

「死」知ることは 「生」考えること

在宅ホスピス30年内藤さん(甲府)が新著

在宅ホスピスの先駆者として知られる甲府・ふじ内科クリニック院長の内藤いづみさん(62)が、「死ぬときに後悔しない生き方」を出版した。在宅ホスピスに携わり30年余り。最期まで自分らしく生き抜いた約4千人の命に寄り添ってきた。著書では「一人一人違う命の重さを、想像力を持って考えてもらいたい」と出会った患者21人の「最期」を紹介。自宅でのみとりが減り、死が身近でなくなったからこそ、特に若い世代に読んでほしいといい、「自分らしく死にゆくことを考えることで、今の瞬間を大事にし、人生をよりよいものにできる」とのメッセージを送っている。

〈杉原みずき〉

「誰にも一人一人違う、大切な物語がある。若い人たちにリアルな命の話を伝えたい」。末期のがん患者の希望と一緒にそば店へ行ったエピソード、重篤な状態になっても自分のことより家族の様子を気に掛けていた母親の話など21の物語を通し、やり残しのない生き方や困難の乗り越え方などを紹介している。デジタル化が進み、若い世代は「人との生の向き合い方を避けている」と感じている。傷つくのを避け、コミュニケーションの取り方も上手ではないという。「情報は豊富にあるけどリアリティーがない。人間も自然の中の一部という感覚も乏しい。生身の命の学びが薄くなっている」と危惧する。

病院で亡くなるのが一般的な現代は、自宅での最期が当たり前だったところに比べ、死が身近でなくなり、人生の最期を想像しにくくなっているという。「最期を想像できない人は、生き方を考えることも難しい」と話す。

医療が充実し、終末期でも積極的な治療が選べるようになったことで、「最近緩和ケアを受けるにしても短い期間になる傾向がある」。どうありたいか考えるタイミングを持ちづらくなっているという。在宅医療を支える基盤も整いつつあるといい、「主人公がどう生きるかを考えていくことが大事」と力を込める。死ぬことが目標ではなく、生きていくことに感謝すること、より人生を充実させることにつながる、と訴える。

これまで約4千人の最期に関わってきた。「生きること」を支えているから続けられる。臨床ではなく「臨生」だと思っっている。家族らに囲まれ、日常の中でその人らしく

く生き抜いた患者との関わりを通して「死の恐怖が薄れてきた」と言う。本書の裏表紙には、小さな芽が描かれている。「死は突然襲われるものにしてしまうと、本人にも周りにも恐怖しかない。だから、折に触れ死にゆくことをしっかり考えてほしい。死は怖がったり、忌み嫌ったりするものではなく、再生の始まりだと思っています」

患者21人の最期つづる



内藤いづみさん著
「死ぬときに後悔しない生き方」

「死にゆくことを考えることは、生き方を考えること」と話す内藤いづみさん
甲府・ふじ内科クリニック

昨年12月、母富士丸さん(享年96歳)をみとつた。「水も要らない」と言っただけは母が望むことではないだろう」と占滴もやめ、10日間生き抜いた。その間、富士丸さんが好きだった酒をこよりに浸し、1、2滴口に垂らしてあげた。「常に150パーセントの力を出して生きてきた人。健やかに、命を燃え尽くすように死んでいく、まさに生きたように死んでいく、という最期だった」と語る。

内藤さんの新著「死ぬときに後悔しない生き方」は総合法令出版刊で、税込み1404円。県内の書店などで取り扱っている。