

# 三友会だより

第51号

平成22年7月22日発行  
宮崎市神宮西1-49-1  
TEL : (0985)32-2234  
<http://www.sanyu-kai.jp/>  
発行者 石川 智信

## 七夕の願い

石川智信

「ぜっ・た・い・よ!」と、短冊に願いを記して私に見せる。「言葉と身体が完全に元に戻りますように」。その時のまなこは、まるで童女のようにくりくりとしており、まっすぐ私を見据えていた。

妻はいつものように机に向かい、黙々と、閉ざされた言葉と音を結ぶ回路の修復をはかろうとしている。言語療法士から与えられた様々な宿題を、懸命にこなしている。毎日3時間以上、五十音表をなぞると音声に変えてくれる特殊な機器を使いながら、「わ・た・し・の・な・ま・え・は、い・し・か・わ・ま・さ・こ・です」などの文章を、繰り返し書いては発音している。

入浴中も硬くなった右手の指を伸ばしながら、「お・や・ゆ・び、こ・ゆ・び」と大きな声で発音している。時折、「ひ・と・た・ち・ゆ・び」と幼児語の発音になることがあり、私がわざと真似をすると、「もー、きらい」と言いながらぶい顔をそむける。しかしすぐに言いなおしをしてうまく発音できた時は、「どーお?」と得意気にすました笑顔を向ける。毎日毎日、それを繰り返している。受験生に戻ったかのようなのである。

わたしたちが当たり前のように思っている、手が動くこと、歩けること、おしゃべりができることが、ある日突然当たり前でなくなる。特にそれまで積み重ねてきた言語能力が一瞬にして破壊されることの恐怖は、どれほどのものであろうか。頭の中では言いたい思いや文字が渦巻いているのに、音として伝えられないもどかしさは、傍目で見えていても痛々しい。明るく振舞っている妻も、言葉がうまく出ないことが続くと、「何で・・・! もういや」と、机を叩きながら泣きじゃくることがある。そんな時私は、涙を拭きながらただ黙って抱きしめることしかできない。そして、「ここまで必死に頑張っている妻に、奇跡が一日でも早くもたらされますように」と神に祈るのみである。

しかし我が家の天使は、どん底に突き落とされた人間が這い上がっていくたくましさを教えてくれる。涙が乾く間もなく、「よーし、や・る・ぞー」と私の手を振りほどき、一度は机に叩きつけた鉛筆を再び手にして、テキストに向かっている。また、忙しくてリハビリを手伝うことのできない私の代わりに、私の父を使い始めた。朝私が食事の用意をしている間に、父をピアノの横に座らせて、「涙そうそう」の歌詞を教えもらいながら一緒に歌っている。父にとっても、一年前に他界した母のいない生活の中で、それなりの生きがいとなっているようである。「古いアルバムめくり、ありがとうってつぶやいた・・・」と全身でリズムをとりながら懸命に歌っている。その横顔をみやりながら、七夕の伝説に託した願いは、自らのたゆまぬ努力と周囲への感謝の思いを忘れない限り必ずかなえられるよと、確信を持ってつぶやいた。



# 特別寄稿

## 夫の発病

竹井輝子

平成12年2月8日、とても寒い日でした。いつものように書斎で仕事を済ませ、用事で出かける為に二階から降りてくる途中で突然に起こったのです。

全く前ぶれが無かったのです。身体は支えなければ転げ落ちるし、救急車は呼ばなければならぬし全くパニックの状態でした。この時妻一人では手がまわりません。幸いなことに姉が泊っていてくれたおかげで、意識をなくした夫をカーペットで支え階段から転げ落ちるのを防げたのです。

いしかわ院長の指示で古賀総合病院へ搬送・入院となりました。それからは治療とリハビリが続きました。二ヶ月半過ぎて今度は記念病院（温泉病院）でリハビリをしていただきました。そこを退院しましてからは、ずっといしかわ内科へお世話になっています。

院長先生の行き届いた治療とご指導、リハビリでは田原公彦先生に心のカウンセリングも交えながらやっていただきました。そして理学療法士・運動療法士の方々に誠意ある治療をしていただき、今もって職員の方々には大変お世話になっています。そんな皆様のおかげで元気になって御恩に報いなければならないと思うのですが、意志と行動が伴わないことが多々あって歯がゆい思いをしています。

ある頃から、いしかわ内科短歌教室を設けて下さいまして夫婦で参加させていただいています。伊藤一彦先生が年に一、二回おいでいただき大変活気あるご指導に盛り上がり楽しい会でございます。今後ともよろしくお願いします。



### 短歌

『右手病み 左手に杖もたれては  
さすことも無き 思い出の傘』

## 義母の名はチヨちゃん

坂本 明

『おくり人の準備は万全らしい・・・』

去年は夏風邪をこじらせ、喘息で二週間入院しました。先生に「風邪をひいたらすぐに病院に来なさい。一日遅れたら入院が一週間のびるよ。」と言われ「ありがたい事や、これからはちゃんと先生の言うことを聞かんと。」と言い、お陰でその後は喘息で苦しむこともなく元気で過ごしています。

しかし入院を境に、チヨちゃんは自分のおくり人の準備をはじめました。私はその現物を見た訳ではありませんが、段ボールの中には、寺の住職からいただいた戒名、お経の本、数珠、自分の一番好きな紫の着物、白の下着、お棺の中に入れて欲しいメモ、杖、メガネなど…。遺言状には、葬式は家族だけでよい、通夜はみんなでご馳走を食べ賑やかに送って欲しい、葬式代はしっかり貯金がしてある、などが書いてあるとの事。「まあ～いつでん迎えは来ていいがあ～、準備はできちよるかい、ワッハッハッ。」と笑い飛ばして、自分のおくり人の話をしました。それを聞いた私達は涙が出るほど大笑いをしてしまいました。「ねあか、のびのび、へこたれず。」のチヨちゃんの生き方には本当に頭が下がります。

『最後に』

今年も数えきれないほどたくさんの桜見物に出かけました。相変わらず私の助手席に座り、ドライブを楽しんでいます。

少々足が弱ってきたこの頃ですが、元気なうちに飛行機に乗せて秋の京都に連れて行きたいと思っています。まだ本人には内緒ですが…。

皆様方に楽しい三人の珍道中の報告ができるよう、私もチヨちゃんの見守り隊でいたいと思っています。

この特別寄稿「義母の名はチヨちゃん」は、前篇（三友会だより4月号）に続き、後編です。



## ～ボケないために、4つの大切なこと～

祇園デイサービス

田原 公彦

### 1 閉じこもらない

「家」という場所はほんとうに落ち着きます。どこに何があるか目をつむっていてもわかるし、自分の好きなように過ごせます。寝たいときに寝て、起きたい時に起きて、誰からも干渉されることもなく、自分中心に時間がまわります。しかし、それは逆に言えば何も考えなくていい、何も覚えなくていい、誰にも気を使わなくていい、何も決めなくていいということになります。

「家」から外に出るためには、どこにどうやって行くかを計画し、化粧や着替えなどの身だしなみを整えます。行った先で家族以外の人に会えば、いろいろと聞かれたり答えたりと会話がはずみます。家族とは話さないようなことをたくさん話します。話すためには思い出したり考えたりしなければなりません。それを「社会的交流」と言いますが、とにかく「家」から出かけることが大切です。そうしているうちに身体が単に「家」から出るといだけでなく、心もまた自分の中だけに閉じこもらなくなるのです。



### 2 想起と計画

今日一日の出来事を、あるいは先週や先月のことを思い出します。何をしたか、誰と会ったか、どこに行ったか、何を食べたか、何と言ったか、何を買ったか、何をもらったか、楽しかったか、何に感動したか、何に感謝したか等をできるだけ思い出します。今より前のこと（過去）を想起し、頭に描くだけでなく文字にする（日記を書く）、誰かに話すなどしましょう。

そして、次にこれから先のこと明日、来週、来月、来年のことを計画します。明日はこうしようとか、来週友達に電話しようとか、来年はどこへ行こうとかとにかくこれから先のことを計画します。それも抽象的にではなくできるだけ具体的に考えます。「読み書きそろばん」のそろばんは単に計算をするということではなく、「そろばん勘定」、つまりどうやって儲けようかと企てること、それが呆け防止に効果的だと言われています。



### 3 人の役に立つ

「働く」という字は人が動くと書きます。また「はたらく」は「はた（周りの人）を楽にする」とも言われます。自分が動き、そのことで周りの人達が楽になる、つまり人の役に立つということです。人の役に立つということはまだまだ自分は捨てたもんじゃないということ、人としての役割があるということ、誰かに必要とされていること、生きている価値があること、そして今こうして生きている意味があるということです。それは、階段をおぶって上がったり、重たい荷物を持ったり、そんな肉体的な人助けでなくてもいいのです。悩んでいる人のそばで「辛いね」と言って一緒に悩んであげるだけでも立派にはたらくをすることです。もし、相手に感謝されればこんな自分でも嬉しくなり、また何か役に立ちたいと思います。今度は何をしようかと考えます。それが呆け防止です。



#### 4 こだわり過ぎない

世の中、正しいことと間違っていることの二つしかないと思っている人がいます。でも、白か黒かどちらかにしてよ！と言われても灰色の場合もあるのです。この灰色が気に入らない、納得がいかない、妥協ができない、はっきりしないと気がすまないという人は呆ける可能性が高いといわれています。いずれ、少し物忘れが始まってきたときに、ほんのちょっとしたことを忘れてしまう自分が許せなくなります。まったく完璧に覚えることができていた自分と比較して、完璧なあの頃にいつまでも執着し、物忘れのある自分を否定してしまいます。そんな自分を他人にみられたくない、人と会うのが嫌、きっと陰で自分の事を呆けたんじゃないかって言っているに違いない、もう誰も信用出来ない、信じられるのはお金だけ、そうして閉じこもり、思考がとまります。右でもなく左でもなく真ん中でもいいか、少々失敗してもいいか、そう考える人は呆けません。「いいかげん」ではなく「いい、加減」に自分を調整出来る人は呆けません。こんなことも忘れてしまつてと嘆くのではなく、まだこれぐらいの物忘れだからどうってことない！とプラスに考えることができればきっとボケは引き返していくでしょう。

さあ、あなたも将来ボケないために、早速、外に出かけて誰かの役に立ち、たとうまくいかなくても、くよくよせずに、冷静に振り返り、また次の計画を立てましょう。

### 第45回祇園地区大運動会



運動会の花形、リレーです。



なかなかうまくいきません。



院長夫妻も応援に駆けつけてくれました。



祇園デイサービスの職員は、毎年準備委員で参加しています

本年も祇園地区の大運動会に参加しました。

今年は、若い（新卒）男性職員が入り、大活躍でした。（?）

来年は、院長もリレーで走るべく、トレーニングに励むとの事でした。

祇園地区の皆様。来年もよろしくお願いします。

（職員一同）

## 『勝てば官軍・・・』

ディケア 甲斐 俊二

ワールドカップ南アフリカ大会もスペインの優勝でおわり、われらが日本チームもベスト 16 に入り、素晴らしい結果を残してくれた。大会開催前は、「勝てない」「得点がとれない」という試合が続き、岡田監督をはじめ選手の方々には、大変厳しい論調が多く、「直ぐに止めるべきだ」という過激な意見もあったようだ。ただ、フタを開けてみればこの様な結果となり、マスコミをはじめ多くの国民の岡田監督や選手たちを称賛・評価する声が大半となった。「勝てば官軍・・・」という言葉があるが、やはり結果は大きく物を言うのだなと改めて感じた出来事であった。今回の事もそうだが、我々はどうしても目の前の出来事にとらわれ、短いスパンで物事を考えてしまうところがあるのではないだろうか。少し長い目で、余裕を持って物事をみたり、聞いたり、考えたりすると、実は違う結論や違う結果を導き出せるのかもしれない。今回のワールドカップ日本代表をみていて、改めてそう感じた。(と、カッコいい事を言っているが、斯く言う私も、「日本代表はダメだ」と言っていた一人で、岡田監督と代表選手の皆様に心よりお詫びする。)

## 新人紹介

福島 美樹 (祇園デイサービス介護職)

4月16日より 祇園デイサービスセンターに介護スタッフとして勤めさせて頂いております。

みなさんと楽しく仲良く過ごしていきたいと思います。  
宜しくお願いします。



## お知らせ

左記の『宮崎県医師会 医家芸術展』に万佐子先生が作品を出展します。

日々、リハビリに励みながら、書かれた力作ばかりのようです。

皆様方も、是非 足を運んでいただきたいと思います。

次号で、この展覧会の事をご報告できると  
思います。お楽しみに!!

第 11 回  
宮崎県医師会 医家芸術展

展示期間：平成22年8月25日(木)  
～29日(日)

場 所：宮崎県立美術館 2 階  
県民ギャラリーⅠ・Ⅱ



## 【編集後記】

ようやく梅雨も明け、いよいよ真夏の到来です。

今年は、宮崎県を「口蹄疫」という大変な出来事が襲い、畜産業の方々だけではなく、多くの県民の生活を脅かす事となりました。口蹄疫で被害を受けられた方々には心よりお見舞い申し上げます。ただ、ここにきて何とか終息の兆しが見え、少しホッとした感じを抱いているのは、私だけではないと思います。このまま終息し、以前の様な生活が取り戻せる事を願うばかりです。(甲斐)

