

もくじ

家族力大賞に寄せて

東京都社会福祉協議会

会長

古川 貞二郎

東京都知事賞

「自主保育」地域で子育て

合田 美江……………3

東京新聞賞

地域のつながりとは何か

矢部 茜……………11

東京都社会福祉協議会会長賞

親になるということは…

中谷 義人……………19

コミュニティこそ 家族力

岩田 恵子……………26

父の心、僕の心

岡部 憲和……………33

運営委員会委員長賞

愛の循環（順環）―介護の試練で得たもの―

鈴木 廣子……………41

「車中の天使」

原 眞澄……………46

孤立よさらば 明るい明日へ

島 朝子……………53

「地域力」

佐竹 隆一……………59

頑固じいさんのおしゃべり

小山 絢子……………65

「おばあちゃん、僕のを使ってね。」

島 恵利……………70



離れていても、つながっている	高橋 ライチ……………72
ドナーとしての息子を見送って	佐々木 直子……………79
子育て支援ボランティアに参加して	内藤 俊子……………85
私の生きる力	草野 律子……………91

(東京都社会福祉協議会会長賞、運営委員会委員長賞は受付順で掲載しています)

家族力大賞'12『家族や地域の「きずな」を強めよう』資料

※作品の著作権は東京都社会福祉協議会に属します

作品の個人名の表記については、作者より、ご本人の了解をいただいています。一部仮名の場合もあります。写真についてもご家族の了解をいただいています。

家族力大賞に寄せて

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会 会長

古川 貞二郎

昨年は、東日本大震災の経験をふまえて、安らぎと幸せの社会を築くべく、各分野において取組が進められました。東京にも、被災された方々が移り住まれております。地域のつながりや親族の支えもない都会で、新しい生活を始められたご心労、ご苦労は、さぞや大変なことと心からお見舞い申し上げます。その厳しい状況下で、被災された方自らが行動を起こし、寄り添い、助け合う新しいつながりが生まれているとのうれしいたよりも届いています。

また、昨年のロンドンオリンピックでは、水泳のリレー、男子体操、フェンシング、アーチェリー、女子サッカーなど団体競技で多くのメダルを獲得し、日本人の連携、協力、共同して物事に対処していく姿が、改めて認識され、国民に大きな力と勇気を与えてくれ

ました。

一方、一人暮らしの高齢者、子育て世帯、障害者世帯、若者などの孤立が深刻な社会問題となつている今、家族と地域の人々の、きずなやつながりを再生するシステムが求められております。人々自らが、多世代や多様な人々の交流の場や居場所を作る等助け合いの創意工夫等により、豊かな地域社会への新たな展望の兆しが芽生えてくるのではないかと期待をするものであります。

平成19年度から始めた「家族力大賞」。今年度も「家族や地域の『きずな』を強めよう」をテーマに、自分の身のまわりでおこった体験談を募集しました。多くの心あたたまる体験談が寄せられました。

夫の転勤で東京に引越し、孤立した子育てに陥った母親が、地域の自主保育グループに出会い、自らも子育てグループで活動をするようになった話、自分の家が町会の班長になったことから、地域とのつながりを考えるようになった中学生の話、障害を持つ子を里親として育て、後に養子縁組をして、その子がスペシャルオリンピックスに出場した話など、書かれた方々の、思い、共感、連帯感、課題に立ち向かう力強さなどにあふれ、家族

や地域の新しい関係を築くための多くのヒントが含まれております。これらの実践と体験が、家族や地域のありかたを考え、地域の力を高める一助となれば幸いです。

東京都知事賞



「自主保育」地域で子育て

合田 美江

私には2人の息子がいます。現在12歳と7歳です。夫は転勤族で、長男が1歳の時に東京に引越してきました。夫はご多分に漏れず、帰宅時間は常に午後10時過ぎという企業戦士。彼自身、自分が過労死しないか勤務時間を気にするほど疲れていました。当然それは家族にも影響がでます。家に居ない夫、居ても疲れているので休んでいる夫。私も夫も実家は遠くなので親戚も、知り合いもない場所で、話も満足にできない幼い息子と毎日、毎日二人きりで過ごすこととなりました。「孤立した子育て」に陥ったのです。

それまでいた大阪は駅前に住んでおり、歩いて5分ほどのところに児童館などの公共施設がありました。そこでは育児サークルに楽に行き、学生時代からの友人が近くにいたので問題がありませんでした。東京に引越してきた場所は住宅街で国分寺崖線の崖の下、

近くに公共施設や商業施設さえありません。最も近い児童館に非常に急な坂を、歩いてベビーカーを押して登り行くと30分近くかかっていました。坂が急すぎて持っていた自転車は使えません。子どもの病院に行くにも同じ状況です。運転はできるのですが、行った先での駐車場に困るといふふう突然環境が変わってしまいました。その環境の変化に全く対応できずイライラはつのもり、息子と二人きりでどう過ごそうかと試行錯誤してしまいました。

ありがたいことに近くに公園と多摩川の河原がありました。身体を動かすことが大好きな息子連れ公園に行きました。ところが息子はじっとしていませんので、息子を追いかけると公園に来ている他のお母さん達と話をすることができません。私が疲れ公園にいられず、1時間ほどで帰りました。また多摩川に散歩に行っても同じ、親子二人だけだと面白くなくて30分程で帰ることとなりました。このままでは子どもを育てられない！と考ええ早く育児サークルを探さなくてはと思ったのです。

ちようど公園の掲示板に「自主保育 野毛風の子」というグループのチラシが貼っていました。その内容は「子どもを幼稚園に入れないで、母親同士が交代で預けあいをしていきます」とありました。「?」となりました。幼稚園って義務教育だと思っていたから

です。対象年齢が「0歳から6歳」とあり、近くの多摩川の河川敷でやっているというので、とりあえず見学に行く事にしました。行った場所は、等々力溪谷から流れてた川が多摩川の本流に交わる所で、私が散歩で行かなかったところでした。流れの緩やかなその場所です。テトラポットに引っかかった枝や食品トレイなどのゴミ（笑）でのびのび遊ぶ子ども達と、その子ども達を楽しそうに見ながらおしゃべりしあうお母さん達。息子はすぐに私から離れて、石を川に投げて遊び始めました。息子が離れたら、そこにいたお母さんが近づいてきて色々な話をしました。気がついたら3時間近くその場所でしたのです。その時、自主保育というのは何か分からなかったけれどももちろん入会しました。

自主保育とは外遊びを中心として、母親達が保育者となり幼稚園年齢の子どもが小学校にあがるまで幼稚園のかわりに毎日過ごすところです。だいたい子ども3人に対して母親1人が交代で当番になります。私達のような未就園児の親子は週2回、親子で参加して幼稚園年齢の子や他の子達と一緒に遊んでいます。そこでは体験を通して子ども自身を考え、何かを感じられるようにケンカを見守り、大人が先回りして口出しをしないようにしています。そのためにミーティングを重ね、母親自身の気持ちを深く話し合います。そして、「自

分の子も他の子も同じように」という思いを大事にしながら過ごします。

私は、入会してから生活がすっかり変わりました。息子と二人で退屈しなくなったのももちろん、私自身が社会と繋がったという気持ちでした。私は私の居場所が必要だったのです。そして子育ては仲間のお母さん達みんなが手伝ってくれます。息子の性格を考え、その場の対応はどうしたらいいのかをそのお母さんなりに考えてくれます。息子達は多くの大人達に見守られて幼少期を過ごしました。

また、「自主保育 野毛風の子」は皆さんご近所。歩いて10分ぐらいの所に住んでいます。そのおかげで活動以外でも私自身が病院に行くときなど2歳だった息子を預かってくれ、移動が大変だろうからと自動車で迎えに来てくれと、それまでできなかった事が仲間のお母さん達のおかげで随分とできるようになっていきました。また、先輩お母さんとして子育て相談にもなってくれました。駅前で「顔見知り」に会うことが増えていきました。活動で使う児童館の職員さんや活動中に知り合った近所の方達とも街中で声を掛け合えるようになりました。

私がこの「自主保育 野毛風の子」に家族力を特に感じたのは、かつては野毛風の子に

所属していても小学生になった子どもの一人が話してくれた時でした。「私がお母さんとケンカして家出した時はね、誰々さん家か誰々さん家に行くの！」。ああ、この子にとって野毛風の子の仲間は親戚なのだ、家族なのだ。そしてある時「いつも先輩達にお世話になってるのに、私からはお返しが無くていい」と伝えたら、「私達にお返ししなくていいのよ、あなたの子どもが大きくなりあなたが色々な事ができるようになったら、その時側にいる小さな子どもを持ったお母さんに返してあげて、私達も先輩達からそう言われたのよ」と返ってきました。

結局、私は「自主保育 野毛風の子」に11年近く所属することとなり、新しく入会するお母さん達を受入れ、こちらが与えるだけでなく新しく入会する方達からのパワーをもらうことになりました。今では、先輩達を含め、歩いて10分以内の場所に10件近くの仲間がいます。息子達は私が留守の時、鍵を忘れたと言っては誰かの家に行きトイレを借りたり、電話を借りたりしています。お互いに助け合い、具合の悪いお母さんのために他のお母さんが食事を届けたり、子どもを活動以外でも預かったりと深い関係ができています。

さらに私はこの自主保育活動を通して「人に迷惑をかけてはいけない」という考え方が

「迷惑をかけるのはお互い様」という考え方に変わりました。道を歩いている時でさえ、周りの人の目を気にして何も理解できない幼い我が子に「ああしなさい、こうしなさい」と言っていました。今は自分の子にはもちろん先輩お母さんとして、騒いでいるお子さんに対し温かく見守る気持ちがありました。もしかしたら、社会全体が少し「人に迷惑をかけてはいけない」という窮屈さを取り除き、子どもや他の人を温かく見守れると本当の意味での少子化対策ができるのではと思うことがあります。子育て支援をするのは保育園だけではいけないのです。家で主婦として頑張っているお母さん達も温かい心をもって支援してあげて欲しいと思うことがあります。それが地域力や絆なのです。私は「自主保育 野毛風の子」に出会えた事で、幸せな子育てをすることができました。「自主保育 野毛風の子」を卒業した今は、他のお母さん達にも、地域での子育ては楽しいって気持ちも味わってもらいたいと思い「地域で親子の遊び場づくり居場所づくり」の活動に参加しています。そして私の息子達は今現在も、地域の人達に育ててもらっています。

東京新聞賞



地域のつながりとは何か

矢部 茜

「回覧板です。よろしくお願いします。」

「ご苦勞さま。ありがとうございます。」

我が家が町会の班長になった今年四月から、回覧板と広報誌を配りに行くことが、私の毎月初めの恒例行事になっている。

班長になったことで、町会活動のお知らせが家に届くようになった。その中には、公園の清掃活動や古紙回収など、私の知らなかった活動もあった。そして、そうした町内活動によって私達は住みやすい地域を作り、安全に暮らすことができるのだと分かった。だから私も公園の清掃活動に参加してみた。始めは少しいいややっていたが、終わるとなんだかすっきりした気分になった。こうした町会活動に参加して周りの人を助けるのは、と

てもいいことだ。さらに顔見知りの人も増えれば、困ったときに助け合える。

私には、地域のつながりがあったおかげで助かったという思い出がいくつもある。一つ目は、洗濯物のことだ。洗濯物を外に干していると、強風で飛んで行ってしまったり、雨にぬれてしまったりする。そんな時、隣の家の人が飛んで行った洗濯物を届けてくれたり、「雨が降っていますよ。」

と教えてくれたりする。そのおかげで助かったということは何度もある。だから私も、自分の家に飛んできた洗濯物を届けに行ったり、雨が降り出したことを知らせに行ったりしている。二つ目は、私が小学三年生の頃のことだ。私が学校から帰って来ても家に誰もいなくて中に入ることができなかった。そんな時、近所の人が、

「おばあちゃんがいらないなら、帰ってくるまで私の家についていいよ。」
と声をかけてくれた。別の日には、

「おばあちゃんなら、さっき買い物に行ったよ。」

と、祖母の居場所を教えてくださいました。どちらも夏の暑い日だったので、とても助かった。三つ目は、私が四年生の頃のことだ。私が父との待ち合わせ場所を間違え、迷子になって

いた時、

「電話してみる？」

と、携帯電話を貸してくれて、父と連絡をとることができた。このように、地域のつながりがあると安心だし、自分の身を守ることもつながるのだ。

しかし、あるマンションで隣の部屋のピアノの音がうるさいからという理由で、殺人事件が起きたということを知った。最近では、自分の隣に誰が住んでいるかも分からないということがあつた。私は、地域とのつながりがなければ、自分の周りの人を知らないから、そういうことが起こるのではないかと考えている。私の左隣の家の人は、ピアノを習っている。毎日のようにピアノの練習の音が聞こえてくる。上手だから、毎年校内音楽会のピアノ伴奏も務めている。十月頃になると、自分のレッスンと音楽会の練習とで、夜おそくまで音が聞こえるのだ。しかし、私はそれをうるさいとは思わない。なぜなら、一生懸命練習しているのを知っているからだ。それに、私も夜中にフルートをふくことがある。私の場合は、ときどきふくくらいで毎日やったりはしない。そう考えるとお互い様だし、毎日練習している彼女の方がえらいのだ。だから、うるさいとは思わないの

である。右隣の家では赤ちゃんが産まれ、夕方になると、泣き声がよく聞こえてくる。しかし、これもうるさいとは思わない。その子がお風呂嫌いなことを知っているからだ。それに、自分だって赤ちゃんだった頃はよく泣いていたかもしれないし、赤ちゃんは泣くことで、相手に自分の気持ち伝えようとするからだ。泣くことは赤ちゃんの仕事なのだと思う。だから泣き声が聞こえてくると、かわいいと思うのである。確かに地域とのつながりがないのならば、自分のことだけを考えればいいので、とても楽な生活ができる。しかし、それでは本当に大変な時に困る。自分の周りに誰がいるのか分からないのだから、助けを求めることもできない。東日本大震災のときは、近所の人々が助けに来てくれて避難することができたという人がたくさんいた。もし自分がそのような大災害にみまわれた時周りに誰もいなかったらどうだろう。とても危険だ。ひどい時には命に関わることになるかも知れないのだ。不安でたまらなくなるはずだ。そこに知り合いが一人でもいれば、二人で協力できるので、少しは安心できる。そう考えると、やはり地域とのつながりはなくてはならないものになる。

地域のルールを守ったり、近所の人に気を使ったりするのは面倒なこともあるけれど、

私は、地域とのつながりはとても大切なものだと思う。だから私は、これからも近所どうし助け合いながら、地域とのつながりを大切にしていこうと思う。

東京都社会福祉協議会会長賞



親になるということとは…

中谷 義人

娘のかずえが、「第11回スペシャルオリンピックピククス夏季世界大会アイルランド」にバスケットボールのアスリートとして参加するために成田空港を飛び立ったのは、03年6月15日のことだった。娘は24歳。やっとここまで来ることができたとホッとするとともに、半月にもわたる海外派遣を許可してくださった勤務先をはじめ、娘をここまで導き育ててくださった方々に、感謝せずにはいられなかった。

私達夫婦に実子はいないが、二人とも子どもが好きだ。また、私は養護学校（知的）教師でもあったので、社会的養護の必要な子どもを育てたいという妻の要望に賛成し、都の養育家庭に登録した。こうしてわが家の里子になったのが当時3歳の女儿のかずえで、私

が51歳、妻が48歳の82年5月のことだった。

このとき役所から渡された母子手帳には、出産時の体重が2,280グラムとあった。3,000グラムが標準とのことなので、やや軽い。それに、生後3日間は保育器の中で育てられたとも、記録されていた。

このように人生のスタートでつまずいたかずえには、いろいろな面で発達の遅れが見られた。まず、身長・体重が同年齢児に比べると、見劣りがする。その上、言葉の遅れも目立つ。5歳を過ぎても、相変らずの一語文だった。1歳半前後の幼児なみである。その上に発音障害もあるので、かずえの言葉は身近にいる私達夫婦でも理解しにくい時がある。

このような状態なので、かずえには起床・食事・排泄・就寝などの日常生活習慣には、いろいろな気になることが多かった。

また、学校にあがればあがったで、勉強嫌い、忘れ物が多い、友達と遊べない、反抗的といった問題にも悩まされた。

しかし、不思議なことに、こうした発達上の諸問題を一つ一つ乗り越える努力を続ける過程が、親子の心の絆を強めてくれるものだ。子どもを産むから親なのではなく、子

どもと共に生活する過程で、大人は一日一日親になっていくのだと、私達夫婦は実感した。子どもと共に生活していれば、いや応なしに、子どもが社会を連れてくる。今まではお会いしたことはない方とも、同級生のお母さんということでご挨拶をするようになる。妻が留守のとき、あいにく子どもが発熱でもしよものなら、小児科医院へ子どもを背負って行かねばならぬ。今までは夢にも思ってみなかつた食料品の買い出しにも行く。それに、時には妻に教えてもらいながら、子どもの夜尿の後始末だつてすることがある。結婚以来20数年間を夫婦二人だけで静かに過ごしてきたのだから、そのにぎやかさは一通りではなかつた。だがそれだけに、生活に張りが出て、子どもがいなかつたときに比べ何倍も「生きていく」と実感した。

しかし、娘が中学に入学した時には、次のようなせつない思いもした。娘はクラブ活動にバスケット部を選んだ。届いたユニホームやバスケットシューズなどを手にして大はしやぎしていた。小学生の時とは違って、楽しい世界が待っていると期待していたのだろう。しかし、中学時代は一度もユニホームを着ることもなければ、バスケットシューズを履くこともなかつた。知的障害の娘は、小学校の時と同じく仲間に入れてもらえなかつたのだ。

中学校の給食では、教室の隅で一人で食べていた。

こうしたことなどを考え合わせ、中学卒業を機に、思いきって養護学校高等部へ入学させたところ、先生方の適切な指導で、娘は大きく変わってきた。まず、多くの友達が出来たのには驚いた。小・中学校の時には考えられもしないことだ。漢字の書き取りや計算問題の宿題などを、自分から進んでやるようにもなった。小・中学生の時には、家で宿題をやっている姿など見たこともなかったのだから、大きな変化だ。乗法九九もなんとか使えるようになってきた。自分の意思を、じれたりするようなこともなく、正確に伝える努力を払うようになってきただけでなく、ワープロを使い、漢字交じりの日記さえ書くようになってきた。

高等部2年生の時には、東京都教育委員会主催の東京都青少年洋上セミナーの団員として、都内の400人の高校生と一緒に中国を訪問し、中国の高校生との交流経験も与えていただいた。小・中学生の時には、予想もしないことだった。娘は大きく成長したのだ。

その娘が高等部卒業を機に、児童福祉法27条による里親委託の措置が終了する。満18歳に達したので、年齢満期の措置解除というわけである。措置が解除になれば、委託措置中

に受けていた公的援助はすべて打ち切られる。児童相談所も、責任はなくなってしまうのだ。言い換えれば、3歳の時から育ててきた娘は私達里親と無関係になり、制度上は他人になるということである。

かずえと生活してきた16年間は、決して短い期間ではない。また、平坦な道ばかりでもなかった。自我の目覚めと心理的な離乳などで、荒れた時期もあった。知的障害もあり、問題を一層複雑にし、眠れぬ夜もあった。

そのかずえが高等部を3月に卒業し、4月から早速市内の一般企業に就職できたのにはホッとした。高等部の先生はじめ多くの方々のおかげと、今も感謝している。

かずえの就職が決まっても、私達は今までどおりかずえと一緒に生活することにした。「措置の切れ目が縁の切れ目」といった他人行儀のようなことはとてもできない。かずえのこれからを、もう少し見ていてやりたい。

ところで、養護学校教師の経験からすると、卒業生にとって大切なことは、健康の維持・増進と余暇の利用だと思える。このためには、娘が興味をもって打ち込めるスポーツクラブに加入させるのがよい、と考えた。幸い、某新聞の投書から知的障害者の世界的スポー

ツ団体のスペシャルオリンピッククスを知り申し込んだところ、バスケット部に加入でき、01年9月早速練習に参加した。

するとコーチから、「娘さんは今が伸びるとき」と励まされ、翌年8月の第3回スペシャルオリンピッククス夏季大会東京に、東京代表アスリートとして出場することになった。その上、優勝までしたのだから驚き、娘以上に私達夫婦が喜んでいた。

この時には、お元気でいらっしやった高円宮様から、「東京の、あの選手は活発ですね」と、コーチを通してお褒めのお言葉までいただき、ほんとうに感激した。

それにしても、小・中学校と仲間はずれにされてきた娘を、ここまで変えてきたものはなんだっただろうか。空港で娘を見送りながら、私はしきりにそのことを考えていた。

空港の旅立ちから9年がたった。かずえも今は33歳になった。養護学校高等部卒業以来有料老人ホームへ食事を提供する一般企業に就職し、14年目になる。無遅刻・無欠勤のまじめな仕事ぶりが認められ、10年目には永年勤続賞をいただいた。身長は167センチ、体重も60キロを超えていて、幼児の頃の貧弱な体つきからは想像もできないほどの成長ぶ

りだ。勤務先の責任者のお話では、ことばは明瞭で職場での日常会話に不自由はないし、職場の有力な戦力とのことだった。

成人後のかずえの希望を受け入れ、私達夫婦は養子縁組を結び、今も一緒に生活している。

コミュニケーションこそ 家族力

岩田 恵子

年齢71歳。ケイコさんは東京都港区在住、実在の女性です。

ケイコさんが18年前（平成6年）から暮らす東京都港区は名だたる国際都市です。なんと
言っても、各国大使館が81（平成24年6月現在）もあり、ここ数年のデータでは、住民約
20万人の内、およそ10%は外国人です。

ケイコさんは、東アジア系留学生のサポートを軸に、子育て支援や街づくりのお手伝い
を通して、2007年自ら立ち上げたNPOで活動をしています。

留学生たちからは「お母さん」と呼ばれ、日常の暮らしはもとより、住いさがし、学校選
び、卒業後のフォローなど、そのガードは広範囲に及びます。しかし、2011年3月11

日、あの震災後この取り組みに異変が起きました。安否確認がとれないまま帰国してしまった学生や、卒業を目前に人生設計が狂ってしまった若者達の行方さえ追いきれないまま、今日に至っていることに心を痛めています。けれども、嬉しいこともあります。

ガーナからやってきた留学生アンボンサ・エフィアとの出会いです。

元気で逞しいこの女性、ケイコさんの目に触れたのは、互いが隣人として暮す街中の整骨院でした。

院内待合室で、よちよち歩きの幼児が遊歩しています。好奇心で一杯の女児は、室内の探検に夢中です。

居合わせた患者のひとりから、その子に向けて声が掛かりました。「お名前は？」の質問に、ジツと見つめる表情が何とも愛らしい。子どもの脇を通り抜ける職員が「エッシーでエース」と、おどけながらの代弁も絶妙でした。

治療待ちで満席のその場が一気に和みました。母親が治療中ながら、母を追って泣くでなし、ひとり遊びに熱中する幼子にケイコさんは強く惹かれたのです。その場を温かく見

守ったギャラリイにも感動を覚えました。

その後、バス停や街中でこの母娘との接点が重なり、親しさが深まりました。

2006年20歳で母国の大学を中退してこの国にやってきたエフィア（26歳）ですが、最初の一年は東京外国語大学で日本語と専門科目を学び、翌年には千葉大学看護学部へと進みました。2011年に日本看護師国家試験及び保健師国家試験に合格。来年（平成25年）4月からは、国立国際医療センター病院で看護師としての仕事が待っています。

勉強するだけでも多忙を極めたはずなのに、この間、結婚・出産・離婚と人生の節目を同時進行させたエフィアのパワーに脱帽です。

エッシー（1歳）の母親としても満点です。

ケイコさんは、邁進するエフィアを心底「愛しい」と思いました。

来春から5、6年は更に日本でスキルを磨き、知識を蓄え、母国でそれ等を活用できる日まで、日本の母としてケイコさんは彼女を支えるつもりです。

東京の中の港区はダウンタウンでありながら、ここ十年区の指針に沿って都市開発が推進された結果、一気に人口が増え、それに伴い子供の数も急増しました。

核家族化した生活スタイルの中では、必然的に「子育て支援」が急務となり、区を挙げてこのテーマに取り組はじめて七、八年が経とうとしています。

留学生との関わりは民間外交を担う部分があるとすれば、子育て支援や街づくりは地域貢献です。ケイコさんのめざすNPO事業の中で、地域貢献に目が向いたのはこの時からです。

社会で経験を積み、自分のポジションを得た女性も、結婚や出産を境に一旦家庭に入ることもあります。一段落後には「自分の世界に戻りたい」の願望も大切です。また、専業主婦として落着いたとしても、母親となり子育てに追われる日々は苛酷です。

お洒落も趣味も切り捨てての日々は余りに悲しいではありませんか。疲れは増幅。この行き着く先が子供への虐待にであったりする事態が無いではありません。

こんな時、子どもの保護者に寄り添いお手伝いの先端にケイコさんはいます。

たとえば、お母さん大手病院の看護師さん。お父さん会社員で管理職の家庭のモデルケースをご紹介します。この夫婦には、間もなく5歳になる男児、小2の女児がいます。両親共に職場で中枢的立場であるならば、定時帰宅は望むべくもなく、「学童へのお迎え、子ども夕飯、宿題の付き合い、おけいこ事の付き添いなどなど。どうしよう・・・？」と悩みごと発生時に、行政の取り組みの中でケイコさんの様なサポーターの出番となります。ご家族と連携しながら、一種家族の役割を果たす。このような事業が活発に展開している港区は、とても恵まれているコミュニティだと思います。

今日も夕刻のこと、43階建てマンモスマンション二階外廊下部分に学習塾に通う数人の子ども達の姿がありました。

「○○ちゃんのおばあちゃん!!」と元気な声が飛び、手を振っています。下を歩くケイコさんも負けずに両手を挙げエールを返します。

子ども達は日頃、ケイコさんはたくさんの子どもの世話をしているけど、「アンタ、一

体誰のおばあちゃん？」と、素朴に質問してくるそうです。

答えは「みんなのおばあちゃんだあ」と言っただけ抱きしめると、小ぢやかな友達たちは「キヤー!!」と発して弾けます。

これ実は、ケイコさんこと筆者・岩田恵子の体験記であります。

私の思いは、血のつながり、はさして重要ではありません。

コミュニティこそが大家族であり、互いが支えあうことこそ「家族力」の原点だと。

つい今しがた、子育て支援事務局からオフィシャルに一つの依頼が入りました。

平成25年4月より、1歳児のサポートです。依頼人はアンボンサ・エフィア。彼女が私を指名したわけではないのに私に投げられた支援依頼、エフィアとの運命的なかかわりを実感しています。

我が身、年齢相応の不具合も認めつつ、「みんなのオバアちゃん」であり続ける気力は

充分です。

父の心、僕の心

岡部 憲和

父は、短気である。ものすごく短気で、ひとの質問が待てず、僕が質問する前に、「だめだ。何を言っているんだ。」と来る。

「何も、まだ、言っていないじゃないか。」

そう僕が言って、「ああ、そうだったな。」と答える。父は、頑固である。頑固がTシャツを着て、家中を、そして、街中を闊歩している。

父は、朝起きると、近所の道の掃除を始める。五年前、交通事故に遭い、腰痛が持病となった。だから、中腰で、ほうきとちり取りを持って、枯れ葉や紙くずを拾うのは、実は、かなり苦痛なはずである。しかし、父は、やめない。

「あなた、また、具合が悪くなるわよ。やめてください。」

母が心配して、声を何度もかける。しかし、やめようとは、全くしない。

「お父さん、私がやるよ。」

妹が助け船を出す。しかし、やめない。

「お父さん、僕がやるから休んでて。」

勿論、長男なんぞの発言なんか、物ともしない。困ったものだ。

先日、近所の宮さんのおばあさんが、お菓子を持ってきてくださった。宮さんは、深々とお辞儀をしてこうおっしゃった。

「お宅のご主人。偉いですよ。神様みたい。お宅が越して来るまで、この辺りは、もう、枯れ葉だらけ、ごみだらけで、子どもたちも寄り付かなかったのよ。それが、今では、恐らく、渋谷区一きれいじゃないかしら。」

今どき、近所を思い、地域を思う人なんて滅多にいないからね」

母は、ただ、頭を下げていた。僕は、横で聞いていて、思った。

「宮さんこそ、偉い。わざわざ、こうして、ねぎらってくださいるのだから。今どき、こんな優しい、親切なおばあさんは、滅多にいないからね。」

そう思ったら、おかしくなって、嘔き出した。それにしても、宮さんは、偉い。僕も、年寄りになった時、こうして、自分より若い人を褒めに、わざわざ来れるだろうか。やっぱり、宮さんは立派だと思う。そして、さらに思う。父には、こうして、僕たちの知らないところで、ファンがいるのかと。

先日、あまりにも掃除をやめない父に、質問をぶつけてみた。勿論、ぶつける前に「だめだ。何を言っているんだ。」と来る。

「何も、まだ、言っていないじゃないか。」

そう僕が言って、「ああ、そうだったな。」と答える。それから、質問だ。

「もう、そろそろ、近所の掃除やめたら、どう。」

「そうだな。でも、やめない。」

「お父さん、相槌の仕方が間違ってるよ。」

「やめない。」

「なぜ。」

その日は、僕も頑固だった。だって、前日、父は、腰痛がひどく、とうとう立ち上がる

ことが出来なくなり、病院に駆け込んだくらいだからだ。

しかし、父は、その日も、腰に湿布薬を貼りに貼って、掃いていた。「痛い。でも、負けてたまるもんか。」と言いながら。

母に尋ねた。すると、すぐさま答えが返ってきた。

「たぶん、おばあさんのためじゃないかしら。」

僕は、ピンと来た。千葉で一人暮らしをしている祖母が、いつも、近所の世話になっていると、父は、毎日、僕たちにも言う。何度も何度も、感謝していると言う。一緒に住んでいないから、何も出来ない、悔しそうにも言う。だから、せめて、ほんとうに気の遠くなるような関わり合いの連鎖かもしれないが、東京で、その分、近所にお返しをしているらしいのだ。

僕は、しばらく時間をあけてから、もう一度、父に話してみた。

「じゃあ、僕や達美が、お父さんと一緒にやるって、どう。」

「今日は、家に帰っているから、そんなことも言えるけど。ふだん、九州と茨城に住んでいる人が、どうやって、東京の掃除をするんだ。」

僕には、考えがあった。

「お父さん、僕も、福岡で掃除をするよ。達美も、つくばで掃除をする。これで、どうだろう。」

父は、大きな声で答えた。

「それは、いい。それは、実にいい。」

父は、短気である。だから、短気の掃除は面白い。掃除をする三百メートルの間、三メートルおきに、枯れ葉やごみを一時集めておく。それから、袋を持って、手袋をはめて、集めて回る。これだと、少しずつ少しずつ掃き清めるより疲れないし、短時間で済むのだ。今年から始めた、僕たちの掃除の方法も、これに準拠している。だから、苦痛ではない。むしろ、ごみがなくなる瞬間は、快感すら覚える。

「お父さん、僕、わかった気がする。掃除って、人のためにするんじゃないんだね。こんな気持ちいいこと、なかなか、ないよ。この世の中に。」

父の顔に、赤みがさした。

「その通り。もう、何も言わない。でも、ひとことだけ言わせてくれ。お前は、偉い。」

僕は、その日、二十一年にして初めて、父から褒められた。僕の目にも、いつのまにか、

赤みがさしていた。

運営委員会委員長賞



愛の循環（順環） — 介護の試練で得たもの —

鈴木 廣子

「人生の最後に、人を喜ばせることが出来て私幸です」といつも言ってくれるのは、一
まわり年上の今年八十才になる友人Tさん。

「私が生きている限り応援するからネ」と、いつも嬉しそうに電話をくれる。Tさんも、
認知症の御主人を介護し亡くされている。

私の夫がピック病と分かってから、今年で五年目になる。家での介護も辛かったが、精
神病院に入院してからはもっと辛かった。三ヶ月が経つと、次の病院を捜さなくてはなら
ず、毎日が不安でいっぱいだった。

徘徊の苦労もあったが、精神病院での拘束、葉づけで、帰りはいつも涙でぬれた。

一緒に連れて帰りたいが無理な夫は、ドアをたたいて私の後ろ姿を見つめている。入

院中院内暴力にもあつてしまう。同室の男性に寝ている夫は顔を殴られ、一ヶ月の大ケガ。何も解らず、理解できず、腫れあがった顔でキョトンとしている。私は哀れで、涙が止まらず、顔を上げられなかった。

ケガが治る頃、認知症は進行し、口がきけ無くなる。家族は不幸のどん底に堕ちる。

認知症と分かる数年前に、夫の経営する会社は倒産、多額の借金で、自社ビル、自宅、車、生命保険まで取られてしまう。

失意のどん底で、夫の病気は進行していく。

私達家族は世の中から見捨てられた状況の中、家族力で夫をささえなくてはならなかった。とに角良い病院、三ヶ月で出されない病院を捜さなくてはならなかった。娘達三人は必死で捜してくれた。四回目の転院先、埼玉県のW病院に入院できた時、天にも昇る程嬉しかった。介護力のある、S院長の認知症専門病院は、精神病院と違う、やさしさと温かさがあり、薬に頼らぬ病院だった。

私は、何度も、夫と一緒に死にたいと思った。日本は先進国なのに、弱者を受け止めて

くれない。役所は、年金があるからと、生活保護を許可されず、病院では、オムツ、食事は介護施設ではないので介護保険が使えず、実費を取られる。生活は困窮するばかり…。子共達は夫の自己破産の弁護士代まで払って、経済的に大変なのに、W病院へ入れる為、三人の生活費をケズり、私の生活をささえてくれた。元気で生きて、頑張ることが娘達の介護力への感謝と思った。死ねなかった…。

そんな状況の中で私は肺癌になってしまう。ささやかなパートも退めなくてはならなかった。夫の年金は医療費と、家賃、光熱費で消えた。そんな相談を年上の友人Tに話したので、すぐお手紙が届いた。中にはパスモが入っていた。

「私も同じ苦しい経験をしました。御主人の病気を恨まず、受け入れて、今しかない御主人の命を大切にしてください。」

「病院になるべく多く通って下さい。交通費を気にせず、使ってください。パスモは、お茶をしたり、スーパーで買物も出来ます。二万円しかチャージできないので、カラになったら送って下さい。」

涙が止まらなかった。

夫が認知症になってから、毎日涙が流れていてもうとつくに涙は渴れたと思ったのに……。うれし涙だった。

しばらくすると、又手紙があり、スイカが今度は送られて来た。

「年末で、お金がいるでしょう！前に送ったパスモを返却して下さい。チャージして送ります。他人からの親切や好意は受ける方が辛いことは分っています。私はチャージに行くのが喜びでうれしいのですから、この幸をうばわないで下さい。お待ちしています」

あれから半年の間、パスモとスイカは、愛の便りとなって、私を励まし続けてくれた。

倒産家族の惨めさを味った、私達家族は、介護と言うダブルパンチに負けず、家族力プラスTさんの愛の定期便で乗り切って来た。Tさんはいつも「私の援助は、神さまからのプレゼントだから、絶対に返さないでいいからネ」と言ってくれる。…だとしたら、私も、絶対に幸せになって、不幸の渦中にある人を助けたい、いつかきつと、愛の循環をしなくてはいけないのだから、試練にあつて、初めて知った宝物である。

人を慰め励ます力は、言葉や物やお金ではないのだ。いつもその人に寄りそい、悩みを

共有して、隣人となることだったのである。

「車中の天使」

原 眞澄

陽ざしのまぶしさに、初夏の訪れを感じながら、私は昼下がりのJRの電車に乗っていた。

斜め前の扉の近くにいたベビーカーの男の赤ちゃんがぐずり始め、大声で泣き出した。若いお母さんは困った顔になり、周囲の乗客も黙っているが明らかに迷惑顔が広がっていく。

あまり大きな泣き声に、お母さんはベビーカーから赤ちゃんを抱き上げたが、何も話しかけたりあやしたりはしないから、抱かれたままぐずり泣き続けている。

私は、自分が何か話しかけに行ったほうがいいかな……と思った時、次の駅に停車。反対側の扉が開いたとたん、赤ちゃんの泣き声に気づいた小学校六年ぐらいの女の子が

迷わず真直ぐ赤ちゃんに近づいた。学校帰りなのだろう、一人で、真っ白いブラウスに紺のスカート姿で、ほほえみながら赤ちゃんを見上げた。

泣いているのを心配して、その女の子は、

「外を見て。ほら、あつちに電車が見えるよー。」

「ほら、電車、電車！」

「ほうら、電車が動いていくよ。」

と、いつしようにけんめいに、楽しそうに赤ちゃんに声をかけ続けている。赤ちゃんが可愛くてしょうがないようだ。はちきれそうな笑顔がとぎれない女の子に、最初はびっくりにしていた赤ちゃんが泣きやんだ。じつと女の子を見つめ出した。

相変わらずお母さんのほうは、赤ちゃんにも、その女の子にも無言で無表情。

近くにいた年配の御婦人は、女の子のあやしている可愛いらしさに、にこにこして視線を向けている。

抱き上げた拍子に、ベビー服がまくれ上がっていた。赤ちゃんのおなか丸出しになって見えている。女の子も気づき、

「おなかが出てる。」

と、お母さんに教えてあげた。

それでもお母さんは無言で、ベビー服を下げるだけ。

その次の駅で停車すると、ベビーカーの親子は黙って降りていった。女の子には何も語りかけたり、「さよなら」「バイバイ」も言わず、ましてや「ありがとう」もなかった。

ホームに降りても車内の方を見ることもない。

一方、女の子のほうは、見送りながらうれしそうな表情は全く変わらない。

赤ちゃんが好きなんだろうなあ、赤ちゃんに話しかけることができて楽しかったんだろ
うなあ……と、彼女の心のうちが伝わってきた。扉に寄りかかりながら、幸福な気分を余
韻として味わっている女の子の横顔を見て、私も幸福な思いがわいてきた。

女の子は、自分が幼い頃、家族や周囲の人からたくさんあやしてもらったり、話しかけ
てもらったりして、愛情表現をたっぷり受けて育ってきたのだと私にはすぐに想像できた。

それを自分が他の人へ同じようにするのは自然なことであり、特別なことではないと思
っていることも。

あの時の情景を思い出すたび、私は女の子の思いやりに心が温かくなる。

思いやりは、練習しないと身につかないという。経験がないと身につかないということだろう。そして、経験させるのは、まず家族だと思う。

あの女の子のお母さん、お父さんがどんなに愛情豊かに子どもに接してきたのか、会ったこともないのに、楽しそうに笑っている家族の様子が浮かんでくる。そして、その御両親もきつと、それぞれまた自分の親に愛情深く育てられたと思う。

数年前、ファミリーレストランで、ベビーカーの赤ちゃんを静かにさせておくために、若いお母さんが、百円ライターを渡して、赤ちゃんがおしゃぶりがわりになめまわしているのを目にして、驚いたことがあった。

この頃は、スマートホンを赤ちゃんに見せておもちゃがわりにしているお父さんやお母さんをよく見かける。でも、指で画面をめくるだけで、声を発しないのである。

電車に乗っても、バスに乗っても、手の中の画面を見せているのでは、外界との直接のかかわり——他の人たちとの関わりが希薄になってしまう。

泣いた赤ちゃんがいれば、そのお母さんが、

「おなかすいたかな」

「暑いのかしら」

と、隣の人に何でもいから話かけてみるとよい。

「夕方は必ずぐずりますよ。」

「赤ちゃんは泣くのが仕事だから……。」

と、返事をしてくれたり、あやしてくれたりすることが多いものだ。

育児の経験を話してくれたり、

「うちの孫は、今、七ヶ月だが、同じくらいかな。」

というおじいさんがいたりする。

お母さん自身が心を開いていると、まわりの人も話しかけやすくなるからだ。

昨年、大震災直後、大型スーパーマーケットにベビーカーを押して買い物にきていた、まだ十代に見えるお母さんに、

「水や育児用品が急に品不足になって、大変でしょう。」

と、気になって思わず声をかけて聞くと、

「だんなさんの田舎の知り合いが、ミルクも、オムツも、飲料水も、たくさん送ってくれて全然心配ないんです。」

と、ここにこうれしそうに話し、赤ちゃんのことを詳しく話し始め、初対面なのに話はずんだ。

そして、別れ際、

「今度、買い物に来た時、また、声をかけてくださいね。」

と、そのとつても若いお母さんが大きな声で言ったので、私はまた会うのを楽しみにしている。

あの日の電車の赤ちゃんのお母さんは、思いやりを受けとめる経験が少なかったにちがいない。

経験が少ないから、どう対応していいかわからず、「さよなら」も「ありがとう」も口から出せないで、身ぶりでも示せず行ってしまった。

降りたホームで、お母さんが、女の子に向かって、せめて「バイバイ」と手を振ったらよかったのに……と私は思うが、車中の天使の満ち足りた横顔は、

「赤ちゃん泣きやんでよかったー。」

という以外に望んでいないことを示していた。

孤立よさらば 明るい明日へ

島朝子

現在の集合住宅に引越して来たのは平成十九年の十一月末日だった。

今年の十一月で五年になる。引越した時両隣と上の階と下の階に挨拶に行ったが、以後顔を合わせたことはなく、記憶がまったくなくなった。新たな出会いがないまま年月は過ぎて行った。友達どころか、知人さえ居ないが、私は淋しくもなかった。

私は大好きな夫と二人暮らしに満足していた。夫は私と正反対の性格をしていた。話し好きで、来客がなければ淋しがり、私は来客があれば笑顔で接するが、帰った後でつかれた。少し変な性格に自分でもなおしたいと思うのだがどうしようもなく年を重ねた。主人の生存中は主人の庇護のもとに何事もなく、生きてこられた。だが、一人暮らしになって私の性格は、一層暗く惨めなものになった。出かけた時に、いつも下向きに歩いている

ためかうっかり赤信号を渡りそうになった。クラクションを鳴らされ、はっと吾にかえったこともあった。

食事も適当にすませた。お腹がすいたという気がしなく、食事の時間の様だから、食べていた。一人になった精神的な打撃は大きく私はこのまま、気がふれてしまうのではないかと怖れた。六一kgあった体重が、わずかな期間で五十kgを割った。食材を買うために、三日か四日に一度近所のスーパーへ行った、だけで積極的に体を動かすことはなかった。

朝起きて、ベッドから降りる時、最初の一步が痛くて歩けなくころんだ。どうして歩けなくなつたんだろうと気になり、又、気分がふさいだ。ふさふさだった髪が地肌が見える程になった。あちこちに落ちた抜けた毛を拾いながら、どうにかしなくてはと思つた。こんな暮らし方では駄目だ、生きてる限り自分の事は自分でやれる体になりたい。余生は誰にも、あまり迷惑をかけたくない。どうすれば良いか考えた。決心して整形外科に行き診察してもらつた。レントゲンを撮ってもらい背骨の一部がつぶれていて、膝の軟骨がすりへっていることがわかつた。まず、膝に注射してもらつた。足を動かすと音がしていたが、その音がしなくなつた。

家のまわりを歩数計とにらめっこしながら歩いた。段々歩く時間が長くなった。歩ける、歩けたという喜びに、次の体を動かすことを考えた。体にあまり負担がかからなく、楽しくやれることはないか、思いついたのが、体育館で行っている健康体操に参加してみようと思った。健康体操は楽しいけれど床にすわってする体操は私には無理だったとあきらめた。思いついたのが中学生の時に楽しく卓球をやっていたことを思い出した。整形外科の先生に相談したら、あまり一生懸命にならぬように言われ許可がおりた。

早速体育館に行った。なつかしい球を打つ音がする。週一回行くようにした。体をつかってする球技は楽しい。卓球をする人が多く、ほとんど高齢者ばかりだ。一台を四名で使用するが、人数が多く、待ってる時間が長い。百名以上は居るようだ。毎回ペアを組んで卓球をするが、私はいつも違った人とペアを組む、初老の男性の時もあれば、八十五才だと言う女性とも組んだ。皆んな元気だ。私と組む人は、体育館に来るようになって日が浅い人ばかりだ。無口で面白みのない私と進んでペアを組んでくれる人はいない。いつもの様に、見知らぬ人の横に無言で並んだ。丁度その日は卓球の指導日の、木曜日だった。後方から私の名前を呼ぶ人がいる、

「ねえ、こちらにこない。私と組みましようよ」

私は自分の耳の聞き違えかと思った。ふり返ると、声の主は手まねきしている。びっくりした。体育館に二年も通っているのに声をかけられたのは初めてだ。私は喜び勇んでその人の隣に並んだ。指導日は、全員名札をつける事になっていて、藤村（仮名）と書いた名札をつけていた。その人は、六十五・六才の美しい均整のとれた人だった。

藤村さんとペアを組むようになって、卓球をする楽しみが倍増した。今までは週一回行っていたのに週二回行くようになった。しかも行く日が待ちどをしくなった。体が動くようになって、うれしさに胸がはずんだ。

藤村さんは老人施設でボランティアもしているらしい。藤村さんは話題が豊富だし、話し上手なので聞く私も楽しく幸せな気分させてくれる。そして友達が多い。十名位のグループでみんなで食事会にも行った。春の花見もグループで行った。私は藤村さんの運転する車に、乗せてもらい、途中藤村さんのお家に行った。

玄関には大きな鉢が三つあり、らんや、私の名前の知らない花が咲きみだれ馥郁たる香があたり一面ただよっていた。花見に必要なものを車に乗せて、町田市が管理するやくし

池公園に行った。

他のグループの人はもう全員着いていた。園内は花見の人々にぎわっていた。私達のグループは公園の片隅のベンチに座った。グループの友達が新たな友達をつれて来たので十六名の人数になった。各人が持ちよった食物で舌つづみをうち、笑い声が公園にひびきわたった。私も話しに加わり、久しぶりに笑いこぼれた。満腹になり、三々五々公園をそぞろ歩いた。携帯電話のカメラで写真を撮ってもらった。公園に大きな池があり、鯉や亀や、かるがもなど泳いでいて、眺めるだけで楽しくなる。公園は広くて、全部見ることは出来なかったが、とにかく楽しかった。その夜はぐっすり眠れた。

食事会も二度行った。発起人は藤村さんで店の予約から、全てをやってくれる頼もしい人だ。藤村さんと知り合って一年もたっていない。すっかり私は藤村さんを頼っている自分に気づいた。あの時、藤村さんが声をかけてくれなかったら今の明るい性格になった私はいない。一人暮らしの空虚な生活が、少しづつすすんでいることは、体重が増えてきたことが何よりの証だし、私に笑顔が、みられるようになったのは、藤村さんやグループの皆んなの御蔭だと思う。

特に藤村さんには、私の体の心配してもらい手作りの食物まで戴き感謝している。グループの他の人も、高齢で、膝と腰があまり良くないのを知っていて、卓球の台の出し入れはしなくていいよと言ってくれるが、これも体をうごかす運動と思って、皆んなと同じようにしている。

これからも体にながら卓球を楽しみ多くの絆をつなぎながら、笑顔で暮らす事が出来たら幸せなことです。孤立していた私に絆をつくるきっかけをつくってくれた藤村さん、本当に有り難う、と言いたい。そしてこれからもよろしくお願ひします。

孤立を卒業し、明るい未来へ向って歩いていきます。観ててくれましたか。

貴方

「地域力」

佐竹 隆一

「あそこの角を曲がって行ったよ」「奥さんそっちじゃないよ。あっち、あっち」
団地のベランダから複数の住民が大きな声を挙げている。徘徊高齢者の位置を教えられていたのだ。

80代の夫婦二人世帯で老老介護。夫は中等度のアルツハイマー型認知症。真面目な性格で、認知症になる前は運送会社で一生懸命家族のために働いていた。今でも荷物をどこかに運ぼうとして一日中うろうろしている。本人は仕事をしているつもりなのだ。妻が家事の途中、目を離れた隙に外へ出てしまう。妻よりも先に近所の住民が発見することも多い。車で行ける距離に息子が住んでいるが、迷惑をかけたくなかったので何とか一人で介護をしていこうと妻は考えている。

1年前に私は介護支援専門員（ケアマネジャー）として妻から相談を受けた。「施設に入れることは考えていない。家で介護したい。できることは私がやりたい」と妻の強い希望があった。共倒れにならないよう無理なく介護が続けられるように、定期的にデイサービスを利用して休める時間を作るようにした。夫が家にいる日は一緒にいなければならぬので、買い物や外出の用事もデイサービスの日に済ませるようにしている。

最近は「ご飯食べたっけ」とご飯を食べた行為自体も忘れるようになった。認知症による記憶障害は徐々に進行している。しかしながら、以前「問題行動」と呼ばれていた症状は徘徊という行動でしか現れていない。妻が夫を叱らず、笑顔で接しているおかげで他の症状は抑えられている。この「叱らず、笑顔」で接することがとても大切で、新たな症状の出現や現在の症状の悪化を予防し、介護負担の軽減に力を発揮している。もし妻が夫に対して叱ってしまった場合、夫は何が原因で叱られたかは覚えていないが、叱られた感情は強く残っている。「叱られないように何かしなければならぬ」と余計に徘徊を繰り返すことになっていただろう。

私自身も経験したことがあるが、マンションの隣の部屋にどういう人が住んでいるか知

らないことが一般化された都心の事情。犯罪も多いし、知らない人との交流を避けていたこともあった。話しかけた相手にキレられたり無視されたりして、嫌な思いをするなら最初から話しかけない方が良いと思っていた。しかしこの団地にはそんな柵（しがらみ）は微塵もない。難しい事は考えずお互いに干渉し合っている。この光景を初めて目の当たりにしたとき、本来人間の「あるべき姿」を見た気がする。これが人間の「当たり前前の姿」なのだ。

妻が「叱らず、笑顔」で本人と向き合えるのはこの「地域力」のおかげであると言っても決して大袈裟ではない。自分一人でどうにかできるわけではない。近所の住民が声を掛け合って、自然な形で助けてくれている。本人が住み慣れた地域で自分らしく生活できる場所を作ってくれている。直接的には妻の夫に対する優しい姿勢が認知症の進行を遅らせているが、間接的には「地域力」が大きな力で作用している。つまり「地域力」が認知症の進行を遅らせているのだ。

「地域力」が人に与える影響は大きい。もしこの「地域力」がなければ大きく変わった人生になっていたかもしれない。

環境が人間に影響を与えるのは高齢者だけではない。私の住んでいる地域にも「地域力」が存在し、若い世帯や子供にまで影響を与えている。

通学路で児童に出会うと必ず声をかけている人がいる。その顔は見覚えのある人ばかりで、スポーツ委員と呼ばれる人達だ。町内にはスポーツチームがたくさんあり、地区対抗の試合も数多く行われている。スポーツを通じて町内に住んでいる人の顔や世帯の構造を理解している。スポーツ委員とは名の通り町内のスポーツや行事を盛り立てている人達だ。委員に入っていないなくてもその友達から顔見知りになり、町内の輪が出来ている。最近建て売りの住宅が多く建ち、新顔の若い世帯が少しずつ増えてきた。「町内の運動会に出てください。好きなスポーツのチームに入りませんか」とこの若い世帯によく声をかけている。イベントに参加してもらい、町内の輪に加わってもらったためだ。いやらしい意味ではなく、ごく自然な流れなのだ。通学路以外でもすれ違えば挨拶をする。子供も自然に挨拶を覚える。「あの子はあそこの家の子だ」と近所の人が自分の子供を知っていることは、親としてとても心強い。これは自然に犯罪を防でいることにもなる。町内のどこで遊んでも

誰かが見ていてくれて、犯罪に巻き込まれそうになっても助けてくれそうな安心感がある。実際に犯罪が起こりにくい地域であると言える。未然に防いだ犯罪も数多くあるだろう。見ず知らずの子供に声をかけることは私自身正直得意ではない。しかし知っている人の子供であれば例え中学生や高校生でも声を掛けられるだろう。私もスポーツチームに入っている。子供だけでなく自分自身も心強い。

私には3人子供がいる。二番目の子は障害を持って生まれてきた。当初は「この子はどういう人生を送るのだろう」と不安でいっぱいだった。近所の目が怖かった。その事実を兄弟が知ったとき「上の子はと思うだろう」「いじめられないだろうか」「一番つらいのは兄弟なのではないか」等いろいろ悩んだ時期があった。しかしこの「地域力」を感じたときから、悩みは少しずつ解消されていった。どんな子供でも地域が支えようとしてくれる。この町内に引っ越してきてから8年が経つ。「この地域に引っ越してきてよかった」と心から実感している。子供達が成長していき、今後新たな悩みが出てきても解決できそうな気がする。子供だけでなく地域住民を守ってくれる環境がここには存在する。

地域の人が地域の人を支えることは、介護保険でも重要視されている。認知症患者や障害者の個々を尊重しなければならない。住み慣れた地域で最後まで生活することが何より幸福である。健常者でも障害者でも助け合ってその地域で暮らしていくこと、誰でも同じ生活が出来るようにユニバーサルな環境を作ることが重要である。

また東日本大震災のような災害が起きたときにも、この「地域力」が試されることとなる。普段から声を掛けて助け合う姿勢がとても大事に思う。人は助け合わなければならぬことを痛感した事実であり、この経験を仕事を通じて伝えていきたいと考えている。

頑固じいさんとおしゃべり

小山 絢子

私が日課の犬の散歩をしていた時のことでした。いつも通る公園で、いつもベンチに座っているおじいさんが話しかけてきたのです。

「かわいい犬だね。種類はなんなの」

私は何かの勧誘じゃないだろうな、と警戒しつつも「はあ、プードルとヨークシャテリアの雑種です。」と答えました。

それからというもの、そのおじいさんと私は約束もしていないのに決まった時間に公園で会い、言葉を交わすというささやかな顔なじみとなりました。

そのおじいさんは、足腰はまだ健康なようで七十を超えているようには見えませんでした。おじいさんは「公園で話し相手を探す寂しいお年寄り」という雰囲気を感じてもだす

まいとしており、また会話の内容も政界や経済界などのちよつと小難しい話題を振ってきたりと、どうやらプライドの高い人のようでした。

おじいさんは、ちゃんとした教育を受け、仕事もそれなりに成功をおさめ、金銭的にはかなり余裕のある老後を送っているようです。そんな人生を自分はとても満足している、と何十回も聞かされました。しかし一方で家族について尋ねるととたんにおじいさんは言葉が少なくなりします。

私は目上の人間を敬える最低限の常識は持っているつもりです。しかし気を遣いすぎるのもかえって壁を作るかな、そもそも仕事のお客様とかじゃないんだから腰を低くすることもないだろう、と思っておじいさんとの会話は歯に衣着せぬものとなりました。そんな私におじいさんは「少しは目上の者に対して気を使え」と自身の若者論を展開しつつ叱ってきます。ずっとあとのことですが、「お前はおれを年寄扱いしないのが気に入った。」とおじいさんは私に言いました。素直じゃないじいさんです。

ある秋の日のことです。なんとなしに聞いたおじいさんの誕生日がもうすぐだということに気付きました。私はとても迷いました。相手はたいして繋がりのない素性もよく知ら

ないお年寄りですし、なによりお金に困ってる様子もないので欲しいものがあつたら自分で買うでしょう。一方私はしがない大学生です。あげないでいいかなあ、いつそ肩たたき券でもあげるか？などと思いを巡らせた結果私はないよりでした、と申し訳程度のプレゼントを用意しました。

夕方、いつも通り公園へ入り、いつも通りベンチに座っているおじいさんのもとへ私はいつもより少しだけ心浮立って行きました。どんなに貧相なプレゼントでも渡す時はうきうきします。

しよぼすぎてまた怒るかな…と一抹の不安を抱きつつも、おじいさんに「誕生日おめでとーございますー」と照れ隠しにふざけた言い方をしながらプレゼントを渡しました。おじいさんの反応は私の予想を大きく裏切りました。おじいさんは鼻を赤くして泣きそうなほど喜んだのです。あの頑固ジジイが…と失礼なことを思うと同時に、私は自分のケチくさを責めたくなくなりました。こんなに喜んでくれるのなら、もっと気のきいたましなものを買えばよかったと後悔しました。

それからしばらく経ったある日、いつものベンチにおじいさんがいない日が続きました。

家族の話をあまりしてくれなかったので家族構成をよく知らない私はまさか孤独死してるんじゃないだろうな…と不吉なことを考えていました。ベンチが空いたままの日が1カ月以上過ぎ、ようやくおじいさんがいつものベンチに戻ってきました。おじいさんは、一人暮らしの老人ばかりが集まる老人クラブに入ることにしたそうです。おじいさんは妻に先立たれ、子供たちとは別居しており1人暮らしでした。プライドの高いおじいさんは、自分が「寂しい老人」として扱われるのを極端に嫌がってきました。仕事で多くの業績を残してきたという自負があるからこそ、自分が他の老人と同じに扱われ、自分は誰かに依存しなければ生きていけないと思いつらされるのが我慢ならなかったようです。そう強がっていてもやはり1人は寂しかったようで、自分について何も知らない私との会話を始めたそうです。初めて私に声をかける時さりげない一言でも、きっと相当な勇気が必要だったんだろうな、と私は思いました。私と話しているうちに、誰かに助けられるというのも悪くないと思うようになったとおじいさんは言ってくれました。それに対し私は「自分で気づいてなくても今までだって誰かに助けられて生きてきたんですよ」と偉そうに言うとおじいさんに「何様だお前は。」とまた叱られました。

素直じゃないじいさんです。

このおじいさんのようないい年して、むしろいい年だからこそ素直になれない頑固なじいさんばあさんはたくさんいると思います。相手に対する遠慮の気持ちも強いのでしょうか。迷惑をかけたくない、煩わしいと思われたくない——そんな気持ちで、1人引きこもってしまう人もいるのでしょうか。別に1人でも全く困ってない、放つといてくれという方もいるのでしょうか。でも、それでもやっぱり誰でもいいから「誰かとつながっている」と思えることは大事だと私は思います。少なくとも私は最初はなんとも思っていないなかつたおじいさんとの会話が少しずつ楽しく感じられましたし、自分にとって些細なことをこんなにも人に喜んでもらえることが嬉しいと初めて知りました。凶々しすぎるのも嫌ですが、遠慮しすぎるのも人と自分との間に分厚い壁をつくってしまえます。八方塞になる前に、一つ壁を壊してみるのもきつとこれから続く人生を楽しくする一つの方法だと私は思うのです。

「おばあちゃん、僕のを使ってね。」

島 恵利

「おさがり」という言葉は、目上（年上）の人からもらった使い古しの物という意味がありますよね。小さくなった子供服、御母様が御嬢様に譲られたアクセサリー等のように。我が家では、孫から祖母へ、つまり、年下から年上へ、「おさがり」を使ってもらっています。それが、写真の乳幼児用お食事エプロンです。現在小学三年生の息子が、離乳食を食べていた頃、使っていた物です。これは、食べこぼしてもエプロンのポケット部分で受けられる子育て便利品です。私は誰かいつか使えるのでは、と思い、大切にしまっておきました。

そんな時、私の母が認知症になりました。何もかも記憶をなくし、自分で出来る事は一つなくなってしまう母。そんな母の様子を見て、「お母さん、僕が赤ちゃんの時に使



っていたエプロン、おばあちゃんが使ってるんじゃない？」当時六才の息子から、そんな言葉が出ました。「是非、使ってもらおうね。おばあちゃんもきつと喜ぶね。」優しい息子の言葉に、温かいものを感じずにはいられませんでした。そして、今ではこのエプロンは、

母にはなくてはならないものになったのです。

人は、この世に赤ちゃんと生まれて、又、赤ちゃんに戻って、年を重ねていく人もいます。孫から祖母への「おさがり」。これも、家族の大切なつながりです。

離れていても、つながっている

高橋
ライチ

「私たちの、お父さんが、亡くなったって」

故郷の姉から突然の電話を受けたのは、私が自営する事務所で、来客の合間に1人でいる時だった。

父とは、約30年前に両親の離婚によって別れたきり会っていない。当時中学生だった私も今や43歳。大学生と小学生の子どもを持つ母である。父は享年67歳だった。孫の顔は、見せてやることができなかつた。

「東京で亡くなったそうだから、そっちにいるあなたに窓口になってもらっている？」
何を考える余裕もなく、承諾して電話を切ると、今度は叔父からの電話。

叔父がなつかしいふるさと訛りで、私の幼名「しいちゃん」と呼びかけるので、私は一

気に時をさかのぼって、4〜5歳の幼児に戻ったような不思議な感じにとらわれる。

叔父によると、父とは数年前に連絡が途絶えていたところ、昨日突然に都内某区の福祉事務所から訃報を受けたのだそうだ。父は病気で、生活保護を受けながら治療中に病院で息を引き取った。もうすでに火葬の段取りまでついていて、私にはその遺骨の引き取りを頼みたいとのこと。

叔父は末っ子で、父はそのすぐ上の兄。さらに年上の兄妹たちはみな70歳以上の高齢になるため上京するのも一仕事である。東京在住の私が遺骨を引き取って、本家のお墓まで届けることになった。

引き受けたものの、私の心は過去と現在と、あす以降の仕事の段取りにと混乱したまま右往左往していた。知らせてもらった火葬の時間中にはどうしても斎場に行くことができず、当日夕方に、壺に詰められた遺骨を迎えに行った。

「お友達が、3人、見送ってくれました」

斎場の担当者が教えてくれた。予想より大きくて重たい桐の箱を抱えて、小さな遺児のような気持ちで私は見知らぬ駅にしばらくたたずんでいた。父に関して空白の30年を想像

しても、わからないことだらけだ。

私は斎場で聞いた、福祉事務所の担当者に改札の前で電話をしてみた。病名や、いつからどうだったのかなど少しづつ生前の父の情報が得られた。

福祉事務所の人は火葬に列席してくれた友人にも、連絡をとってくれた。

その人に連絡をとってもらおうように頼むとすぐに電話がきた。元同僚というFさんは、電話口で思い切り泣いていた。

「骨は拾いました！確かに拾いました！」「あなたのお父さんは、本当に立派な人で、私は大好きだったんだよ！」

オイオイと泣いてくれる彼につられて、私も少し涙を流すことができた。

やるべきことや考えることがたくさんある気がして頭が処理しきれず、感じることできていかなかったのだ。電話の先に、本気で泣いている人がいることで、私も心を取り戻して一緒に涙を流すことができた。茫然と骨壺を抱えていた遺児の心境から、現在の大人の自分に戻って、あらためて悲しむことができたという感じだった。

1ヵ月ほど遺骨を事務所に置いて、一緒に仕事をした。自営業者であった父は、何度か

経営に失敗し、借金がかさんで我が家は離散したのだった。43歳の私は「おはよう、お父さん」「お父さん、経営って大変だねえ」「お父さん、今日はもう帰るよ。また明日ね」などと話しかけながら、毎日備える花の水を替えた。父親が、亡くなってむしろ「帰ってきただ」ような日々であった。見守ってくれる、安心がそこにあつた。思春期以降、失つていった安心感だった。

電話口で泣いてくれた元同僚のF氏にも、会いにいつてみた。

仲の良かった同僚をほかに2人呼んでくれて、父の思い出話をいろいろ聞いた。私が父によく似ていると言って、懐かしんで、そしてまた泣いてくれた。

父の職場は、家族と別れてしまった同世代の男性たちが寮生活をしていて、みんな仲が良いようだった。父は料理が上手くて、よくみんなに振舞ってくれたそうだ。私は小学生の頃に食べた、父の作る塩味の卵焼きを思い出していた。

酒が好きで、毎回飲みすぎてしまう話も、私の知っている幼い頃の父と同じ。

彼らは、父が病気で退職した後治療中も、リハビリ中も、ずっとつきあいを続けてくれていたらしく、エピソードをいくつも聞かせてもらえた。

家族を失くした父にとって、彼らは東京での家族のようなものだったのだろう。お父さん、きつと寂しくなかったね。過去を詮索しない、似たような境遇の仲間たちと、仕事し、酒を飲み、治療を励まされながら、息を引き取った父。脳溢血で言語障害が出て筆談になつてからも、携帯電話を最後まで解約しながらなかったそうだ。誰かとのつながりを、持ち続けたいという気持ちだったのだろうか。

1ヵ月経って、父の遺骨を手に、故郷へ帰った。30年以上ぶりに会う父方の親戚は、みな年取っていたけれど全然変わらない親しさをもって迎えてくれた。

私は「しいちゃん」と愛称で呼ばれ、幼児の心持ちに戻っていた。従姉たちのやんちゃな子どもたちが仏壇のある部屋を走り回るのも、当時の私たちの姿とオーバーラップした。離婚に際して（いやその前から）相当な苦勞をした母は、離婚後は父方の親戚との交流を一切断っていた。けれど今回こそはお母さんもぜひ、みんなが会いたいから、と叔父が強く伝えてくれて、同行した。

伯母たちは母をみつめて歓声をあげた。

「●代さん、元氣そうね」「●代さん変わらんねえ」「●代さん、いまどうしてんの」

お清めの宴席で、久々の再会を喜ぶ女衆は積もる話に花が咲いていた。

それでも私は、母が実際にはどんな気持ちでいるかを内心案じていた。あれほど父方の親戚とのやりとりを避けてきた母は今居心地悪くないだろうか？けれど、帰宅した翌朝、母からこんな言葉を聞いた。

「行って良かったわ。何十年も会ってなかったのに、そのブランクが一瞬で消えた。一瞬でだよ」

しみじみと、でも力強い口調だった。

離れていても、お父さんと私たちは、家族だったんだな。離れているあいだも、伯母さんたちとは、親戚だったんだな。私は実感した。

それは血のつながりだけでなく、姻族だって、離婚したらおしまになるかというところじゃなくて、母と伯母たちも、ずっと家族だったんだ。30年のブランクも、一瞬で消えてなくなるほどに、彼女たちは、小さな子どもを育てる日常の中で、確かな絆を築いていたんだ。私たち10人ほどの従姉妹は、団子のように連れだって遊び、育っていったのだった。

その後紆余曲折を経て、血縁との交流を断たれた父は、心通じ合う仲間との時間を最期

に過ごした。福祉と、人の縁に生かされて、見送られた。お父さんが、寂しくなくて本当に良かったと、私は心から安堵した。父は私たちのことも決して忘れていなかった。叔父と連絡を取り合っていた頃には必ず「しいちゃんから連絡あったか」と訊いていたそう。離れていても、血縁でなくても、人は人とながり、絆を結ぶことができるんだ。この実感は、父からの遺産だ。

父が、30年のブランクを超えて私に手渡してくれた遺産を、私も子どもたちに遺そうと思う。

ドナーとしての息子を見送って

佐々木 直子

今年私は息子から沢山の事を教わった。初めて得た知識と経験、その結果としての提案等息子の意思を継ぎ、より有意義なものにできればと感じたままを認めてみた。

この春のある夕方息子が「明日は休日出勤する、今日は疲れたから早く寝る」といって食卓に向かった。丁度その日、珍しい「みる貝」を見つけたので「酢みそ合え」にして出したところ、晩酌片手に「美味しい美味しい」と私の分まで平らげ、私は作ってよかったと喜んで見守っているうちに、息子が突然せき込んで吐いたので背中をたたいたり衣類を脱がせバケツをあてがったりしていたが、おし黙ってしまったので寝かせて救急車をお願いした。

「休日出勤する」と云っていたので通勤カバンと靴など持って同乗し、一応郊外にいる

娘（本人の妹）にKK医療センターに来たことを伝えたので娘も十一時過ぎに到着。二人で待つ間に救急車で運ばれて来た人がどんどん処置を終って次々に帰って行くのに、私の方は一向に呼ばれない。やっと二時過ぎに呼ばれて入ると「食べた貝が詰まっています取り切れず窒息酸欠、脳死のような状態で助かる望みはない」との医師の言葉。まさかまさかと耳を疑い、みる貝を出した自分を責め、悔い、眩いで倒れそうになる。病室に移され「いろいろな装置の働きで呼吸しているが生き返ることはない」と再び宣言される。「飲んでいたので吐き出す力が弱かったが酔っていたから苦しくはなかった筈」とのこと。嘔然としている私に娘が「そういえばいつか、お兄ちゃんに『ドナーカードを作ったから家族として同意のサインを』といわれて書いた覚えがある」と眩いた。私も息子から以前「ドナーカード持っているよ」と云われたのを思い出した。詳しい事も知ろうとせず「どうせ私が死んだずっと先の話だから」と他人事のように軽く聞き流していたことも。

それが思いもかけず現実に目の前のことになって、私はよろけそうになり乍らベッドの柵にしがみついた。息子にずっと付き添っていて下さった件のお医者さんがその時「そのドナーカードありますか、あったら見せて下さい」私は救急センターから泊って直接出勤

するとばかり思い込んで抱えて来た息子のカバンを娘に渡した。娘が貴重品入れの中から見付けたドナーカードの裏には本人自筆のサインと娘のサインが。私はドナーカードというものを初めて見た。小さな項目のところに○印がいくつもついているようだった。お医者さんは「提供するしないはご家族の自由だしゆっくり考えることにして、とりあえずドナーコーディネーターの話を聞いてみて下さいませんか」と云う。カードがある以上、何の知識もない私が、例え親だからといって無下に断るのはいけないことだと思い、話を聞くことにした。夜中の三時すぎコーディネーターという人が2人来院。説明を聴く。「待っている人は何万人もいるのに提供してくれる人が殆んど無に近い状態」「家族が一旦移植に同意しても直前に『やはり否』と云われればその意志を尊重し中止する」「どの臓器でも感染症があったり病気があったりして、折角提供に同意されても開いてみて使えない場合もある」「例えば眼球は冷凍保存できるのでずっと後日でも移植可能だが腎臓は三十分以内に摘出しないと使えなくなるのでお別れする時間があまりない。しかし健全であれば二人の命を助けることが出来る」等々。息子は娘に「骨髓は入院して医師の検査が要る。会社を休んでそこ迄する気はないので」と他の項目全部に○印をつけて説明したという。

私「殺すような気がして心臓はいや、眼球も人相が変わるからいやです」結局健全な腎臓であれば二人の命を助けられるかも知れないと腎臓提供に同意。しかし事故か事件かも含め現場検証と吐瀉物の検査が必要とのこと。娘は、私が家に帰っている間に息を引取った。最後の看取りが一人では兄が可愛そうだし自分も辛いから移植を断ってここに居てくれという。医師は、臨終は二分後かも知れないし数時間後かも知れないと云う。最後の看取りが出来なくても本人の意思を全うするための行為だからその方を彼は望むと私は決断、戻る迄待っていてくれると信じて覆面パトカーというものに乗せてもらい「緊急車輻通ります、赤信号渡ります」のマイクをずっと聞き乍ら吐瀉物の入ったバケツを持ち帰る。間に合った！息子は待っていてくれた。協力して道をあげ通して下さったバスやタクシーの乗務員の方、沢山の歩行者の皆さんに感謝。名前を呼びながら顔や手足を撫でたりさすったりしつつ「ご臨終です」といわれる迄語りかけつづけた。お医者さんは霊安室から霊柩車までずっと付き添って下さった。お礼を言い乍ら窺うと「長年医者をやっているが提供者は少なくてこれで二件目です。息子さんにもご遺族にも深い敬意と感謝を払う」と云われ、こんな大病院でと少なさに驚いた。

葬儀場に着くとコーディネーターから逐次報告あり「きれいな腎臓でした」「S医大病院とT医大病院で移植」「二人共お小水が出たので移植成功」とのこと。息子の遺体に報告して誉めてやる。逆縁だが骨拾いをする。当然すぎる程当然のことだが骨以外臓器は灰すら残っていない。「あの細いお線香でもしっかり灰は残るのに。どっちみち影も形もなくなるんだから息子の意志を尊重して提供に同意してよかった」やっとな心の落ち着きを取戻した。でも「使える臓器は何でもどうぞ」と広い心で同意すればよかったのという後悔も頭をもたげてきた。が、急なことであれが精一杯だったと自分を慰める。七月に後期高齢者の健保証が届き裏に臓器提供の意思表示欄があり驚いた。私達のような老人の臓器でも役に立つのだろうかと思いつら駄目モトで○印をつける。先般六歳未満の愛息の臓器のすべてを親御さんの意思で提供された報道を見た。そのご決断に深い敬意を表しこの報道が世論を喚起し起爆剤になったのではと思ひ、願うことしきりである。省みて吾が偏狭を恥じるべきを柵に上げて提案させて頂くと医療に携わる方は卒先してドナーカードを持つ姿勢になってほしいこと。医療機関はもっとドナー受け入れ体制を拡充ささえること（その後かなり大きな救急病院でもその構成になっていない所が多いのを知ったので）

自殺防止の呼びかけが盛んな昨今、併せて「患う命を救うこと」にももつと目を向けた
ものである。

見知らぬ人から授かった命の灯が喜びと感謝で元気に燃え続ける。かたや、提供した方の遺族も、この広い空の下の何処かで命を受継いで元気に暮らしているであろう人の喜びを自分の喜びとし心の支えとして生きる。打算と欺満に満ちた現代、ある意味でこれほど純粹なことがあるだろうか。

その行為の証として後日、本人宛に届いた厚生労働大臣からの感謝状、本人の名の上に「故」とも「亡」とも書いていない賞状と笑顔の写真を前に、早くからドナーカードと献血手帳の束を持っていた息子を誇りに思い、「頑張ろう」と誓う毎日である。

子育て支援ボランティアに参加して

内藤 俊子

2011年11月、板橋区の子育て支援者養成講座を受講した。子育て支援に必要な知識や技術を習得する講座で、子育て支援に携わる人材を養成する目的で区が開催している。

この講座を受講したきっかけは、年子で二人目の孫が誕生し、退職して娘のフォローをしているうちに、いろいろ考えることがあったからである。

私が勤めていた職場は、少人数でやりくりしており、休暇をとるのもままならず、二人目の孫が生まれるので休ませて、とはとても言えない。還暦を迎える年でもあり、娘のフォローを優先させるため退職した。

また、郷里で一人暮らしをしている老いた母を、だんだん放っておけなくなってきたもいた。ちょうどいい区切りだったと思う。

二人目の孫が誕生後、1ヶ月は自宅で世話し、その後は千葉県柏市の、買い物にも不便な所に住んでいる娘の所へ、毎週泊りがけで出かけ夢中でフォローした。少し落ち着いてからも、小さい子はよく熱を出すので、医者に行くにも年子は大変で、そのたによく呼ばれたりした。ようやく下の孫も歩けるようになってから少し余裕が生まれたが、娘を見ていて、実母等の助けを受けられないお母さん達はどうしているのだろう、と思わずにはいられなかった。多分夫の多くは、朝早く出かけ、夜遅く帰る働き方だろう。保育園に預けたとしても子供が病気になるたら親はほんとうに困るだろう。

ちょうど夢中でフォローしている頃、大阪で3歳と1歳の幼子が放置されたことにより餓死した事件が起こった。ニュースを見るたび、孫達に重なり、涙がこぼれた。身内の応援は受けられなかったのか、近所の助けは、行政の支援はどうだったのか。報道によると、親とも、別れた夫の親とも音信不通。行政に支援を求めることもなかったらしい。23歳の若さで、働きながら一人で子育てするストレスや孤立感はどれほどのものだったか。何とか社会の支援を受けられる状況を作り出せないものか、と考え続けた。

そんな折、板橋区の広報でこの講座を知った。ためらいなく申し込んだ。

板橋区の子育て支援者養成講座は、まず3級から始まる。約1か月、10回ほどの講義（子育て支援の必要性、子育て支援者の役割と倫理、子供や母親の体と心など）と保育園や児童館などでの実習（1日半）があった。

3級の受講修了者は、次のステップとして2級の講座に進める。2級が修了すると、有料のボランティアも可能となる。子供を自宅で預かったり、保育園の送り迎えをしたり。最初はそこまで出来るようになりたいと思ったが、受講してからは、子供を預かったりすることの責任の重さを痛感した。簡単ではない。気楽にもやれない。「命」を預かることだ、
と思ひ知らされた。

3級講座の最終日、2007年に受講した方達が立ち上げたボランティアグループの活動を知り、毎回ではないが、その活動に参加させてもらうようになった。その方達は、講座で学んだことを、地域にフィードバックしたいという思いを持ち、徐々に活動するうち、正式にグループを立ち上げたとのこと。毎月行われる「親子交流会」を軸に、板橋の有名な商店街の一角にあるスペースで、月に3回「親子ひろば」を開催している。

親子交流会では、エプロンに可愛い人形や動物をマジックテープで張りつけ、いろんな

物語を演じるエプロンシアターや、パパも一緒に歌のコンサート、お母さん達の手作り教室など開催して活動している。

手作り教室では、お母さん達が手芸などの作業している間、子供を預かって少しでも子供と離れる時間を持つてもらい、気分転換できるように支援している。

親子ひろばでは、商店街の中のスペースで、20畳くらいの場所に床マットを敷き、上がってもらう。ぬいぐるみや手作りの遊具、おもちゃ、絵本、紙芝居など用意し、子供の月齢に合わせてメンバーが交代で対応する。

また、季節に合わせて、笹飾りやスイカの工作など、小さな子供達がお母さんと一緒に作れる工作も手作りで用意する。何度も来てくれるお母さんの中には、お母さん同士顔見知りになり、育児の悩みや心配事などを話す機会も生まれる。いろんなイベントにも誘いあって行くようになり、一人で子供と向き合う時間も減らせる。友達の友達はまだ友達となれば、孤立もしなくてすむだろう。

しかしながら、この活動はボランティアなので、資金繰りが大変らしい。メンバーはもちろん、その家族も動員して手作りの手芸品、袋物やデコパージュ石鹸、エコたわし、ネ

クタイのリサイクル品、ティッシュカバーなど、いろんな物を作って販売し、資金として
いる。また、買ってくれる人にも、私達は板橋区の子育て支援をしているので、ぜひご協
力を、と認知してもらおうように話もしている。

それにしても、メンバーの情熱と努力なくして会の存続はないだろう。家庭を持ち、仕
事もしている人や、他にもボランティアをしている人もいる。勉強会も欠かさない。

にこにこ笑ってくれる赤ちゃんの顔、笑顔で帰っていくお母さんの顔を見ることで、い
ろんな苦勞が報われるとメンバーは思っていると思う。私もそうだ。一人では難しいこと
も、仲間がいるからできるようになる。そこにボランティアをしている者にも喜びが生ま
れる。

餓死をしたり、虐待されるような子供が少しでもなくなり、親子とも笑顔でいる時間が
少しでも増えるよう願っている。家に籠ってないで、外へ出ましょう。同じようなお母さ
ん達と知り合いましょう。もつと子育てが楽しくなるよ。心の中の悩みを吐き出せばもつ
と楽になるよ、苦しいと言っていいんだよ。助けて、と言っていいんだよ。きつと手を差
し伸べてくれる誰がいるから。

地域には、草のように根を張り、地道に活動している人々がたくさんいるだろう。どんなことでもいい。自分に来ることをまず始めてみよう。

私の生きる力

草野 律子

私は看護学校に通う31歳の学生です。2人の子どもを持つ母であり、夫の妻であります。私にとって家族、家族との「絆」は、私の人生そのものです。それは日々の幸せです。忙しい毎日の中で感じる小さな幸せのかけらが集まって大きくなり、私の人生を豊かにしてくれます。決して平坦ではない人生に、希望と勇気を与えてくれるかけがえのないものです。私が長女を出産したのは18歳の時でした。当時の私は、妊娠したら、子どもは何事もなく生まれてくると思っていました。しかし、実際はそんなに甘いものではなく、切迫早産で入院し、常位胎盤早期剥離を起こしたため、妊娠8ヶ月で帝王切開による出産となりました。生まれた我が子は934gの小さな命でした。半年間毎日会いに行きました。搾乳して凍らせたお乳を持って、たった数分の面会時間でも、会いたくて毎日通いました。

この経験が私の命を見直す機会をくれました。生きているとはどういう事なのか、命とは一体何なのか、私は初めて自分の命をかけたがえのないものだと感じ、大切に思いました。そして、娘を生きて家に連れて帰ると心に誓い、私にできる数少ない事を続けました。食事のバランスを良くし、質のいい母乳を出すこと、毎日会いに行くこと、娘の生命力を信じることに、そして娘は今、中学生になりました。もう少したてば、私の身長を追い越してしまう。少し恥ずかしがりやで引つ込み思案ですが、賢く優しい子に育ちました。小さな頃はどんぐり集めが大好きで、洋服のポケットやおもちゃ箱、部屋の片隅がどんぐりだらけでした。公園で、両手いっぱいのだんぐりを、にこにこしながら私に見せてくれた姿が懐かしいです。最近はずっかり大人っぽくなりましたが、私を間違って先生と呼んでしまったりするかわいらしい一面が残っています。

2人目は長男です。出産は23歳の時でした。偶然にも、娘の担当看護師で病院での母親代わりだった方が助産師になっており、帝王切開手術に参加し、長男を取り上げてくれました。私の隣に連れてこられた息子は、ただただかわいらしく、「大仏様みたい」という私の言葉に、手術中にもかかわらず、二人で一緒に声を出して笑いました。何事もなく生

まれてきてくれた事に感謝の気持ち溢れ、素直に喜ぶことができました。私がかわいがり過ぎたのか、息子は少し甘えん坊です。元気いっぱいの子に育ちました。あんまりかわいいので、布団の中でお姫様抱っこをしたところ、嫌がるどころか、「ママ、お姫様抱っこじゃなくて、王子様抱っこにしてよ。」と、甘えた声で言いました。どんな勘違いをしているのか、少しの間の後で、私は大笑いしました。王子様抱っこがあるのならぜひしてあげたいです。

2人の子供達は、私にたくさん幸せを与えてくれます。今までどれだけ私を笑顔にさせてくれたのか、どんなに私の人生を豊かにしてくれているのか、言葉では言い表せません。

私にはもう1人子供がいました。3人目の子です。姿は見えていなくても、この子は私の人生を大きく変えた大切な存在です。その目に光を見ることはできなかったけれど、確かに私の中で生きていました。今も私の中で生き続け、生きる力と今を大切にすることを与えてくれます。妊娠7ヶ月目、心臓が止まっていると知らされた時、言いようのない苦しさと自責の念が込み上げてきました。同じ一つの体でありながらどうして私は何もしてあ

げられなかったのか、どうしてこの子は死んでしまったのか、これは現実なのか、受け入れられる事が出来ませんでした。この子は帝王切開はせず、自然分娩をしました。幸せな分娩とはかけ離れていましたが、私の夢であった自然分娩を叶えてくれた事を感謝しています。私は苦しみのあまり、しばらくの間、外に出ることができなくなりました。心から笑うこともなくなり、生きていることの全てが、罪悪感でいっぱいでした。時間は当たり前のように流れて、2人の子供達も日々成長し、私を必要としていました。私は生きている意味を考えました。自分が生きているのはなぜなのか、どうして私ではなく子供が死んでしまったのか、答えなどありませんでした。

しかし、大切なことに気がつきました。命は一つ一つが奇跡で、誰かと交換できるものではなく、人は遅かれ早かれ必ず死ぬということです。ならば自分が与えられた命を精一杯生きようと思いました。子供が生きるはずだった人生の喜びや幸せや夢、苦しみ悲しみの分まで私が生きて感じようと思いました。それから全てが変わり、まったく違う人生が待っていました。自分の身に起こる事全てに感謝し、人生が輝き出しました。夫も子供達も、ずっと私を待っていてくれました。それ以来、どんな時も家族で支え合い、乗り越え

てきました。人は一人では生きられない生きものだと思います。たとえ一人でも、そこには目に見えないたくさんの人との関わりが存在します。それに気がつけるかどうかは自分次第です。私は家族にたくさんのお事を教わりました。これが私の人生、家族との絆、幸せのかげらの集まり、希望と勇気です。

私には夢があります。助産師になって、命の誕生する瞬間を助けることです。自分の命を少しでも誰かの為に役立てたいです。忙しく、辛いこともたくさんあります。体が分裂してくれないかと思う事もあります。そんな忙しい毎日を力強く前に進むことが出来るのは、家族の存在があるからです。夫がいて、子供たちがいて、私がいる。

小さな幸せのかげらに気づき、大きくまとめて明日への希望と勇気にして、今日も精一杯生きています。

家族力大賞'12 ～家族や地域の「きずな」を強めよう～ 事業概要

ひとりぼっちで住んでいる人が多い東京。多様な背景をもつ人々が暮らしている東京。再開発で高層住宅が増え、空き地や原っぱが減ってしまった東京。そんな東京では、家族や地域のきずなが人々にとって大切な支えになっています。あなたのまわりでかけがえのない家族のつながりや、家族のような地域のつながりを実感したり、きずなを広げようとした話を聞いたことはありませんか。家族力大賞事務局では、家族や地域の「きずな」を感じた体験を募集しています。

主 催 社会福祉法人東京都社会福祉協議会

後 援 東京都
社会福祉法人東京都共同募金会

応募資格

- (1) 都内在住、在勤又は在学の方
- (2) 東京都で認証を受け活動するNPO法人等

選考方法 運営委員会にて本審査を実施

選考基準

- ① 作文については、人から聞いたたり、どこかで読んだものではなく、ご自分で体験されたものであるか（ただし、親子、祖父母と孫による聞き書き、福祉施設職員による利用者からの聞き書きは可とする）。写真・イラストについては、未発表で、家族のきずなや地域のつながりが感じられる作品になっているか。
- ② 実践や体験にもとづき具体的に表現されているか
- ③ 地域や社会との関わりやつながりがテーマになっているか
- ④ 家族や地域などとの新しい関係を提案しているか
- ⑤ 個人の体験を超えて、他の人や社会へのメッセージになっているか

受付期間

平成24年7月1日～平成24年9月30日

家族力大賞運営委員会

委員長

袖井 孝子（お茶の水女子大学名誉教授）

委員

井之上 喬（日本パブリックリレーションズ研究所代表、京都大学大学院特命教授）

西崎 哲郎（KFｉ株式会社社長）

澤田 敬介（東京新聞編集局生活部 部長）

高橋 陽子（公益社団法人日本フィランソロピー協会 理事長）

山崎 敏子（NPO法人コンピュータエンターテインメントレーディング機構事務局長）

川澄 俊文（東京都福祉保健局長）

（敬称略）

ご協力いただいた企業の皆様

協賛

東京新聞

協力企業

特定非営利活動法人モバイル・コミュニケーション・ファンズ

七島信用組合

株式会社ユタカ

(敬称略)