと。頭の回転が速く、怖いもの知らずで気が強くて、でも、気配りが細やかで人情味にあふれていたこと。そして、特にこれといった趣味もなく贅沢もせず、自分のことはいつも後回しにして、家族の事をいつも最優先に考えて生きてきたこと。

実母の最近の口癖は「子ども3人、孫5人、ひ孫6人に見守られて、ああ幸せな人生だった。もう何も思い残すことはないわ」。義母の最近の口癖は「死ぬ前の最後の最後に迷惑かけて本当にすまないね。でもね、あんたらもいつか私のような立場になる日が来るかもしれないんだよ。」ともに重い言葉で、ずしりと心に響きます。

私も妻も、正直、二人の子どもが成人して手がかからなくなって少しはゆっくりできると考えていましたが、それとは入れ替わるように介護が待ち受けていました。

老いた二人と接していると、「生きる」とは何だろう、「幸せ」とは何だろうと、つくづく考えさせられます。そして導いた答は、「生きる」こととは「幸せ」とは、「大切な人に寄り添うこと」なんだなと。

生徒のみんなには、家族、身内、地域の人に寄り添える人間に育ってほしいものと願っています。そして保護者や先生方にも、常に生徒に親身に寄り添う存在に。

家族にであれ、親族にであれ、地域の人にであれ、「大切な人に寄り添う」こと、すなわち「生きる」こと。いや、その実、私たちは寄り添った相手に「生かされている」のかもしれませんが。

母よ、あなたは今尚偉大なり。