

## 佳作

### 「自分を大切にすること」

武藤 長寿さん

私は、現在38歳、今年39歳になる。

「健康」に対して冷めた態度を取ってきた。

日本人は健康に対する意識が高い、と日々流され続ける映像を目にする度に思う。健康食品や健康グッズのテレビCMや通販番組、名医と呼ばれる医師達が出演するテレビ版『家庭の医学』、体にいいとされる商品の新聞一面広告…。私たちが求める情報において、最高位にランクされるのが「健康」関連情報なのではないか。

確かに、病気もなく、元気に一生を過ごすことは何よりも幸せだし、そのベースがあるからこそ、仕事に打ち込めるし好きな趣味にも没頭できる。健康情報をより多く仕入れることは、他人に比べて、健康でいられる（知識が多い）優越感を味わうためでもあるのかもしれない。

健康情報を欲するのは、ある一定の年代であると思える。40代からの人間ドック受診が常識とされているし、体の不調を訴えたり、突然の大病に襲われる人が増えたりする年代。身の回りに、病気や命にかかわる話題や経験をする人が増えるため、自然と健康に関する感度が高まっていくのではないか。

母は、私とちょうど30歳違いで、現在68歳で、今年69歳になる。

多少のことは気持ちで乗り切る、昭和な人である。

そんな母から私は、「脳梗塞で、明日入院することになった」と告げられることになる。

2016年2月12日の夕方だった。

今思うと、その声には、やはり悔しい、仕事をやめなければならないだろうという諦め、こうなることが分かっていたのに手立てを取らなかった自責の念等、様々な思いが巡らされていたのではないかと思う。私は、多少驚いたのと同時に、いよいよ、親も私もそういう話が出る年齢に達していたのだと、半ば他人事のように感じていた。

普段から、膝が痛いだの肩が痛いだの言っていたのは聞いていたが、親の健康状態というのを、あまり親身に聞いてこなかった。

血圧が高いことは、以前から市の健康診断で指摘され、薬を処方されたこともあったらしいが、深刻に考えず、普通に生活ができているから大丈夫と、薬をやめてしまった。そして、毎日、片道40分かけてパートに出かける生活を続けた。早番・遅番あるも、帰りが午後8時を回る日が多かったように記憶している。いくら母とはいえ、知らず知らずの内に身体にこたえていたのではないか。私たち家族は、なぜ、もっと早く気づいてあげられなかったのか。皆、無関心だったのではないか――。

退院後、私の運転で職場へ出向き、仕事仲間とお別れをした。入院中は、家族以外は面会禁止のため、そこでお仲間からお見舞いをいただいた。「お返しにまた来んきゃならんじゃん」とこぼしていたが、あながち残念そうでもなかった。

ろれつが回らなかつたり、麻痺が出たり、血圧も上が200近くをマークしたりと、母親の入院中の様子はめまぐるしかったが、病院スタッフの適切な治療のおかげで退院できた。生活動作レベルが改善した頃、病院を出たい欲求に駆られたようだが、厳しい主治医の指導の甲斐あって、母親もリハビリをまじめに行った。

退院後、ふと母の後ろ姿が目に入ったとき、ずいぶん痩せてしまったように思えた。

病院生活から日常生活に戻るのには、大変だとぼやいている。2か月は自動車

の運転を禁止されている。守れているか聞くと、はぐらかされる。

母は古希を迎える。

節目を目前にして、テレビで健康番組を眺めているところではない毎日を送った、とでも言いたいところではあるが、実際は、母もリハビリの合間にテレビは見ていたろうし（無類の中韓ドラマ好き）、私は私で、帰宅して医者が出演していれば、脳血管疾患ネタは流れていないかチェックしていた。

巷にあふれる健康情報。それが本人に有用な情報かどうかは、本当のところ、素人には分かるまい。それでも、母に必要な情報があれば届けてあげたい。家族や近所に相変わらず気丈に振る舞う本人は、そんなもの求めているかもしれない。私だけが、私自身のために、母の健康を気にしたいだけかもしれない。

タレントの松村邦洋氏がテレビ番組に出演していた。努力してダイエットし、2009年東京マラソンに出場したものの、痩せてもなお90Kg超の体重と練習不足がたたりに、スタートして15Km程の地点で急性心筋梗塞で心肺停止となって救急搬送された。現場での救命処置や入院治療、多くの人たちからの激励を通して、今視聴者に届けたいと発したのが次の言葉。

「あなたの人生はあなたのもの あなたの命はあなたを大切に思っている人のもの」

だから、「人のものを粗末に扱ってはいけない」と。