

～私からあなたへ～

自治医大卒業生リレーエッセイ  
19期生バトン vol. 4

\*28年11月号\*

井田(齋藤)理絵先生【山形県 19期】  
西日本旅客鉄道株式会社  
高校1年生(16歳)、中学3年生(15歳)



## 「 遠くに住んで、親を看取る 」

人生、何があるか予測できることも多いですが、いつ起こるか正確にはわかりません。

平成27年は、私にとって忘れられない年となりました。2月に義父が亡くなり、6月に実母が、8月に実父が亡くなりました。

兵庫県出身の自治医大の同級生である夫と結婚して18年、山形県の私の実家から遠い地・神戸に住んでいるので、両親が急逝するようなことがあったら死に目に会えないかも、と覚悟はしていました。ただ、それがいつ来るかわからない。ずっと先かもしれないし、もうすぐかもしれない…。

義父はその数年前から病と闘っていて、進んだり戻ったりしながらも、ゆっくり別れの時が近づいてきました。義父がだんだん弱っていく中、自分の両親との別れの兆しの連絡が、突然やってきました。平成26年の秋のある日、父からの電話。母が胃癌のようだ、手術できない状態らしい、次の連休いったん帰ってきてくれないか、というものでした。

母は、30代で胃癌と診断され、胃の部分切除術を受けていました。まじめな母は、その後も毎月主治医に通院し、胃内視鏡を含むいろいろな検査を定期的に受けていましたし、人間ドックも毎年受けていました。その母が何ヶ月か前から、貧血が進行している原因を検索しているけれどもなかなかわからないということも聞いていました。胃切除後ずっと通院中の母が、まさか胃癌とは…。すでにかなり進行していて手術適応ではなく、抗癌剤治療と腹水を抜くなどの対症療法で、母は入退院を繰り返しました。

義父は病と闘ったというより共存したのかもしれませんが、彼らしい人生を送った義父を平成27年2月に見送り、人の死がまだ身近だった春に、今度は実家の父が黄疸を発症し、胆管癌であると判明しました。進行していく母の病状を気にしながら、父が5月に手術を受け、術後の診断でステージⅣでしたので、父も長くないなとこちらも覚悟を決めました。あれよあれよという間に、父も“病人”に認定されましたが、母を失うことを恐れていた父にとっては、自分も病気というのは、ある意味、よかったのかなあ。

私は長女とは言え、結婚して家を離れた身。医者だからといって、あまり口を出さないようにしようと決めていました。医療従事者である私の役目は、父母本人や妹たちが現状からかけ離れた認識をしていたら、そのギャップを埋めること。不安が大きければ和らげること。両親ともに、病状がかかり進行していると判断できたので、本人も周囲も死を受け入れる気持ちの準備をしてほしいと思いつつ接していました。

6月に母が亡くなり、その2ヶ月後に父が亡くなりました。立て続けに両親を失ったことは衝撃が大きく辛いことでしたが、それでも父の安らかな死に顔を見た時、父は母を追いかけたかったんだと妙にホッとしました。母を大好きで早くそばに行きたかった。母は、父が来るのが早すぎる！と怒っているかもしれませんが。

そんな大変な1年でしたが、私は気持ちの整理がつけやすかった。前から、いつかは両親が亡くなるという覚悟をしていたのがありますし、実家が遠かったので、その往復の移動の間、1人になる時間を作ることができました。特急列車から日本海を眺めながら泣いたり、飛行機の中でいろいろ思い出したり、新潟駅でカフェに入ったり。これまで毎日忙しくて余裕がなかった私が、このような時間を持てたことは、両親を失う気持ちの整理をつけるためにも、日々の繁忙の気分転換にもよかったと振り返っています。何よりも、休職や在宅ワークを活用して両親に付き添ってくれた東京の妹と、一人暮らしをやめて実家に戻ってくれた妹、土日を利用してしょっちゅう実家に帰ることを許してくれた夫と娘・息子、余裕のない私を支えてくれた職場の同僚…、本当に周囲の皆さんのおかげで、私も両親を見送ることができました。

子どもが小さい頃は毎日の子育て・家事が大変だと思いますし、その後(または同時にくるかもしれませんが)自分のまたは配偶者の親の介護がやってくるかもしれません。自分が病気になるかもしれません。気持ちの準備をしつつ、いざその時が来たら人や制度をうまく活用して乗り切れたらいいですね。なんでも完璧にはできません、皆さんそれぞれ、皆さんのできることをやっていけたらいいですね。

後輩医師・学生へ一言メッセージ

「 皆、年をとります。自分も、親も…。  
心の準備をしましょう。 」