

いのちの受けとめ手になるということ

工藤 うみ¹⁾

1. 「いのちの受け止め手」という言葉

看取りは、コミュニティ（地域）の中で一人ひとりが参加できるボランティア活動であり、死んでいく人の世話を通して生死（いのち）を学ぶことである。死んでいく人の世話を通して、人には逝く力があること、人は看取る力もあることを知ること、人の人生の最期に関わろうとする人（＝いのちの受け止め手）を増やしていくことが、いま、とても大切になってきている。

2. 終末期医療の変化

ではなぜ、いま、「いのちの受けとめ手」を増やしていかなければならないのか。その背景には終末期医療の変化があり、具体的には次のようなことが挙げられる。

ひとつ目に、死を迎える場所と死を看取る人たちの変化がある。死を迎える場所が病院ではなく地域へ移行しており、死を迎える場所として自宅だけでなく、高齢者ケア施設や高齢者住宅も増えている。それに伴い、医療従事者だけでなく福祉専門職や家族が看取ることが増えてきている。

ふたつ目に、終末期医療の内容の変化がある。いのちの長さを伸ばす治療より、いのちの穏やかさを作る治療（緩和ケア）が重視されるようになってきた。また、いのちが元々持っている力を活かし、自然な形の死を作る方向へ医療の内容が変化している。

終末期を迎える場所の変化に伴い、家族、介護職などの福祉専門職、緩和ケアや終末期ケアの専門ではない看護師であっても、十分に受け止めることができるいのちの形を作る必要性も増えてきている。さらに、どんな医療をするのか、またはしないのかは、医師が決めることでなく、本人・家族の意思が尊重されるようになってきている。

3. 筆者が看取りの現場で経験した印象深い看取りの紹介

このように、「いのちの受け止め手になること」の必要性は、社会の変化や医療の変化によって説明することができる。加えて、筆者はそのこと以外にも、いのちの受け止め手になるという経験が、その人の人生の質を豊かにする可能性を秘めていると考えている。そのような考えに至った経緯は、筆者の看取りケア実践経験にある。筆者は4年間務めた特別養護老人ホームでの看取りで、初めて「本当に人を看取っている」感覚をおぼえた。特別養護老人ホームに勤める前にも終末期ケアの現場にいたのにもかかわらず、きちんと人を看取っている感覚は初めてだった。人のいのちを、自分なりにしっかりと受け止めたと感じられたその経験が、今の自分の根幹を作り、現在までも日々の仕事や生き方に良い影響を与えてくれている。ここでは、私が見てきたいのちの様々な最期の姿を、少しではあるが紹介したい。（故人が特定されないよう、設定を一部変更させていただいた。）

1) 思い出が詰まった場所で

職員として長く務めた老人ホームに要介護状態になって入居したAさん。職員時代からの顔なじみも多く、長い間穏やかに暮らしていた。ある晩Aさんは、夜間に意識消失し、病院に救急搬送となった。脳梗塞であり、状態の回復は見込めないだろうという医師の診断であった。医師からは、経管栄養か中心静脈栄養か、どちらかを選ぶよう家族に説明があった。Aさんの意識は戻らないままであった。Aさんと家族は以前から延命治療は望まないことを意思表示していた。しかしその時、家族は、「いざとなると延命を選びたくなる」と悩む気持ちを看護師に打ち明けた。翌日家族は、医師から提案された治療をどれもせずに、退院し元居た老人ホームにAさんを帰宅させることを決めた。家族が、Aさんの耳元で、「ホームに帰るんだよ」と伝えたと、言葉はないものの顔をくしゃくしゃにして喜ぶ様子が見られたとい

1) 弘前医療福祉大学保健学部 看護学科（〒036-8102 青森県弘前市小比内3丁目18-1）
（令和4年11月5日 本学で講演）

う。Aさんは、住み慣れた場所に戻り、聞きなれた馴染みの職員の声に囲まれて、退院後12日目に逝かれた。

2) 家族を救った一杯のラーメン

Cさんは、認知症のため入居し、老人ホームでの生活も数年目になっていた。ある日の昼間、突然、意識消失し、発熱と共に間欠的な痙攣発作が始まった。県外に住む息子に電話連絡し状況を伝え、息子は、「もう色々な治療で苦しませたくない。救急搬送せず、そちらの老人ホームで最期までお願いしたい」との希望を看護師に伝えた。思い起こせば、Cさんはこれまでも持病で入退院を繰り返してきた人であった。老人ホームの嘱託医から、このまま数日で亡くなることもあることが伝えられた息子は、仕事を休み、妻と二人で老人ホームの近くのビジネスホテルに長期滞在しながら、毎日母親を見舞った。朝から面会にきてそばに寄り添い、昼食時に一旦ベッドのそばを離れ、午後は夕方までまた寄り添う、ということを数日繰り返した頃、息子夫婦に疲労の様子が見られることに看護師が気づいた。ホテル滞在で冷たいものばかり食べているかもしれないから、せめて温かいものを食べてもらおうと、看護師は、出前のラーメンを注文することにした。いつものように朝から面会に来た息子夫婦に「私たち、今日のお昼、ラーメン出前するんですけど、一緒にどうですか。」と看護師が声をかけると、息子夫婦の表情がぱっと華やいた。Cさんはその数日後に亡くなられたが、帰宅される際に息子は、「あの時のラーメンに救われました」とスタッフに頭を下げた。

3) 納得は後からやってくることも

長く過ごした老人ホームで最期を迎えたMさん。老人ホームで最期を迎えることはMさんの希望であり、息子もそれを支持していた。しかし実際は、「父が望んでいたことだとわかってはいても、病院で治療を受ければもう少し生きることができたのかもしれない」と後悔があったという。納棺の際だった。納棺士がMさんの遺体に触れながら、「本当に綺麗なご遺体ですね」と息子に声をかけた。その言葉に息子は、ハっとしたという。「遺体の綺麗さが父の最期をすべて物語っているのではないか。それを見ないでいて、何を自分は後悔していたのだろう」と。父親が最後まで大切にされていたことに、納棺士の言葉を通して気がつき、その時やっと、父親と自分の決めたことに納得することができたという。

4) 死んでいくことは優しくなること

Sさんは、ひどい暴言によって家族や近隣住民とのトラブルが続き、自宅に住み続けることができなくなり老人ホームに入所してきた。入所後すぐに口内炎ができ、

その口内炎があつという間に大きくなり、病院を受診したところ、口腔底がんであった。治療は不可能との診断で、緩和ケア病院を紹介された。緩和ケア病院に入院する予定で準備を進めていたが、病棟を見学した際、Sさんが「ここには入院したくない。今いるところにいたらダメか?」と話した。Sさんの言葉を受け、看護師は老人ホームで看取る方向で様々な調整を行い、なんとか手筈を整えた。目に見えて進行する癌の看取りは初めてだったので、スタッフの動揺もみられた。そうしているうちにもSさんの腫瘍はどんどん大きくなり、食事も発語も困難になった。発語が困難になったことで予想外のことが起きた。家族とのトラブルの原因であり、スタッフに対しても見られていたSさんの暴言。この暴言が、言葉が話せなくなったことによって無くなり、表情までも穏やかになったのである。ケアを受けた際は、スタッフに対して手を合わせて頭を下げる様子まで見られるようになった。暴言をぶつけて人を困らせていたSさんの面影は全く無くなっていた。

進行中のがんを抱える身であったSさんは、死に向かって穏やかさと優しさが増えていった。Sさんはある日の朝方、呼吸停止を迎えた。午前3時すぎに巡回した介護職員は、「ドアの方を向き、誰かを見つめているようだった」とその様子を介護記録に記していた。さらにその1時間後、呼吸停止を発見した介護職員は、Sさんの頬に涙が一筋伝っているのを見つけ、介護記録にその様子を記した。亡くなった日は、ちょうど、若くして亡くなったSさんの長男の命日であった。

4. 地域で看取ることの良いところ

医療従事者以外の様々な人々がいのちの受け止め手になり、地域で看取ることについて考えてみると、次のような利点がある。まず、好きな人や馴染みの人、家族のそばでさいごまで過ごすことができる。好きな食べ物を食べ、気持ちいいお風呂に入り、誰かに手伝ってもらえば散歩に行くこともできる。好きな音楽をかけることもでき、窓からは見慣れた景色、窓から入ってくる気持ちの良い風に当たることもできる。医療行為ではない、いのちが欲するケアが可能になる。死に逝く人もそれを見送る人も、皆がリラックスできる場所であることも大切である。なぜなら、死に逝く人がリラックスしていることで、お迎え（現象）がくるからである。これらが全て天然の鎮痛剤となり、苦しみの少ない穏やかな死をむかえることができる。

いのちの受け止め手になる側にも、様々な良い影響がある。死に逝く人のそばにすることは、決して辛いことでなく、むしろ死に逝く人の穏やかさを私たちが分けて

もらっている時間である。また、死に逝く人をケアすることで、私たちは自分の死を思い、今をどう生きるかを考えることにつながっている。

5. おわりに

死を遠ざけず、そのプロセスをしっかり見ることが、生きていく力につながることを、私は亡くなった方々から教えてもらった。様々な気持ちに揺れながらも、最後の瞬間に居合わせることで、自己信頼につながるのだと思う。しかし、どうしても目を逸らしたくなるイメージが死にはある。ゆえに、多くの人が死の中にある貴重なものを見落とし、生きる力を得られる機会を失っているように思う。

最後に、韓国の詩人ナ・テジュの『草花』という詩を紹介したい。

つぶさにみてこそ美しい
長い間みてこそ美しい
君もそうだ

この詩を読んだとき、特別養護老人ホームで看取った方々の顔を思い出した。

いのちを見つめ、いのちの受け止め手になろうとする人がひとりでも多く増えていくことを願っている。

6. 公開講座のテーマを考える際に読んだ本

- 1) 山崎章郎, 二ノ坂保喜, 米沢慧: 市民ホスピスへの道 〈いのち〉の受け止め手になること. 東京: 春秋社, 2015.