

10—長いような 短いような一日

寮母・三浦恵美子

(1) 暮らしは同じ 想いさまざま

戦場のような朝

お年よりの朝は早い。ホームの朝はなお早い。山室さん（八一歳）は、「四時になったら起こしに来ちよくれな」と言い、少しでも遅くなると、ナースコールで催促です。目覚めても、自分では何一つ叶わぬ身だからです。

五時になると、もう皆が洗顔です。「ご気分いかがですか」。声がけながら、洗顔用の温かいタオルを配ります。洗面所に立てない二十六人分ですが、うち自分でできない十人は寮母が拭いてあげます。

小鳥のさえずるテープが流れるのが六時です。その頃はすっかり賑やかになり、洗面所も混んできます。私たち二人は東西二棟に分かれ、頻繁なナースコールに応じながら、着替えをし、



車椅子に乗せます。Tさんのおむつ換えをしていると、ナースコール、とんでいきます。衛藤さんです。「今日はすっかり遅うなっち」と。ポータブルトイレ介助、それがすむと、くつ下ズボン、上着などの着替え、そして、車椅子へ。隣の西さんも、「おしっこにやっちょくれ」。「先生、先生！」大声で呼びます。白石さんです。「わたしも顔洗いに連れち行っちゃくれ」。もうすでにすんでいるのですが、白石さんには通じません。車椅子を押しして洗面所まで行き、洗面器にお湯を入れます。「これでいいんですかなあ」。何べんもそのくり返しです。気はあせるのですが、白石さんはちょっとした言葉にもすぐ逆上しますので、ゆっくりした風をしななければなりません。

おむつ報知機に「ツクシ3」と表示が出ました。交換したばかりのNさんです。広場で大声が上がります。Mさんです。「腹がへった！何んにも食べさせちもうちよらん！」「食べさせてくれんじ、死ぬでっ！」。寮母室で温かいお茶とプリンをあげます。

また、ナースコール。Hさんです。「隣りんしが何か言いよるで」。Nさんのことを知らせてくれたのです。Nさんはいつも独り言をいい、奇声をあげます。Hさんも重度のぼけさんです。それを説明しても分かりません。「ありがとうございます。Nさんの用事はすみましたからね」。お礼を言って、次の部屋に走ります。

こうして四十人余りの方がもう朝食までに起きています。離床後のベッドはすぐきれいに整理して、いつ帰られても気持ちよくしておかねばなりません。

祈り

目の回るような忙しさが終わる頃、礼拝堂でのお祈りが始まります。「車椅子押すな押すなで朝のお参り」山室スミエさんの歌です。

お経をあげ、軽い体操後、「人生は六十から」を高らかに歌います。

たまに、打ち明け話も出ます。三代さん（八三歳）は、「ゆうべ眠れなかった。死んだおじさんが夢に出てきた。わたしが台わんから引き揚げたとき、あいさつに行かんかったきに、わたしにたたりよるんじゃ、頭が痛うじたまらん」と。

「夢に出てくるのはあなたのことを案じているからです。叔父さんのご冥福を祈りましょう」と、皆で拝みました。翌朝、一袋のお菓子をお供えして、「頭の痛みが治りました。後で皆さんで食べておくれ」と言われました。

宿泊研修のお客さんにもあいさつをして頂きます。徳島の寮母さんは話は苦手なので、阿波踊りをしてくれました。その朝は賑やかな手拍子でした。

職員会議

まず、夜勤寮母から―「終末状態のKさんは、手先や足先にチアノーゼが見られますが、呼吸などに苦しそうなようすは見られません。酸素は○・五で続行中です。体位変換は一時間おきに行いました。発赤などありません」。

「Hさんが、何度も下痢をしています。腹痛の訴えはありません。正露丸を投与しましたが、まだ下痢が止まりません」。

「Sさんが精神不安定で、大声を出したりして、ほとんど眠っていません」。

看護婦から「Nさんに排便剤を投与していますので、東居室担当の方は、気をつけて下さい」。「Fさんを十時に外科受診に連れていきますので、用意をお願いします」。「Hさんは、今日一日お粥にして、油こいものは止めて下さい」。

寮母主任からは、「Tさんの食事が、歯痛のため細食から極細食になっています」。こうした連絡事項は、急変常ならないお年よりの体ですので、とても大事なことです。

朝食は八時から、第一食堂は自力の方で十人、第二食堂は半介助などの三十人が利用します。ここには隣りのお膳に手をのばしたり、逆に、おかずを食べるのを忘れたりする人がいますので、目が離せません。

第三食堂は重度のボケさん四人が利用しています。みそ汁の中に牛乳を入れたり、手づかみで食べたりします。

Yさんに、「お腹がすいたでしょう。どうぞおあがり下さい」。どうしたのか、今日はお膳に目もくれず、「いりません」とそっぽを向きます。「おいしいですよ」。「おいしから、あんたが食べりゃよかろう」。「私が食べても、Yさんのお腹はいっぱいにならないわ」。「いらんせわ!」。話題を変えて、「今ね、息子さんのナルヨシさんから、ばあちゃんに、ごはんを

食べさせて」と頼まれてきたの。「ほう、ナルヨシがえ」。やっところちを向きます。

「ばあちゃんが、お腹をすかしてらだろうから、早よう食べさせてと心配してましたよ。この味噌汁の葉っぱも、朝早くから寒いのに、とりにいっけてくれたの。ようやく、「ああ、そうですな」と相槌をうちます。「はい、おみそ汁ですよ」。「ああ、おいしい」と食べました。こんどは、「あんたは、なかなか御飯炊きがうまいなあ」と私をおだてます。

残り四人は身体的に離床の出来ない方でお部屋で全介助です。この人達には一さじ毎に、「ごはんですよ」「おつゆですよ」と、声をかけながら助食をします。

全員清拭―朝食が済むと、入浴のない週四日間行います。二台の清拭車で、高温殺菌された清拭用のタオルが配られます。自分で出来ない方は寮母が清拭を行います。皮ふの弱い方や、いつも失禁しがちの方、寝た切りの方は特に念入りに、体の異状はないか注意しながら行います。湿疹や発赤などには、オリーブ油や薬をつけ、オムツ交換記録表にそのことを記入します。おむつ交換記録表は全員が目を通すので、早期治療にも役立ちます。

清拭のあと、下着の交換。自力でされる方ははじめの頃は、「昨日こそ風呂に入って着替えたばかりじゃ」。「そんなに洗濯をすると生地が傷んで勿体ない」と、なかなか応じてくれませんでした。しかし、今では「洗濯に出しちよくれ」と持ってきてくれるようになりました。

清拭は、皮ふを清潔にするということだけではなく、床ずれの予防にもつながる重要なお世話です。

役に立ちたい

清拭の終わったお年よりは、ベッドで横になったり、手紙をかいたり、ホールでテレビを見たり、思い思いです。その中に、おしぼりを巻いたり、干したり、食事用のエプロンをたたんでいるグループの姿があります。午前、午後の二回、十五人の方が大事な加勢をされていますが、今は六人です。でも、その側で見えてくれる人たちが五、六人います。見ることも大切なお手伝いと私たちは考えています。

「おしぼり巻きや、エプロンたたみがすまないと落ちつかない」。後藤スエ子さんの言葉です。

十一時頃 から二十分間、レクレーションみたいなりハビリがあります。内容は、その日の受け持ち寮母が自由に決め、歌やゲーム、体操、紙芝居など、いろいろのアイデアが、お年よりに待たれています。「今日は誰がするの」。「この前のボール送りは面白かったで」。

お風呂が最高

家のお年よりは、「お風呂は命の洗濯じゃ」と言っていたことを、懐しく思い出します。ホーム生活ではなお更のことでしょう。食事と共に心待たれる二つの楽しみです。月水金の週三回です。午前中は普通浴で三十六人、午後は特殊浴で全介助の十四人です。

熱があると遠慮してもらいますが、「頭も痛くない、熱もない、入れたくないんじやろ」と

反撥されるほどお風呂を好まれます。三枝さんは、前の晩から「あしたの風呂は一番先じゃあき、着替えを出しち用意しちよいくれ」と、楽しみにしています。居室毎の順番制なので、全員が月に一度は一番風呂に入れます。

老衰化と共に失禁者も多くなってきました。そこで大腸菌などの細菌予防に六十年に殺菌浄化装置が設置されました。「最後まで、澄みきったきれいなお湯でうれしい」と喜ばれていました。これは東松山ホーム（埼玉県東松山市）が着目し、改善したことを、そっくり取り入れたものです。大浴槽浄化のこの発見改善は、日本の社会福祉施設全部が採用すべき緊急事と信じます。

それでも大浴槽をきらう人には、別の一人浴槽を利用してもらいます。

家に帰りたいと半年間も泣き顔だった古庄直人さんは、特殊浴槽で介助していると、言うのです。「わしは、生きちよってん、死んじからも、ここにいるということ、皆に胸はって言うで」。思いがけない言葉に私たちは喜びました。古庄さんは今はこちら落ちつかれています。

入浴日は一日の殆んどが、それに費やされ、夕方の四時にやっと終わります。その間、居室に残った二人の寮母が、排泄介助やおむつ交換、給茶、離床介助などすべてをします。

自由の時

「ちょっと頼みたいことがあるんじゃないけど、お風呂じゃから、忙しいわなあ」。今度でいいわ、そう急ぐことじゃねえから」と言われると、「ごめんないね、あすはお風呂がないから、ゆっくりお聞きしましょうね」と、申し訳ないと思いつながら、次の仕事に移ります。

忙しいのでついお年よりはほったらかしの状態になってしまいます。しかし、ベッドにぼつねんと座って外をながめている羽田野モモエさんの手にはペンが握られています。うたでも詠んでいるのでしょうか。河原茂一郎さんも一生懸命、ノートに何か書き綴っています。もうじき五月祭です。その時発表する原稿を書いているのでしょうか。

「私は死ぬような辛い気持ちでここに来ました。ピアニカを若い人が手をとって教えてくれる。よい香りがして、こんな倅せがあつてよいのだろうか」と、何かの折りに発表していたのを思い出します。九十七歳の河原さんです。ユーモアに富んでいます。清拭の時でした。「使いたくないのに、ここまでつれて来たばっかしに、ふかんならん」と、私たちを笑わせます。

首藤カツさん（八四歳）が手招きをします。近よると、窓の外を指して、「娘の持ってきたチュールリップの芽が出ている」と嬉しそうです。子の心を幾度も幾度も胸の中で温めているのです。

風呂上がりの気持ちのよさか、ベッドでまどろんでいる人。テレビドラマに見入っている人。ただただ窓の外をみている人。友達の部屋をたずね仲良くお茶を飲んでいる方。自分だけの自

由な時間があるようです。

こんな自由な時間を、任運荘は何よりも大事なものとして見守ります。しかし、お年よりが安らかな自分だけの時間がもてるということは、私たちにいろいろの気配りがなければなりません。

理事長は私たちにモニターニューの言葉を示しました。「妻もあつたがよい。子ももたねばならぬ。とくに健康をもたねばならない。でも、じぶんの幸福は、かかってそれにあるというほどまでに、それに執着してはならない。本当に自由で独りきりの暮らしが営めるような精神的裏座敷を一つとっておかねばならない。そうしておれば、何もかも失せても、それをそんなに気にしないで行けるだろう」。

(2) 長い一日のために

時に浮きたつことも

自分に沈静している人ばかりではありません。また、人間は何時までも沈静ばかりしてはいられません。広場にいる合沢さんは、そのテレビを見ようとせず、入浴介助の寮母さんが行き来きするのを目で追っています。不自由な言葉で、「はい、来い」「はい、来い」と手招きします。

だから入浴のない日は、出来るだけ退屈しないように、音楽や短歌などのグループ活動や、日帰りドライブ、任運大学などの行事を行います。音楽グループで、「音楽をしますから、どうぞ」と道具をいくら並べておいてもだれもしません。私たちが音を出し、声を出していれば、「私もしてみよう」「あれくらいなら出来る」と、やる気になるようです。誘いかけは意欲を生み出す重要な要素だと思います。

▼音楽グループ

(加藤洋子)

「今日は音楽をします。ご気分の良い方はご参加下さい」と放送します。早速、あちこちナースコールが鳴ります。「歌いに行きたい、起こしておくれ」。三十人をこえることもあります。それぞれに合った楽器を渡し、季節の歌、昔の歌、童謡、カラオケなど様ざまですが、今日はひなまつりの歌です。楽器の音がしだします。

「何かおとろしゅうにぎやけえ、歌いよるんなら、自分も起きたい」と古庄トミさん(九八歳)。高齢の上、肺癌と診断されているので、私たちはいつも痛ましい思いをこめていたわけです。「歌よりいいもんがあるうか。悲しいときも嬉しいときも、歌うと心が落ちつき、せちいことも忘れるいい薬」。そして低い声で歌います。

耳の遠いSさんも、歌い始めるとタンバリンを上手に合わせているのです。そばで白石さん

は「こんおじいさうまい。うんど（私）よりかうまいで」と、負けてたまるかとタンバリンをたたいています。いつもオシッコオシッコと訴え続ける坂本さんも、車椅子から乗り出すように片手でカステネットをたたいています。「坂本さん、危ないですよ」。「何んでもしんけんにせなあいけんのじゃ」と顔を真赤にしています。

いつもは無表情の人でも、知っている歌なら歌います。重い痴呆のMさんは軍歌となると、きちんと最後まで歌わねば止めません。

学ぶことも

任運大学というと何か困苦しいようですが、これもふつうの暮らしに任運荘暮らしを近づけようというお年よりの意見から、発足したものです。「町には老人大学がある。ホームにもそれがほしい」。五十六年、後藤スエ子さんの提案でした。この三月で四十二回めを迎えます。ぼけさんが九十%という任運荘なのにと、ひとはふしぎがるかもしれませんが。集まるだけでも心安らぐお年よりの多いようです。ふつう、お茶とお菓子が出ますが、その有無に左右されないように、いつも三十人余りが参加します。

理事長の短い講義があります。主として句や短歌や詩の短文芸を教材に使います。某日啄木の、「たわむれに母をせおいてそのあまりかろきになきて三步あゆまず」を説明すると、子供のないKさんは急に、「子はいらん、ここんホームにおればいい」と大声で叫びました。子供

のいるSさんは、「子供はいなければ淋しい」。二人の心の葛藤が繰り広げられ、聞いている人たちの胸にもジーンと打つものがあつたようです。

某日の講義。放浪俳人、山頭火の「うどん捧げて母よ私も頂きます」。自殺した母への思いを説明すると、お年寄りには胸をあつくします。特に眼を輝かしたのは、良寛と貞心尼との愛の歌のやりとりでした。

講座では別に四人ずつの老人の意見発表があり、一年間で全員に回ってきます。発表の順番がくると、何日か前から何を話そうかと考えています。発表できない人は私たちが代弁して話しますと、本人は「ああ」と頭を振り、昔のことを思い出しているようです。

今は、うたの会の作品が中心題材です。

「Tさんの歌です。正月帰省の様子がよく出ていますね」と言いますと、「はい、私です。ここにいます」と、Tさんは小学生のように手をあげています。

経験発表では、言語障がいの方は受け持ち寮母が代弁します。Fさんは耳は聞こえるが言葉がありません。手に一通の手紙を持っています。息子さんからの便りです。寮母が読みます。もうそれだけで、その日からFさんは誇らしげに車椅子で動いています。息子さんが会社で課長になったという手紙の内容でした。

石を与えては

当然のことですが「今日も生きてよかった」「明日も……」と思っていたたくための行事であり、サークル活動です。それどころか、老人ホームにいるから仕方がないと、諦めさすようなことは罪なことです。

ここで、A・デーケンさんのある所での話を思い出します。デーケンさんが音楽療法士の所に一人の患者をつれていった時のことです。―私（デーケン）言いました。「この患者は今、たいへんな抑うつ状態です」。すると、音楽療法士が「ではこの曲を聞かせます」と、自信たっぷりでした。聞いてから、患者はさらに抑うつがひどくなった。私は彼に聞いてみたんです。すると、彼は「この間失恋してね、その彼女の大好きな曲を今聞かされました」と。（『生と死を考える』63年1月号―黒田輝政氏主宰）

味わうべき話しです。それと似た話、それ以上に残酷な話を、老人ホームではしばしば耳にします。

旅の誘ない

ある詩人に、「旅にいれば家を想い、家に居れば旅を思う」という言葉があります。それがふつうの暮らしです。任運荘にも旅がなければ、とお年よりから提案されました。五十四年の春です。こうして年に一、二回にすぎませんが、老人ホームに閉じこめられたままの暮らしと

いうイメージをすっかり取り払ってくれます。

それより六十三年三月までの九年間で、二十二回、延べ八十六人が参加されています。この一泊旅行に参加できない人のために「日帰りドライブ」があります。これは九年間で二一〇回、八百人余りが楽しめました。ある秋のドライブの様子をみましょう。

▼もみじ狩り

旅行に行けない人たちは十六人と十三人の二班に分かれて、もみじ狩りの小さい旅。めざすは大分と宮崎の県境尾平峠で、道中の溪谷美に老いを忘れる。

柿の実が赤い。「いっぱいになっちよるのう。一つ分けてくれんじゃるか」という人。「私んところ、もつとなっちよるわ」と返す人。

「ここは渡辺キヲさんの村じゃが」。「そうな。たしか九十才で死んだ人じゃな」。山峡の流れに、「こりヤーすきとおちちよる」と叫ぶ。幼き日のことがよぎったのであろう。

登りつめると眼下に天の岩戸の村。美しさと雄大さにもはや声はない。

焼き肉の匂いと共に表情は動き、言葉もにぎやかに交わされ出す。いつもは細食しか食べない佐藤さんが肉をそのまま食べている。黙って食べる人。おしゃべりしながら食べる人。「おい、寮母さんたちののがのうなるぞ」と心配する人。腹はいっぱい。長くは座っておれない。お昼寝だ。炭火と太陽で暖は十分。久保生ひさびささんがいみじくもその様を詠んでいる。

任運荘 みんな寝て見る 紅葉狩り

高峯さんも詠んだ。

焼肉をもみじの下で 食べにけり

満ちれば疲れも出てくる。帰りはおし黙ったままではあるが、それぞれの想いにふけっているようである。

後日、その日をふり返って佐藤ヨリノさんは句にとどめている。

あそこだと 我が家を下に 尾平行く

(「任運荘」39号、60年)

(3) 夕居る雲の薄れゆき

夕食は第一食堂の人は五時から、他の人たちは四時四十五分からです。夕食がすむと、着替えをし、トイレ介助やおむつ交換をして、ベッドに寝かせます。夏ならば、窓からまだ陽がサンサンとさしこんでいます。「おむつもきれいになったし、ゆっくり休んで下さいね」。「もう寝るんな」。返す言葉もありません。家であれば、まだ夕食もすんでない頃ですもの。だからせめて七時には手作りのおやつを出して無聊ぶりょうをお慰めしています。

限られた職員でする最重度のお年よりのお世話の限界です。ふつうの暮らしといいいながら、

ここにはふつうでない暮らしがはつきり残されています。

早い就寝時間を遅くするために、ホールの夜のテレビはつけ放しにして、夜の娯楽番組のために衛星放送装置もしてあります。まだ、一人の姿しか見られません。

古庄トミさんは夕食後、排尿介助をするたびに言います。「もう、おかえりですな」「あしたもお出るんですな」。「来てくれるんですな。そりゃ、ありがとうございます」。そして、しばらくは手をほどきません。森田エキさんも同じです。「ねえちゃん、もう帰るんな？」と心配そうにききます。「今度は夜勤の寮母さんが、森田さんのところに来てくれますよ」というと、やっと安心した様子です。

「幸ちゃんは、まだ迎えに来んじゃろうか。帰りたいんじゃが」と、何度も寮母室に来る日坂さん。私たちの帰り支度をみて、「私も一緒に連れ帰っちくれんじゃろうか」といいます。「そうねえ、日坂さんのお家は車でないと帰れないでしょう。今日は車が通ってないそうですよ」。いつものように苦しいうそをいわねばなりません。「そうじゃなあ、車が通らな仕方ないわなあ」と、ションボリしています。

夕ぐれは一層家が恋しいようです。

古庄志義男さんのうた「夕ぐれはわが家のことのみ思い出し、胸がジーンとしてきます」。

久住山は、朝夕任運荘を見守るように、おごそかにそびえています。この山を仰ぐお年より

の眼にも、深い想いがこめられているようです。久住山は万葉の時代は朽網山くなとも呼ばれています。万葉の人が愛かなしい想いをこの山に託して詠っています。

朽網山 夕居る雲の 薄れゆかば 吾は恋ひむな 君が目を欲ほり

長かった一日。そして、私の長い一日の記を、この歌で終わります。