

ご質問をめぐって（大村市在宅ケアセミナー）

いろいろご質問いただき、ありがとうございました。趣旨として共通するご質問が幾つかありましたので、まとめてお答えいたします。的確な答えにならないかもしれませんが、現場でお考えになる時の参考になれば幸いです。

「どんな言葉かけをしたらよいか」という質問に対して

皆さんが共通して悩んでおられることの一つは、死を前にしたご本人やご家族から、誰も答えられないような問いを投げかけられた時に、どんな言葉をかけたらよいか、ということです。率直に言って、どんな言葉も答えにはなりません。私たちにできることは、答えをすぐに出すことではなく、ご本人や家族と共に考え合おうとすることです。それは、投げかけられた問いをしっかり受け止めることから始まります。たとえば、ご本人が「まだ死にたくない」とおっしゃったり、ご家族が「もっと生きていてほしい」とおっしゃる時、その言葉を受け止めて、「そう思っておられるのですね」と反復して返すと、一言では表せない気持ちが迷いや戸惑いも含めて、ぼつりぼつりと話し出されることがあります。それが共に考え合うことにつながります。投げられたボールを受けて、そのまま返すと、次のボールが投げられる。その中で、ご本人やご家族の気持ちが次第にはっきりした形をとり始め、それが問いに対する答えになっている、ということをよく経験します。答えは、私たちの中にあるのではなく、ご本人が自分の中から見つけ出すものです。そうでなければ、ほんとうに納得する答えにはなりません。もちろん、一緒に考え合う中で、私たちが洩らす言葉がご本人の力になることもあります。

「死を受容するきっかけは？」「認知症の人がプラスに考えることができるのか」という質問に対して

死の受容に関するご質問がいくつかありました。「死の道を歩き始める」ために重要なのは、怒りや悲しみの感情を表出できることです。それができるのは「聴く耳」が差し出される時です。そのうえで、親しい人たちと共に穏やかな時間（「仲よし時間」と呼ぶ人がいます）を過ごす時、「死、yes」という態度が生まれてくると言われています。それは、周囲および自分との「和解」の時と言えるかもしれません。自分との和解とは、あるがままの自分を肯定することです。それが死を受容することだ、とホスピス医、山崎章郎が言っています。死に対してポジティブな態度をとるとは、自分自身の現在をポジティブに捉えることにほかなりません。自分をポジティブに捉えることができるのは、認知症

の方の場合でも（感情は最後まで残りますから）自分がほんとに大事にされていると感じられる時です。自分を大切にしてくれる人がそばに居るといふ安心感の中で、上述の「おだやかな時間」が流れるのでしょう。この「そばに居る」人は、家族とは限らず、介護者や看護者がその役割を果たすことが今後多くなるでしょう。

「ターミナルケアの方法は？」「ありのままに受け入れる方法は？」という質問に対して

「ターミナルケア」は、近年、「エンドオブライフケア」と呼ばれるようになってきました。これは「医学的に判定された生命の終末期のケア」という意味から「人生の終りの時期のケア」という考え方への変化を表しています。それは、人生の諸段階におけるケアと連続しています。私は、学童保育の問題、不登校生の問題、精神障がい者の抱える問題等々にも関わっていますが、その場合の基本姿勢は、今回お話ししたことと変わりありません。様々な生き辛さを抱える人たちとの付き合いが、ご質問にあった「相手をありのままに受け入れるトレーニング」だと思います。その中で、自分とは異なる経験やなかなか理解できない言葉を、そのまま先ず受け止めるという習慣が少しずつ身についてくるのではないのでしょうか。

内村公義