男が介護する

千倍、万倍の力が出る 生命変革の「祈り」で！

伴走者 わたしと介護

営業畑で30年以上、紙専用の接着剤メーカーで働く、埼玉県川口市の松本充由さん（63）＝副圏長。会社近くに実家があり、4年前から1人暮らしの母・春子さん（92）＝女性部員＝の様子をよく見に行っていた。ある日、圧迫骨折でベッドから起き上がれない母を発見。入退院を経て回復したものの、一昨年には〝親の介護〟について家族で相談することに。きっかけは、民生委員からの連絡だった――。

松本さんが揚げたサツマイモをおいしそうに頬張る母・春子さん

最後の親孝行だ

「1人暮らしは、もう限界です」

民生委員は、認知症と思われる母の言動が目の離せないレベルと言った。

〝やっぱり、そうか……〟。実家によく顔を出してたが私も同感だった。

特に危険を感じたのはコンロの火の始末。煮物を焦がして鍋が真っ黒になることが何度かあった。なのに平然とテレビを見てる母。私は何も言わず、鍋の焦げを落とすとはめに。

ある夜、自宅にいると警察から電話があった。母が長時間、バス停にいるのを住民が心配し、通報したようだ。

〝徘徊〟。限界は決定的だった。

母の介護をどうするか――。自宅は狭く、母が寝泊まりできる所は無い。シングルマザーで働く娘も同居しており、妻（美樹枝さん＝67＝女性部本部長）は幼い孫の面倒も見てる。施設への入所は、本人が嫌がった。

〝俺がやるしかない！〟

2019年（令和元年）の年末、私が実家に同居して介護が始まる。職場では取締役で支社長という立場。職務を果たせるのか。会社や社員に迷惑は掛けられない。悩みを社長に打ち明けた。「母の介護で仕事に支障を来してしまうかもしれません……」

社長は「そういう理由なら構わないよ。最後の親孝行だ。頑張りなさい」と。ご両親をお世話した経験からだった。私は迷いが吹っ切れた。

あれから1年半余り。試行錯誤の母との生活は現在、こんな感じに――。

午前5時半に起き、2人分の朝食を作る。さけの塩焼きと母の好きなトマトを添え。寝ている母の様子を見て、出勤。会社まで車で5分の近さ。

午後に一度、実家に戻り、母が朝食を食べたか確認。まだ寝てれば起こしてあげる。朝食が〝昼食〟になる。

夕方、帰宅後は夕食の準備。煮物やとんかつなど。自ら〝食いしん坊〟と言う母。食欲旺盛でいいけど、勝手に出前を頼むこともあって困った。

夜は掃除と洗濯。ヘルパーさんには昼間、入浴を介助してもらってる。

母の状態は要介護2。つえを突いて一人でトイレに行けるから、私は仕事に出られる。つらいのは寝不足ぐらいかな。母が突然に大音量でテレビを見たり、外に出ようとしたりするので、私は不安で熟睡できない。

平日の午後、母の様子を見に戻る

妻と娘、孫のいる市内の自宅には、月1回だけ戻ってる。私の心遣いをもらいに（笑い）。滞在は1時間ほどで再び実家へ。母を一人にはできない。

生涯青春の挑戦

社長に言われた「最後の親孝行」。今も交流のある中学時代の先輩からは「親が生きる間しか、親孝行はできないぞ」って言われたこともある。

振り返ると、私は19歳で実家を出てから自分のことばかり。調理師として働く夢は、病気を患って断念した。

26歳の時に入会。父母に報告すると「御当番」って。次は結婚の報告まで5年間、帰らなかった。なので私たち夫婦が、広布の会場になるような家を建てる際、両親は応援してくれた。

その父が胃がんで08年（平成20年）にこくなると、母の生活は同居の兄が支えた。私は親の面倒を任せきりに。

妻の美樹枝さん（右端）、孫の蘭ちゃん（左から2人目）と一緒に

笑顔を忘れない

母は60代までの約20年間、この実家で駄菓子屋を営んだ。大人も子どもも大勢集まり、にぎわった。「人は人とのつながりがないと生きていけない」って語る母。その思いを尊重し書道で「和」としたため、部屋に飾ってる。

店を閉めて久しいけど、人が訪ねてくると今でも母はうれしそう。実家を離れて施設にはいりたくないと言う理由が分かってきた。だから、母の安全を考え、家をバリアフリーにした。

足腰が弱くなり、1人暮らしの時は「何もできなくなった」って弱音をこぼした母。私と暮らすようになると「今は食べるのが仕事」って、冗談を言えるほど元気になってきた。

私が若い頃に取得した調理師免許の腕前は今、介護で役に立ってる。母の好物はそばとうどん。特に、サツマイモが大好き。昔よく食べたんだろう。

「おばあちゃん、天ぷら、どう？」

「おいしいよ」

この一言に作りがいを感じる。でも最近、続けてこんなことを言われた。

「たまには豚肉が食べたいよ。近頃、けちんぼだね（笑い）」

肉も魚も、バランスよく出してるけど、これには参った。私の小遣いアップを妻と交渉しなければならない。

ありがたいことに、定年退職はまだ先の話。職場でも仕事と介護の両立に挑む後輩がいる。そうした模範の一つにも私もなれればと思う。

かつて壮年部の座談会から教わった、池田先生の指針が私の支え。「自身の生命に『梵天、帝釈、日天、月天よ、入りたまえ』と祈れ！――とう祈れば、一千倍、万倍の力が出る。これが生命変革の『祈り』である。『信仰』である。母の健康、長寿を願い剣に祈りながら、奮闘する日々。断して負けられない私の姿を、母はどう見ているのだろう。

「この人だけだよ。元気なのは」

心掛けてるのは、会社でも実家でも笑顔を忘れないこと。おかげさまで営業成績は毎月トップ。しかめっ面だと何事もうまくいかない。

優しい兄だけどと私が未熟だから、兄弟の仲は良いとは言えなかった。

その兄も病で、17年に入院。亡くなるまでの1カ月間、私は毎日見舞い、ひげをそってあげたりした。兄は最期に〝母を頼む〟って。それまでの感謝とともに、任せきりで〝本当に申し訳ない〟っていう思いが募った。

介護してると、母はよく独り言で兄を褒めてる。頼りにしてたのだろう。私は親不孝者のように言われ、名前を思い出してもらえない時もある。若い頃のことがあるから、何を言われても仕方ない。兄への罪滅ぼしもある。

全て信心で受け止める決意だ。

1985年（昭和60年）の9月29日、第1回「埼玉青年平和文化祭」で池田先生は私たちに呼び掛けられた。

「一個の人間として厳たる自分を確立することが大事なのです」

「〝自立の精神〟〝自立の人格〟を築きゆく、青春の日々の鍛えあっていただきたい」

今も、まぶたに浮かぶ渾身の指導。

母の介護は、過酷過ぎた私を人間として鍛え上げるチャンスなんだ。信心に定年はない。生涯青春の挑戦だ。

ただ、介護は一人で抱え込まないことが大切だともいわれる。家族とは連絡を取り、相談もする。母の医師が訪問する日で、私が仕事を休めなければ妻に代わってもらう場合もある。

妻がしっかりしてるから、私が実家で介護できる。夫婦で長年、母を折伏してきたけど、4年前、入会に導けた母への一言も妻だった。「幸せになるには信じしかないですよ」

SUNTORY

180粒（約30日分）
1日の目安（6粒）
4,860円相当 ➡ まずは、約1カ月分 無料でお試しください！
税込で175名様
●送料0円 ●初回限定 ●1世帯様1回限り

※180粒（約30日分）入りのパウチ品をお届けします。
ボトル品と内容量・品質等に違いはありません。あらかじめご了承ください。

お電話でのお申込み 0120-372-390
※携帯電話からご利用になります。［受付時間 9:00～21:00（土・日・祝日も受けます）］
●申込番号 FER3 とお知らせください。※受付日を2カ月間あのがないようご確認ください。

小パガキでのお申込み
宛先：〒105-8691 日本郵便株式会社 芝郵便局
郵便私書箱第28号 サントリーウエルネス行
※商品お届け時に必要となりますので、お電話番号は必ずご記入ください。
「パガキ・FAXの場合は、下記①～⑦の必要事項をご記入ください。
①お名前 ②ご住所 ③お電話番号 ④生年月日 ⑤性別 ⑥商品名
⑦申込番号「FER3」をご記入の上、ポストへご投函ください。

FAXでのお申込み 0120-456-303［24時間受付 土・日・祝日も承ります］
※必要事項（パガキの場合と同様）をご記入の上、送信ください。

【広告表現】●経典商品：約1ヶ月分のグルコサミン・アクティブ（無糖炭酸L-セット●価格税抜）2021年9月30日（木）迄（ハガキ・FAX・ネット申込は当日消印有効●通常価格：税込表示）●特典：1日目のみサントリーウエルネスからのエメール、電話、ダイレクトメールを お受け取りいただける方に限らせていただきます。ご連絡が取れない場合、商品の出荷を見送させていただく場合がございます。お初日以内に、サントリーウエルネスの他キャンペーンを利用されたお客様は対象外となります。※ご応募は、日本国内にお住まいの方に限らせていただきます。
※サントリーグループ、及び協賛企業様などに個人情報を提供することはございません。ご要望等がございました場合、ご了承の可は頂いた上、キャンペーンを利用していただいたことのある方に対面とさせていただきます。●応募方法：上記の電話または申込パガキ、FAXにて お申込みください。●対象：新規でお初お届の方。年齢条件20歳以上。年間条件20万円未満にお初けいたします。※本キャンペーンの応募資格は同封・実施されている他のキャンペーンと重複して応募できない場合がございます。●商標・登録商品の表記をもって ご ご了承ください。●本キャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。●お問合せ・ご協力を お願いする場合がございます。ご要望を切ったのにお電話はすいたくて 切ったがございます。※お客様に関する情報は、個人情報保護のプライバシーポリシーに従って、厳重に管理させていただきます。※配送業務に情報を必要としたに場合、事前に、ご本人様の了承を得ていただきますようお願いいたします。※ご購入、お申込みにあたっては「サントリーウエルネス利用規約」を遵守されていただきます。（利用規約はインターネットでご確認いただけます。http://333310.jp/KIYAKU/）

【商品のご購入を約束する】※お届分は ご注文受付日2～4日間（土、日、祝日を除く）。ご注文後、1日目（土・日・祝日を除く）の中に、お届分が出荷されます。※お届分が出荷されてからお届までは、通常1～2日間かかります。※お届分が出荷されてから、ご注文後、1日目（土・日・祝日を除く）の中に、お届分が出荷されます。※ご注文後、1日目（土・日・祝日を除く）の中に、お届分が出荷されてから、