

第 37 回 死の臨床学会 松江大会 2013.11. 3

教育講演「宙（そら）をみて いのちを想う」（全講演記録）

内藤いづみ

みなさん、こんにちは。本当に盛りだくさんの研究会で多くの先生方のご尽力で、こんなに華々しく、そして着々と成功されていることを嬉しく思います。

私も山梨県の甲府で小さな診療所をしながら頑張っております。重症の患者さんを抱えながら講演に出かける時は、デイケアの方をお願いしたりしますが、私が必ず看取るから「待っててね」と本人にいいながら、綱渡り状態で全国各地を巡っています。

先ほど司会の本家先生にご紹介して頂きましたが、本当に三十年もよく生き残ったなどいいですか、在宅ケアの分野で頑張ってこられたなというのが実感です。この会場の三分の一くらいの方も私と同じ思いでいらっしゃるのではないのでしょうか？ そして、新しい世代もこの中にお入りになって「死の臨床」という大きなテーマを一所懸命勉強されて、みなさんの地元に持ち帰って頂きたいと思っています。

私もこの「日本死の臨床研究会」にはご縁を頂いて、三、四回講演をさせて頂いております。この土地に入ると「ご縁」という言葉がわーっと降り注いでできます。「縁」という言葉を英語にするのはとても難しいですね。日本オリジナルのコネクションと言いますか、訳しきれない。今日は、そういう縁の本拠地でもあるこの松江で、みなさんにご縁が結ばれました。本当に一期一会の時間です。今日は、本邦初公開の宇宙の話のムービーを十分にまとめたものを、最後にみなさんに観て頂きたいと思っています。

今日のテーマは『宙を見て命を想う』ということで、「宙」という字を書きました。宇宙の「宙」です。何で宇宙なんだろうかと思われるかもしれませんが、みなさんも小さな時に「人間は何故生まれてくるんだろう？」と悩んだり、「人間は何で死んでいくんだろう？」または、「人はどこから来て、どこへ行くのだろうか」という、ゴーギャンの画ではありませんが、そういう疑問を持ったことがあるのではないのでしょうか。その答えを宙の中に見つけたいと思っています。

今日はいろんな臨床の現場で働いているみなさんが、どういう状況で苦しむ人や病む人の前に立つかわかりませんが、でもプロとして患者さんと向き合いながら、自分自信の人生の生きる話や死ぬ話も内包しながら、お仕事なさっていると思うんです。

私もまだ六十歳にはなっていないのですが、三十年仕事をして自分もいろんなことを体

験しながら、自分の体力や気力やいろんな力が落ちると、とてもとても抱えきれないなど思うようになって、気持ちが落ち込むこともあります。そんな時に、私の知り合いの天文学者が「空（宇宙）を見てごらん」って言ったんですね。「昼間だったら内藤さん、雲を見てごらん、夜だったら星を見てごらん」という話をしてくださって、山梨県の甲府にあるプラネタリウムでオーロラ物語を観ながら、私たちは癒されました。また、みなさんお時間がありましたら甲府にも来て頂きたいのですが、三六〇度のドームの中に世界のオーロラが写し出されます。

オーロラは現地の人は、あの世とこの世を結ぶ橋だとずっと信じていました。そして人が亡くなったとき、魂が足下を照らされながら橋を渡って向こうへ行くんだという、そういう伝説なんですね。今日は、みなさんには橋を渡って戻って来て頂かないといけなのですが、みなさんを宇宙におつれしますが、もちろん戻ってきてください。

この前の死の臨床学会の時は、北海道の仲間と一緒にでした。北海道では連続七年呼んでくださる親友がいます。医療関係者だけではなく、一般の方もいます。その方たちと命の講演会をした後、登別温泉に行きました。登別温泉の側には、地獄谷という恐ろしいところがあって、そこに三途の川がありました。それで、みんなで手を繋いで三途の川を渡ったんです。そうしましたら、「この狭い三途の川では、渡し船もうかないね」と、話をしながら、また一、二、三と言いながら三途の川を戻ってきました。

ですから私は最強の人間となって、ここに立っているんですが（笑）、今日、ひょっとするとみなさん、私の話の中で三途の川を渡る思いをするかもしれません。ぜひ、本家先生の力で、万が一渡ってしまった人は、必ず私の話の最後にこの世に戻ってきて、そして延命の力をもって今回の懇親会に殴り込んで頂きたいと思います（笑）。

私がいろんな友だちと学ぶ中で得た答え、「人はどこから来て、どこへ行くのか」。私が得た答えは、人は「星から来て星へ帰るんだ」という答えです。その答えのヒントが、今日の話の中で、みなさんの胸の中に落ちてくださいますように、頑張ってお話しをしたいと思います。それでは、映像をお願いいたします。

こちらは北海道の「美瑛」の写真です。美しい風景ですね。私には尊敬する先生がいます。一番の先生は死の受容を唱えたエリザベス・キューブラ・ロスという精神科医です。ふたり目はシシリー・ソンドースです。私がイギリスに滞在していた時に、実際にお会いして「内藤さん、ホスピスケアというのは建物ではないのよ、そのケアの中身をあなたは日本に帰って伝えなさい」と言ってくださいました。それからそのふたりと同じ頃女性と

して環境問題に取り組んだ方がいました。「このままでは、鳥の声が聞こえない地球になってしまう」と言った、レイチェル・カーソン。サイレントスプリングという本を書いた人です。そして宗教家として非常に頑張ったマザー・テレサ。そういう方たちが、私の一番天の上にいらっしゃる先生方です。いろんな現場で学んでいるみなさんも、日々の仕事・現場が辛い、患者さんとの出会いも喜びと共に試練があるでしょう。私が、みなさんにお伝えしたいのは★仰ぎ見る先生をここに（胸）にもって欲しいということです。そしてその先生のことを思い出したら、また初心に戻り、揺れた心がおさまるようになって頂きたいのです。

キューブラ・ロスという人は、いろいろな本を書き、誤解もされましたが、「人は蒔かれた種のように生まれてくる」と言いました。そして、「それは偶然じゃない」とキューブラ・ロスは言っています。「どこに落ちるか。その風をおこすのは、大きな大きな神さまと呼んでいいような風なんだ」とも言っています。だから人生に偶然はないのだと、断言しているんですね。

春が来て、夏が来て、そして秋が来て、そして冬が来る。この春夏秋冬のように人間は人生の課題をこなしながら生きていきます。でも、キューブラ・ロスは、「自分の目の前に起きることに偶然はない」と言ったのです。そして「この人生という学校で、すべてを学び終えたときに、それは卒業という形で死んでいくことなんだよ」と、子どもたちにも伝えたのです。

美瑛の写真に戻りますが、これは美瑛に通いつめた私の友人が撮って提供してくれたものです。

そして今回、振り返るということはとても大切だということを多くのスピリチュアルケアの先生に教わりました。「もう余命がない」という方が人生を振り返るというのではなく、私たちが元気な時に、自分の今までを振り返ることが重要です。そして自分の大切な人に「ありがとう」と伝える。自分の命が差し迫っていない時に、伝えておくことがとても大事だと感じました。

三十年の自分の歴史を振り返り一番思い出すのは、研修医を終えて、新米の医者だった時に、東京で出会った二十三歳の末期がんの女性のことです。はじめて自宅（在宅ケア）で看取った患者さんです。

当時は、誰もそんなことをしていませんでした。九十%以上の方が病院で死ぬというこ
としか考えていなかったのです。往診するというお医者さんが日本から激減した時代でし

た。そういう時代に「何故、できたのか？」と振り返ってみたのですが、私も、まだ二十代で、彼女と年齢が近かった、彼女を妹のように感じていたのかもしれませんが。その二十三歳の患者さんは、沢山の管につながれて熱を出してフーフー言っていました。私は彼女について近づいてしまったんです。医局員全員と親御さんは余命が三ヵ月だと知っている。でも、本人は知らされていない。そして管につながれたまま、このまま放っておいていいのだろうか？ そう思った時に、私は一歩前に出てしまいました。そして彼女に聞いたんです。「今、何が一番したいの？」と。そうしたら彼女は「先生、一泊でいいから家に帰れない？」って小さな声で言いました。「どうして？」と聞いたら「だって、何の片付けもしないまま出てきちゃったし、こんなふうに閉じ込められて、こんなふうに辛い日々を送るなんて想像もできなかった。先生、私は芥川賞もとりたいと思って文章を書いていた人間なのよ」って。「親にも見せたくないものもある。先生帰れるかな？」って言いました。そうして、これが私の「よし！」と思った第一歩だったんです。家に帰りたいと聞いて、その時にどうやって周りに伝えるかがとても重要です。余命三ヵ月ということは、親御さんと私たち（医者）は知っている。でも自分の命のことについて、わからない人っているのでしょうか？ 自分の体力やいろいろな状況を考えれば、絶対彼女も気づいていたはずです。私は本人自身に未来を選んでもらうということを最優先しました。

今は時代も変わりました。みんなが自分の情報を得て、そして選べる時代になってきました。でも、その情報は患者と信頼をもって、伝えられているかと言うと、まだまだ目を覆うような状況もあると思うんです。

今日、ここに一期一会でお集まりになったみなさん。ぜひ、信頼と愛情をもって、患者さんが自分の命の行く末を選べるような情報の伝え方ができる医療者になってください。「治療はどうするの？」「どこで過ごす？」——そういうことを選んでもらう時代が今、目の前にありながら、でも違和感を持っている人たちが沢山います。それが、今の日本の現状ではないかと思います。

それで、無事退院できた後、私とその彼女を百日抱えました。当時は携帯電話もない時代です。携帯電話もなくて、ポケットベルの時代だったんです。彼女優先のポケットベルを持って、何かあったら公衆電話を探して走るという時代です。今は、公衆電話自体がなくなってしまうでしたね。そういう時代に彼女の二十四時間を支えるという仕事をしました。

そして百日、彼女らしく家で過ごし、最期はお母さんの腕の中で亡くなるというサポー

トさせてもらいました。当時は、連携なんてとんでもないことだったんです。教授を騙して彼女を家に連れてきたんですから。この話をすると、今でもびっくりするお医者さんがいます。「よく、そんなことができましたね」って。「本当に当時から怖い物知らずだったんですね」って言われるんですけど、褒められているのか、けなされているのか、どうなんでしょうか？ でも、私はシステムの奴隷になる必要はないと思うんです。命の通うシステムだったらいいけれど、今、国がしようとしていることは、命の通いづらいシステムになる可能性があります。そこに命という愛情を注ぎ込むのは、苦勞して涙を流し、たまには血も汗も流す、そういった家族や医療者たちの努力だと思うんです。

そして私は 30 年前、誰も助けてくれないような状況の中で在宅で彼女を看取ることができました。今は助けてくれる人が沢山います。ケアマネもいます。システムもあるし、支援センターもあります。「病院と連携をしなければならない」と、国でも言っています。でも、それがどうやったらいい形になるのか、そこが大きな課題です。

私がある時、無鉄砲にも二十三歳の女の子を家で看取れたかということ、がんの緩和が何とかできたからだと思うんです。当時もモルヒネは使えました。だから全身転移で苦しんでいる彼女が「痛い」と苦しむことがなかったんです。もし、「痛い、苦しい」ということが起きてしまうと、そういう患者さんを抱えながら家で過ごすということは、家族にとって苦痛以外の何ものでもないのです。必ず緩和できる医療者がいること、それから二十四時間いつでも応えてくれる医療者がいること、そして、家族を含めて全人的な痛みに向き合おうという意識のある医療者がいることです。これが当時、私がかろうじて在宅で看取ることができた大きな要因だと思っています。

これが今、日本全国で可能になるかどうかという入り口に立っているのだと思います。これからみなさんは、自分が抱えていく患者さんとどう関わっていくか、素晴らしい未来の間口にいるわけです。今日、ここにいらしている医療者のみなさん、福祉関係のみなさんは、ものすごい熱意のある方たちだと思います。気をつけないと燃え尽き症候群になってしまうのではないかと、みなさんの顔を見ながら考えていました。ですから、みなさんが燃えつきないための話をしようと思っています。

今日は、イギリスのホスピス関係の方々もいらっしゃるかと思いますが、独立型のホスピスが一九八〇年代の終わりからイギリスでは沢山つくられました。そこで私が学んだのは、「命」というのは医療だけで抱えられるものではないということです。命というのは、その人の住んでいる土地や歴史や文化を抱えた、そういう大きな活動だということを学び

ました。それで、山梨県の甲府に帰って来て、医療者だけが突っ走っても絶対うまくいかないと感じたのです。命の主人公である、みんなに学んでもらわないと言うことで、めげずに偏見にも負けず、二十年コツコツと仲間の看護師さんや、遺族やいろいろな人の助けを借りて勉強会をしてきました。今日はアルフォンス・デーケン先生やいろいろな方がお見えになっていますが、そういった方々の力も借りてきました。

昔「ホスピス講演会」というと「ホステス講演会」と間違っただけの方が多いらしいんです。「死の臨床学会」では絶対あり得ない出来事だと思いますけど。

イギリスでは、こういう小さな子どものためのホスピスが二十年前からありました。日本ではやっと施設型のホスピスが日の目を見るような状態です。老人のデイケアではなく、末期がんの方たちがホスピスのデイケアに行くという現場もみえました。

日本では、末期がんの患者さんを在宅で看取るということは、三十年前ではあり得ませんでした。今でも、まだ難しい問題があると思いますが。がんの積極的治療の方法が増えてきたため、どこでそれをコントロールしながら楽に暮らすか、というのが最も必要なことです。みなさんが信頼できる仲間がいなくなかなか難しいですね。

でも、イギリスで見たことは大きな学びとなりました。「あ、これなんだ」と思いました。この写真は二十数年前のものですが、抱いているのがイギリスで産んだ息子です。息子はこういう場できちんとボランティアが出来たので、本当にきちんとした良い子に育ってくれました（笑）。

末期がんの患者さんと交流する場で、赤ちゃんを連れていけるホスピスがあるということに、私は大変びっくりしました。もっとがんの患者さんたちががんの苦しみから解放されるためには、がんによって苦しむという不安を払拭して、そして助けてくれる仲間を見つけて、そして生き切れるということを伝えようと思って頑張ってきました。

この写真の患者さんですが、余命数日だと周りも自分も気がついています。朝「おはよう」と言いましたら、髪の毛をキレイに整えていて、スコットランドですから自分の好きなタータンチェックのスカートをはいて、「お写真を撮ってもいいですか？」と聞いたら自分で口紅をつけて、「あなたの日本のお友達たちに見せないさい」と写真を撮らせてくれました。本当に強い方です。私はそういう人たちの姿がとても勉強になりました。

さらにこの方は、胃腸系の病気があって、腸閉塞がなかなかよくなって、吐いてしまうんです。日本で教育を受けた医者は、すぐに点滴をしたくなります。「点滴をすると楽

になりますよ」私が言いましたら、彼女は「嘘よ」ときっぱり答えました。「日本の医学教育ってどうなっているの？」とすごく怒られました。日本人は点滴が好きですし、「私たちも点滴をよくしますよ」と言ったら、「私たちを点滴で縛らないで」って言いました。「コックさんや家族が作ってくれたスープの方が、ずっとステキなのよ（栄養になるのよ）」と言った言葉が耳に残りました。山梨に帰ってきた時、点滴はなるべく使わず、そして、私が学んできたことを患者さんに押しつけないようにしながら、これが最善だと思うことをご本人や家族と相談しながら解決できる医者になろう、こちらの哲学の押しつけはしないように気をつけようと考えたんです。

ですからみなさんが学びを続けた時に、これを選んだ方が絶対楽だと、こんな積極的な治療、こんな凄まじい副作用の抗がん剤をするより、その治療をそろそろやめて、緩和ケアをメインにした方が、絶対楽に生きられると思っても、そのことを説明しても、「これを選びなさい」と押しつけた時に、それは本人の選択ではなくなるのです。そこを私たちはいつも心をぎゅっと握りしめながら、患者さんのことを思いながら、みなさんも日々悩みながらお過ごしになっているのではないのでしょうか。

私はホスピスをイギリスで学んだ人間なので、シシリー・ソンドースさんが立ち上げた、聖クリストファーホスピスには何度も行きました。私がここで一番みなさんにお伝えしたいのは、もちろんホスピスの中身もそうなんですが、聖クリストファーホスピスには紋章のようなものがあります。これは私の勝手な解釈ですが、聖クリストファーという人は、多分渡し船に乗って、魂をこの世からあの世へ運ぶといった役をしたのかなと思ったんです。三途の川というのは、日本だけではなくて、世界中にあって、人類が持っている神話などはとても共通していると感じました。

私の友人の里みちこさんという詩人が「渡し船」という詩を作っています。紹介しますね。

「岸のほとりでたたずむ人が 向こうに行くのに橋がない 私でよければ渡し船 ちょいと送っていきましょか 岸に着いたら名も告げず ただのひと言 お元気で」

この詩は、今日ここにいらっしゃるホスピスや緩和ケアを実践しているみなさんの詩でもあります。私たちが渡し役で、こちらからむこうへ、なるべく患者さんが困らないように思い残しが少ないように、でももし時間のタイムリミットがあったら、一生懸命に人生のライフレッスンに取り組めるように、また時にはその人が持っているエネルギーが出し切れるようにする。そして時にはその人をオンブしながら、向こうの岸に渡して、この渡

し船の詩のように、「じゃね」と言って私たちは帰ってくる。帰ってこなければ、どうなってしまうかという、私たちは精神的に靈的に燃え尽きてしまいます。もうこちらの岸に渡って、次の人を渡すということが出来なくなるわけですから。

だからみなさん、今日、この学会に来ている人は真面目な方が多いと思うので、ぜひ皆さん自身を守るために。私たちは「渡し役」なんだということを、どこかで思い出して頂きたいと思います。

キューブラ・ロスという方は、なかなか理解しがたいところもある方ですが、子どもの死の看取りということについても沢山手を貸してくださいました。ダギー君という脳腫瘍だった子の写真ですが、ダギー君は「ダギーへの手紙」という素晴らしい手紙を書いています。このダギー君がキューブラ・ロスに「ロス先生、どうしてボクみたいに若い子が死ななければならないの？ どうしておじいちゃん、おばあちゃんが死ぬ前にボクが死ぬの？ ボクが悪い子だったからなの？ ママの言うことを聞かなかったから？ どうして？ 死ぬって何？ 命って何？」ということにキューブラ・ロスが答えてくださっています。『ダギーへの手紙』という本がありますので、ぜひみなさんご一読ください。キューブラ・ロスは精神科医です。生と死の医学の創始者です。こういう方たちの歩んできた道を辿りながら、学びながら今ここに、一期一会で私たちはここにいるのです。

キューブラ・ロスの書いた『死ぬ瞬間』という本は、瞬間の話ではないんです。DEATH AND DYING。死にゆく過程ということです。死にゆく過程ですから、今、ここに生きている私たちも入るわけです。そして『沈黙の春』を書いたレイチェル・カーソンです。すごく強い人でした。最終的には乳がんで亡くなります。こうやって先端医療に結びつくDNAの二重螺旋が発明された時代に、さきほどのキューブラ・ロスやシシリー・ソンドース、レイチェル・カーソンが、生と死の医学をはじめていたんです。最先端を裏打ちする医学も同時に生まれてきたんです。

私はクリスチャンではありませんが、こういう歴史を振り返ると、まさしく神さまのはからいかなと思うんですね。一方で人間を滅ぼすかもしれない最先端の技術が進んで、その裏に生と死という、人間が避けきれない、そういう医学を実践する女医さんたちが頑張っていた。

私もいろいろな患者さんと出会いました。この患者さんは、最期まで自分の仕事であるドライフラワーを作って、内藤先生へのクリスマスプレゼントだと言って、「ホスピスの啓蒙活動に使ってください」と、イベントの会場で売ってくださいました。「痛みを止めてく

れたお礼だ」と言って、ドライフラワー作りをしてくれました。この方の側にいるのは看護師さんたちですが、当時は訪問看護の制度もなく、この方たち本当に一生懸命にやってくれたんですが、リースを作る勉強をしていたんです。ある時、私に電話が来ました。「先生、もう帰ってもいいですか？」って言うので「ダメよ」って言ったら、患者さんに「あなたは不器用だって言われて、注射は上手いけど、手先はだめね。あなたの作品はバザーで売れないわよ」と言われて、ゴミ箱に捨てられましたって泣いているところです。私のクリニックで働くと、いろいろなことが学べます。この看護師さんたちは二種類だけリースが作れるようになりました。とても大きな思い出になっているんですね。

この写真は出雲にいらっしゃる鈴木先生というお医者さんが使わせてくれました。昔、私たちはこうやって家で産まれて、家で産湯につかって、みんなに祝福された。そういう時代に医療は進化していなかったけれど、町のお医者さんが来て、看取ってくれた。今私たちは医療と科学が進化して、病気で死ぬということが当たり前になって、家でどうやって赤ちゃんが生まれ、寿命が来たらどうやって死んでいくのかということをみんな見ていない。だからみんなが恐怖と不安の中にいる。それを一步步ずつ、在宅ケアに関わる友だちが、みなさんの仲間が「恐くないよ」と当事者と家族の背中をなでながら今があるということです。今、産湯という言葉は若者には死語ですね。二十代の学生に「産湯ってわかる？」と聞いたら全員スマートフォンで調べていました。産婆さんという言葉も死語。学生から質問で「産婆ってばああじゃなきゃできないんですか？」って聞かれたから「ばああになる前にやっている人もいるけどね」と応えましたけどね。

六歳のお孫さんが感謝状をくれました。私たちが末期がんのおじいちゃんにモルヒネを注射したり、いろいろな治療をしていたのを見ていたので、それを感謝状にしてくれました。でも、この感謝状は私の名前ではないんですよ。看護師さんの名前なの。私はそれに嫉妬しましたね（笑）。「内藤先生、ありがとう」ではなくて、そこで一生懸命看病してくれた、主任のナースの名前だったんです。ナースには勝てない（笑）。

いろいろなお話しをしたいのですが、お時間も迫って来ましたので。今年出会った、市村さん九十三歳の末期がん患者さんの映像をお観せします。素晴らしい方でした。その方は大腸がんの末期で、病院に入院すればいろいろな騒ぎを起こして病院にはいられない状態でした。手術もできない、治療もできない、認知症もあって、だいたい一分しか記憶が残らない。そういう人が家にいるということを、なんとかみんなで支えました。子どもさんが四人いらして、その四人がおばあちゃんを家で看取るということに取り組んだんです。

映像を見ていただくととても余命一ヵ月の方には見えないんです。余命一ヶ月と言われましたが、痛みをとって、八ヵ月元気で過ごしたんです。

（動画流れる）これは往診の風景です、さりげなくお腹をさわったりですとか、チェックはしています。映像を観ていると、一緒にヨガをやったりしてふざけているようにみえますが（笑）こうやってこの患者さんは段々と食べられなくなって、そして、最期の最期まで出会う人に「美人だね、美男子だね」って言っていました。ほめ認知症なんです。訪問看護の方たちもみんなニコニコして帰るし私たちもこの患者さんに会うのがとっても楽しみでした。

八ヶ月間の中で、四人のきょうだいの方たちには、おばあちゃんがどうやって亡くなっていくか一生懸命に伝えてきました。最期のプロセスで息はこうなるよ、と教えていたのに、最期の看取りに私が駆けつけたとき、きょうだいケンカをしていたんです。男の人たちが取っ組み合いのケンカをしていました。「どうしたの？」って聞いたら「救急車を呼ぶっていうんだよ、このバカが」「おばあちゃんは、もう三十分も持たないよ。最期の息だよ」って言うのに「いや、お袋が苦しうだから、病院に連れて行って管をつなげてもらう」と言った人が一人。それで、大ケンカしていたんです。

私たちはケンカしている人たちはそのままにしておいて、娘と嫁と私と看護師で静かにおばあちゃんを看取りました。そういうふうに絶対わかっているはずだと、思っているけど、パニックになることがあるんです。死にゆくことを今までみてきていないので。

その時に押しつけず、一生懸命に抱えながら、「大丈夫ですよ」と伝えることが、私たちプロの力かなと思います。そういうユニークな患者さんに出会いながら、でも私たちの仕事は楽ではない。楽ではない私たちが、どうやって自分自身を取り戻すかと言ったら、空を見て、雲を見て、自然の中に入っていったり、そして星を見たり。3・11の震災のときに、すごく星空がキレイだったそうですね。電気が全部消えて。その時、被災者のみなさんは、自分の身内が津波で流され、家も流されていた時に、がれきの上で星空を眺めて「ちくしょう！ 星空はなんでこんなにキレイなんだよ」と思い、悲しかったけれどなぜか癒されたそうです。その宙・空の話を、今日は十分のムービーを特別にみなさんのために、天文学の専門の方に作って頂きました。オリジナルです。高橋真理子さんという天文学の研究者が作ったムービーをご覧ください。

宇宙の外に行ったら、戻ってきてくださいね。気がついたら三途の川に行ってしまったら、助けませんからね（笑）。ぜひ、自分を取り戻して、この会場を後にしてください。（ム

ービー流れる) はい。ありがとうございました。みなさん、戻ってきました? 今日は本当に、少しでもみなさんの癒しの時間になればと思い、この映像を用意してまいりました。会場を明るくしてください。あと五分ほどお時間があります。少し眠くなりましたか?大丈夫ですか? 私たちは今日は、みんな星の仲間です。星のかけらなんですよ。今夜もし、星が見られたら、このムービーを思い出して欲しいと思います。宇宙の中では一瞬のきらめきのように短い名十年という命を与えられた私たちが、必死で生きて、そして出会いの中で、必死に支え合っていく。さまざまな試練も乗り越えながら頑張って生きていきたいと思っています。私は福島県立医大を出ましたので、どうしても今度の震災の痛みから、なかなか逃れることができません。実は、福島にいる詩人、和合亮一さんと写真家の佐藤秀昭さんがおつくりになった素晴らしい本があります。『私とあなたここに生まれて』というものです。三重の私の知り合いの先生が紹介してくださいました。最後にこの詩を朗読して、みなさんへのプレゼントとします。

また、山本雅一さんという作曲家がリボンという音楽をつけてくださったので、音楽を流しながら詩を朗読したいと思います。『わたしとあなたここに生まれて』

今日は、僕の誕生日、

地球の誕生日、

いとこの誕生日、

風の誕生日、

うれしい誕生日、

さびしい誕生日、

希望の誕生日、

祖父の誕生日、

あなたの誕生日、

青い空の誕生日、

今日もまた、ありふれた一日がうれしい

今日は誰かの誕生日、

誰の誕生日?

心の中で 悲しいことがぼっかりと浮かんでいる

だからそれを見つめてごらん

悲しい雲が悲しい雨を降らせている

だからそれを見つめてごらん

雨を見つめてごらん

雨はね、悲しみを降らせている

だけど雨上がりにふと、見上げてごらん

雨はね、私たちの心の中にある

見上げると空が晴れている

こんにちは

また明日

おはよう

バイバイ

今日電話するね

明日遊ぼうね

約束 約束

夏には小さな旅をしよう

次の休みの日には魚釣りをしよう

今日家においでよ

明日また遊ぼうね

約束 約束

一緒にこの国をこの時代を暮らしていこう

約束 約束

風が遙かかなたから吹いてきて今、

私たちの間を通り抜けていく不思議

命がはるかかなたかた生まれてきている

私たちの間を通り抜けているという不思議

昔の人から今の人へ命が渡されてきている

私たちの間を通り抜けていくという不思議

水平線海鳴り

海鳥が風を切って私たちの間を通り抜けていくという不思議

わたしとあなた

ここで生まれて

ここで手を結び
一人立ち尽くしている
私はここに生きている
話をしよう
風と命と海鳥とあなたと
あなたの生きた日々を私は思っています
あなたの涙を私の頬に流しながら
雲を見つめていると
雲がいろんな形で
この震災の夢を伝えようとしている
雲が形をなすときをやめるとき
私たちの心の中には
宇宙の落とし物がある
それを拾うのが
ひばりのたまご

今日は、このひと時をみなさまと分かち合えたことを心より感謝いたします。本当にありがとうございました。