

琉球新報 2017年12月3日

き々
「哲楽家」
紀

今年、11年間で共に過ごしてきた祖母を看取りました。キーパーソンである母をサポートすべく、最後は、2度の入院、24時間体制での在宅介護、施設入所と、5日に一度眠れるかどうかの過酷な4カ月でした。

「おばあ様は、本当に幸せでしたね」と、会う人ごとに言ってもらいますが、私には悔いが残るばかり。仕事では介護の現場にもかなり関わっていたのに、こんなにも現実を知らずにいたことへの衝撃は大きく、一番は「知識のある人」と「介護経験のある人」とのちがいでした。



当時の私は、「プロは、答えを持っている人」だと思っていました。ところが、高齢者は百人百百色!

東風

「介護うつ」体験記

正解はなく、日々変化の連続。体力も限界で「もう何がなんだかわからない、ミステリー!」とぐちゃくちゃに私に、介護経験を持つ親しい医療関係者のひとは、私と母にとつて大きな転機となりました。

「そうなのよ。本当にまだまだ未熟な分野だから、いつもそばにいるあなたたち家族が一番の主治医。自信を持って向き合って!」

他人任せにせず、自分の感覚を信じることに。介護の知識だけでなく、「経験」を持つている人を見つけ、力をもらうことが大切。

反省と後悔の気持ちを込めて、あの時の自分と、いま介護をしている人に伝えたいと思います。

介護経験を持つ人は、意外と身近にいます。ただ、自分から話さない場合も多いので、まずはあなたから話してみてください。一人だと悲劇的でも、誰かと話すうちに喜劇に思えて、笑えることもありました。

涙が止まらない私に、同じ経験を持つ友人がくれた言葉を贈りますね。「泣き虫は、これからステキな蝶になるよ」私もまだ回復の途中ですが、誰かの小さな力になれたらと願いつつ書きました。

あした、転機になあれ!

1975年那覇市生まれ。98年早稲田大学第一文学部哲学科東洋哲学専修卒業。「ラララっりっぼっ」ヒットを機に、「哲楽」を歌って届ける電波堂劇場オーナー。2004年7〜12月に「南風」執筆。