人生の山を登り切る 負けじ魂ここにあり

大谷さんAに支えられて散歩する夫・賢一さん。「昔は俺が面倒見てたんだよなあ」と幸せそうに

伴走者 わたしと介護
自他共の幸福へ

小学校から12年間、創価学園に通う一人娘の卒業式。6年前の3月16日、東京都小平市の大谷美和さん(59)=副女性部長=は、指定難病と闘う夫・賢一さん(59)=副本部長=と参加した。突然、中継で創立者の声が会場に響く。「みんな、おめでとう!」「うれしいよ。続いて皆で、学園愛唱歌「負けじ魂ここにあり」の大合唱。夫妻の目から感動の涙が。この歌は二人が学園生時代に誕生した。心新たに〝病魔に屈しない〟と約し合う。

ところが2月後、想像を絶する試練が待っていた――。

諦めちゃダメだ

私の夫が50代前半の時に発症したのは、「多発性嚢胞腎」っていう腎臓が機能しなくなってくる難病。患者数は全国で約3万人ともいわれる。仕事は銀行の支店長を勤め終え、関連会社で働き始めた頃だった。

人工透析は自宅でやろう「腹膜透析」を選んだ。入院してカテーテルを埋め込み、前日に退院して参加したのが、高校生の娘〈美桜子さん=女子地区副リーダー〉の卒業式だった。

あの感動から2月後。早朝、夫の寝室から、うめき声が聞こえてきた。部屋を開けると倒れている夫の姿が。救急車で搬送され、待合室の私と娘が医師に呼ばれたのは夕方だった。

「脳幹出血です。それも橋出血といって、呼吸や嚥下など生命活動を担う繊細な部位。手術はできません。薬を投与しても血が止まらず、本人の生命力に委ねるしかない状態です」

深刻な事態に、がく然とした。夫の病は、まれに脳出血を起こすようだけど〝どうして夫が……〟って。脳死になる可能性も告げられ、SCU(脳卒中専門の集中治療室)で意識不明の夫を見た時、私は人目をはばからず号泣した。

そんな私を、創価女子高校(当時)時代の同級生が励ましてくれた。夫が通った創価学園・大学の仲間たちも。

同志の皆さんは「負けじ魂」と書かれた布に、寄せ書きをしてくれた。

〝家族が諦めちゃダメだ! 夫は今も生きようと頑張ってる〟って祈りに祈った。

一日3回、集中治療室で腹膜透析を私がしてあげる間、ラップの芯を夫の耳に当て、小さな声で題目を送った。娘は見舞うたびに、愛唱歌「負けじ魂ここにあり」を耳元で歌ってあげた。

入院して1カ月弱。夫の目がわずかに開いた。「私よ、分かる?」。反応なく閉じてしまった。さらに1カ月。今度は小さくうなずく。助かった!

この時、夫は透析のほか、喉に人工呼吸、腹部に胃ろうの〝穴〟があり、三つの管を使っていた。右半身までで左手がかすかに動くだけ。医師からは「リハビリでグー、パーはできても、チョキができたら奇跡です」って。

夫はリハビリに励んだ。落ち込んでなかなかいられない様子。約1カ月後、驚くの回復力でチョキができた。

それでも寝たきりで要介護5。退院後の在宅介護には不安だらけだった。どんな介護にするか話し合うと、私は〝このメンバーの一人として頑張ればいいんだ〟って心が軽くなった。

娘の美桜子さんHと3人で和楽の家庭を築いてきた

「よく来たね」

退院前、池田先生夫妻のことを手紙に書くと、「元気な姿を待ってるよ」って。これを目標にし、①気管切開を閉じて呼吸する②胃ろうの穴を閉じて口から食べる――など、20項目の具体的な願いを掲げた。

半年の入院とリハビリを経て、在宅介護に。透析も胃ろうも一日3回。お むつ交換は私かヘルパーさんが行い、入浴はデイサービスに頼んだけれど、車いすへの移乗で私は腰を痛めた。

家では意外と私のやることが多い。病院では気を張っていたんだろうか、今は気持ちが追い付かない。2カ月たつと私に休息が必要だった。一般的にはショートステイを使うけど、夫は透析があるのでレスパイト入院(在宅難病患者一時入院)を数日利用した。

その間、私は生命力を充電するのように頑張った。心に刻む1977年(昭和52年)の第5回希望祭。先生は関西校の〝娘〟に、長い人生においても、忍耐と努力の人に」と願われた。

〝今こそ、耐え忍ぶ時なんだ〟。そう覚悟すると、入院先の医師から「気管切開を閉じても呼吸できそう」って連絡が。思わず驚いた。夫は声を出しづらそうにしていたけど、これで会話できるようになる。

左手は手すりをつかめるまでに回復。トイレで用を足せるなど、徐々にできることが増えた。負けじ魂を燃やし、一つ一つ祈りをかなえていく。

もちろん夫も、学園生時代の誓いを忘れず頑張った。愛唱歌につづられた「いつか登らん 王者の山を」って。家の車に乗れるようになり、信濃町の絵本部へ。先生から「よく来たね。すごいね」ってご伝言を頂き、夫婦共にポロポロと涙があふれた。

その後、夫は口から食べられるようになり、胃ろうの穴もふさいだ。「左手でスプーンを口に運び、好きな物を頬張る。当初は想像もできない〝元気な姿〟を見ると、私は感無量だった。

この道を忘れまじ

在宅介護を選んだ私なりの理由がある。働けなくなった夫を施設に預けず、私がフルタイムで働く案もあったけど、〝介護のある日常生活が、誰かの役に立つのではないか〟って考えた。

池田先生は創価女子学園(当時)の創立に向け、これからの女性像を語られた。家事や仕事だけでなく社会的な問題にも関わり、創造的な才能を発揮する〝全体人間〟であるとっ、ちょうど、婦人部(当時)のコスモス平和大学校でも小説『新・人間革命』を通して学んだばかりだった。

介護をしながら最初に始めたのが、高齢者施設等で演奏するボランティア活動。かつて関西草一鼓部隊で受けた薫陶を生かし、皆さんに喜ばれた。

でも家では、介護ストレスで夫や娘に当たることも。私は人によく見せたい〝えええかっこしい〟なのか……人間革命したい!って心の底から思った。

先生は『新・人間革命』につづられていた。「いつも怒りっぽかったのに、怒らなくなった。笑顔で接するようになった。子どもの言うことを、ちゃんと聞いてあげられるようになった――それが、人間革命なんだ」って。

その頃、聖教新聞に怒りをコントロールする「アンガーマネジメント」について掲載され、その資格を取った。

目の前の〝一人〟を励ますために講演内容を準備する

介護に生かすと、夫は「世界一の妻になった」って。よほど私に怒られてたようだ。

その後は市から依頼され、介護家族やケアマネジャーさんに講演するように。ある家族は、たまにしか行けない遠距離介護なのに「会えばけんかに」って悩んでた。私の体験も話すと目に涙を浮かべ、元気になってくれた。

「他人の幸福のなかにこそ、自分の幸福がある」。学園で培った生き方が、いかに大切なのかを痛感する。

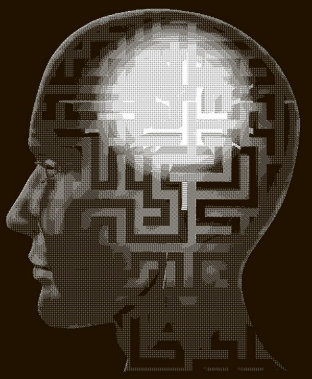
娘はイギリスの大学院を昨年修了して就職。車いす生活の夫は言語障がいもあるけど、今年4月まで関連会社で働き、経済的な負担は守られた。

私は今、大学時代に取得した免許を生かし、週3日ほど小学校講師として働いている。私らしく、介護で学んだ〝利他の精神〟で社会に貢献したい。

――青春時代、学園への交野の道で先生に声を掛けられた。創立者と共に生涯歩む。「この道を忘れまじ」と。

「あの人の名前は」「鍵かけたかしら」「今、何をしようとしていたかしら」

あれ?が増えてきた



「ノンアルツBee」には、年齢とともに低下していく認知機能のうち

第1 記憶力、第2 注意力、第3 集中力、判断力を維持する機能があります。

※1 日常生活において会話や読み書きなどの基礎となる言葉や文字・行動を記憶し、思い出す力
※2 必要とする情報に意識を向け、正確に対処する力
※3 情報を処理し正確に判断する力

こんなこと、ありませんか?
☑人の名前が思い出せない ☑「あれ?」や「うっかり」が気になる
☑集中力が続かない ☑運転をするのが不安だ

人とのコミュニケーションが減って、認知機能が気になる今だからこそ! 1つでも当てはまったらお試しください!

ご注文番号 11765
まずは7日分 ノンアルツ Bee お試しセット(1袋21球入) 無料 送料無料

今なら!専門医監修の頭の健康トレーニングブックもプレゼント!
※お試しセットは、初めて希望されるお客さまお一人につき1セット1回限り。

●お電話でのご注文 通話料無料 0120-38-38-38 ご注文の際には「9月25日の聖教を見たとお伝えください。
受付時間/午前8:00~午後9:00/年中無休

●ファックス・ハガキ 24時間受付 0120-38-8318
※ハガキ同様右記の内容をご記入のうえ、ご送信ください。

63 〒708-0393 岡山県吉田郡 岡野町町場 6番地 山田養蜂場 行
①9月25日 聖教新聞 ②お名前(フリガナ) ③郵便番号 ④住所 ⑤年齢 ⑥性別 ⑦職業 ⑧生年月日 ⑨メールアドレス (独身の方・同居者等をお知らせください) ⑩ご注文数量・商品名 ⑪数量 ⑫日時指定 ⑬アンケートの有無

●インターネット〈24時間受付〉 ノンアルツ Bee 検索
ご注文の際には連絡欄に「9月25日 聖教係」と入力してください。
スマートフォンでアクセス! 簡単にご注文できます。
「ノンアルツBee」をもっと詳しく

機能性表示食品 届出番号 F957
ノンアルツ Bee
90球入/約1ヵ月分
ご注文番号 1007
通常価格 8,000円(税込8,640円) 送料無料
日数・日安量 3球
●機能性関与成分:プロポリスエキス(アルテピリンCとして6mg、クリフォリンとして0.1mg)、クルクミン175mg、イチョウ葉由来フラボノイド配糖体28.8mg、イチョウ葉由来テルペンラクトン7.2mg、大豆由来ホスファチジルセリン100mg
■届出表示:本品にはプロポリスエキス、クルクミン、イチョウ葉由来フラボノイド配糖体、イチョウ葉由来テルペンラクトン、大豆由来ホスファチジルセリンが含まれるので、年齢とともに低下する認知機能のうち、記憶力(日常生活において会話や読み書きなどの基礎となる言葉や文字、行動を記憶し、思い出す力)や注意力・集中力(必要とする情報に意識を向け、正確に対処する力)、判断力(情報を処理し正確に判断する力)を維持する機能があります。
【摂取上の注意】●錠剤や食品は、噛むなどせずにお飲み込みください。●錠剤や食品は、乳幼児や小学生の手の届かない場所に保管してください。●本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。●本品は、薬ではありません。●本品は、薬との併用を避けてください。●妊娠、授乳期、お子様、お年寄り、病気の方などは、医師などに相談してください。●本品は、薬剤師・栄養士などの専門家に相談してください。●本品は、薬剤師・栄養士などの専門家に相談のうえ、お身体の状態・体質・体調に合ったものをお選びください。●1日の目安量を目安にお召し上がりください。●1日の目安量を超えて摂取しないでください。●1日の目安量を超えて摂取しないでください。●本品は、食品であり、疾病の診断・治療・予防を目的としたものではありません。●本品は、薬ではありません。●本品は、薬との併用を避けてください。●妊娠・授乳期、お子様、お年寄り、病気の方などは、医師などに相談してください。●本品は、薬剤師・栄養士などの専門家に相談のうえ、お身体の状態・体質・体調に合ったものをお選びください。●1日の目安量を目安にお召し上がり