

私の「ハッピー」に幸あり」

二十回生 中内 國子

(柏倉)

小さい乍ら幸せを感じる時、それは皆さんと同じように自分のみならず家族や関係する人がみんな健康であり、つましく生活できてちよっぴり贅沢を楽しむ時間を見出したときではないでしょうか。

七十歳を超えた私が「この感謝だけに終わらせて良いのかしら？」と感じたのは十余年前のことでした。

元来世話焼きの私は、七年間同居の母を見送った後、母が生前にデイサービスを受けていた近くの老人ホームから、時間が取れる時でよいから歌を一緒に歌ってあげてほしいとお話があり、コーラス以外では人前で歌ったことがない私は一瞬ためらいましたが、週二回、火・金の午後三時から午後五時頃まで行くことにしました。友人達から一緒に手伝いたい旨の申し出がありました。お

られたときには何よりも私自身が感動します。

こうして、ひとりひとりを意識してさしあげると、みなさんに表情が出てこられる、この嬉しさは便宜上ボラントエアと云ってはおりますが私はいつも心の中で決してこれは奉仕ではなく共に楽しませて頂くホスピタリティー(暖かい誠意でのおもてなし)だと思っています。皆さんがいつもこの時間を待っていてくださることを耳にしておりますので、折角なら職員の方々にも予定をたてやすいようにとこの約五年間私自身やすまないように心がけており、旅行はもとより風邪を引くことも出来ません。

この数年は、頭脳明晰ながら四肢不自由のために車椅子生活を余儀なくされている方に漢字のクロスワードパズルを作成して頂いたのがきっかけで、寝たきりだった八十歳代の女性も辞書を引いての難問を作成し、みんなを悩ませるのを愉しみに毎回持参されるようになり、私も試されているようでムキになって考えてしまいます。

対抗上、私も食事中や電車の中、寝床の中など場所や時間を問わず楽しみながら漢字クロスワードパズルを作っておりますが、簡単に正解が出ても癪だし、ほどよくみんなを悩ませる問題を作るのはなかなか難しいもので

としよりの皆さんの表情や様子をみながら歌詞カードから自分流に選曲したり、アドリブでギャグを入れたりし易いので、友人達には他の曜日に一日でも行つてあげて欲しい旨を伝えて、同行はお断りしました。

ア・カペラで唄うのは自分のキーに合わせる事が出来るメリットもあります。

歌うだけだと時間をもてあまします。そこで、歌詞の意味合い、言葉の意味など三十人近くのおとしよりと一緒に考えたりすることを始めましたが、その他にも話題を作るために、テレビや本などから珍しい事象をメモしたり、小話・コメントを考えたりすることで私自身が学ぶことが多くなりました。

ナツメロが大好きな人、思い出話の好きな人、漢字パズルなどの考えることが好きな人、腰掛けたままの体操が好きな人などいろいろな方が一堂に会しているので、この方達の顔色を終始見ながらその日のカリキュラムを進めていくのです。

全てのことに関心が低かったり笑顔がでない人を職員に頼んで前の方に移動させて貰い、その方の目を見ながら歌っていると、いつの間にか笑顔が出て小さな声で歌ったり話したりするようになり、特に漢字パズルに答え

す。

このようなパズルは、「正解を得ることが目的ではなく、考えること自体が大事なヨ。そして、それを口で表現して下さることが目的ヨ」と言っています。

そのため、出来るだけいろいろの方に答えを頂くようにしておりますが、正誤はともかく、考えての上で回答される方が少しずつ増え、中でも耳が遠い九十四歳の女性がよく難問を正解されて驚くことがあります。また、ときには言葉の不自由な方が拳手され私の手のひらに正解を指で書いて下さると私は嬉しくて嬉しくて……。

一方、職歴・学歴などによって知識に自信を持っている方から間違つた答えが出たときにプライドを傷つけないで正解へ導くための対応に苦労します。

このように考えることが好きな人は未だ少数で、歌つたりおしゃべりするのが好きなのですが多数ですが、歌いながら身体を動かす「腰掛け体操」は意外と好評で、全員が参加されるばかりでなく、覚えて帰って家でも実行しているところ家族にも喜ばれております。

また、数年前の私の誕生日に皆さんから「ハッピーバースデー」の歌、手作りのカードそして利用者代表からお礼の言葉を頂いて感激したのをきっかけに、毎月の季節

に合った誕生カードを主人の協力でパソコンで作って貰い、利用者一人一人に、ご家族とご本人へのメッセージを書き、皆でハッピーバースデーを歌いながら差し上げています。

お会いする機会が少なくてあまり存じ上げない方については情報が少なくてなを書けばよいのか判らず、また、長い間続けて来られている方には毎年のことなので前と違う表現を変えてのメッセージと、私の感動した情報を出るだけお知らせしております。

私自身マンネリ化の虞れを考えて悩むことがあります。が、差し上げたカードを涙を流しながら何度も見ておられる方を目のあたりにすると、カードを差し上げるのを止めるに止めれず、うれしくもしんどい思いを続けています。

例え認知症の人にも肢体不自由な人にも、表面的な特別扱いや幼児扱いをせず、むしろ例えば夕飯のメニューの相談にのって頂いたり、教えを請うなど、健常者に接するのと同じ気持ちでお付き合いすると不思議に通じるものですね。利用者の皆さん達はやはり人生の先輩ですもの。

なんの資格も能力もない私ですが、母の教えや母が祖

母に接する姿をみて育ったことで、こんなに喜んで頂けるといふ大きなものが与えられたことに感謝しております。

財産三分法には縁の無い私ですが、人生三分法を当てはめて、「学習期」、家族の健康幸せのための「努力期」、そして第三期の現在は、今まで頂いた多くの方の支えや経験、感謝の気持ち、そして今度は心からの「お礼期」として、私で役に立つことなら力を尽くしたいと考えていました。

偶々目にした五木寛之著の「林住期」に書かれている古代インドの人世四分法は、私の三分法との違いこそあれ共感でき、また四十七歳からオペラ歌手を目指して千里山会二十回生で私と同期の東敦子さんに師事された、「ベルサイユのばら」などの劇画で有名な池田理代子さんのお考えに接し、スケールの違いこそあれ、私の生き方もまんざら悪くないものだなと思いつつこれからの余生を意識し、大切に過ごしたいと思っています。

心に残る利用者の語録の中から

男・七十台 (元大手商社員)

これらは、私の思いも掛けぬ励みになり、宝になり、はりあいになっており、少しでもご本人の幸せなひとときを楽しんで頂けるように、また、陰ながらご家族への応援のつもりでおります。

この時間がなかったらどうして過ごしていただろうか？

天女が無い降りてきてくれたようだ。

男・八十台 (元新聞記者)

このホームはレベルが高いよ。心の中では貴女に舌を巻いてるよ。

女・九十台

先生は私達に体当たりで相手してくれているんですね。ありがとうございます。

女・八十台

この時間が一番楽しくて勉強になります。人生でこんなに楽しい時に出会えるとは思いませんでした。冥土のみやげにいたします。

女・八十台

綺麗な声ですね。こんな所で歌っているのは勿体無いですよ。貴女をみると、ホッとして若返る期がしますよ。

女・八十台

先生！長生きしてくださいネ。そしてずっと面倒みてネ。と涙

などなど