

# Tokyo Tobihino Rotary Club



会長 結城 祐純



幹事 谷 和彦

会長テーマ クラブを再加速する

2023-24 Weekly Report vol.36-26

世界に希望を生み出そう

2024年1月23日(火) 第1661回 通常例会 於:飛火野事務所

■司会 親睦委員会副委員長 大貫寿会員

■開点鐘 会長エレクト 仙波秀夫会員

■お客様紹介 会長エレクト 仙波秀夫会員

●様

■奉仕の理想 今月の歌「スキー」

■ニコニコ報告 親睦委員会委員長 中澤 洋会員

ニコニコメッセージ後記

■出席報告 出席委員会副委員長 河野和正会員

報告後記

■会長報告 会長エレクト 仙波秀夫会員

イギリスで起きた郵便事業について、富士通の子会社が1999年に納入した会計システムにより現金が少ないことで大勢の人が、窃盗・横領などの罪に問われ自殺者まで出る悲惨な結果に追い込まれました。システムに問題があった事は運営会社が掴んでいたものの確認せず、放置していたが、システムエラーで現金不足はなかったことが判明し、関係者は冤罪であったことが明らかになりました。大きな社会問題になっています。私もシステム開発に携わっておりますので、対岸の火災視、とすることなく事件を受け止めました。

■幹事報告 会長エレクト 仙波秀夫会員

東京グローバルロータリークラブ10周年記念式典のご案内が届きました。

■委員会報告

●プログラム委員会 委員長 会員

ニコニコ報告 メッセージ後記

■卓話講師紹介 会員

惟住 浩太郎様 本日卓話をお願いしました。

■卓話「最期まで目一杯生きる」 惟住 浩太郎様

私、小泉孝太郎と一字違いの惟住浩太郎でございます。今日はこのような機会をいただき、心より御礼申し上げます。

少し自己紹介をさせていただきます。昭和44年生まれで今年54歳になります。今現在は、妻と20歳の長男、17歳の次男の4人家族です。私は積水ハウスに勤めて31年目になります。会社と自宅の往復をしていたサラリーマンの私に転機がありました。36歳の時にある団体と出会い、その会に入会することを決断します。そして、44歳の時に、ある新聞社と出会い読者になり、その後特派員になりました。

団体といのは日野青年会議所です。入会を決断できたのは、ある先輩に背中をドンと押されたからです。「今はいらなくて、いつ入るの〜今でしょ」どこかで聞いたことあるようなフレーズですが、決めきれなかった私はそう言ってもらえて本当に嬉しかった。心から感謝しています、守重社長。ペコリ。

そしてある新聞社というのは、宮崎県にある小さな新聞社です。事件、事故は一切掲載していない、感動できる話、共感できる話だけを掲載している日本講演新聞という新聞社です。青年会議所と日本講演新聞は、私に素晴らしい出会いを幾つもたらしてくれました。今日のこのような機会がまさにそうです。

幼少期のこともお伝えします。父と母と姉の4人兄弟でした。九州男児の父親は、性格はきっちり、そして気が短い人でした。母はというと、おおらかで、細かいことは感知しない、かなり大雑把な性格です。4つ上の姉は、とにかくよく喋る、目立ちたがり屋です。親戚との集まりがあ

ると、その場を独占するのは姉。親戚が私に話を向けると、姉が自分の話にきりかえてしまいます。今でもそうなんです。

父と母が仲良く話しているのは、一度も見たことはありません。父が母に怒鳴ったり、物を投げたり、暴力を振るうのは何度も目にしてきました。私はとめにはいることはできませんでした。父親のことが怖かったからです。そんな時に、大声を張り上げてとめにはいるのは姉でした。会話の無い父と母。でも、食卓はいつも姉の楽しい話があり、決して悲壮感はありませんでした。今、姉はフランス料理の先生をしていて生徒さんが100人近くいるそうです。腕前よりしゃべりじゃないかと思っています。姉のエピソードは面白いのですが、今日は父親のことをお話しさせていただきます！

今日お伝えしたいのは、緩和ケア医のドクター萬田緑平先生という方と群馬県での講演会で出会えて、その時にお聞きしたお話を実践して生活の変化があり、私の心がどのように変わっていったのか、ということをお話したいと思います。

私が幼稚園、小学校の年少のとき、父とキャッチボールしたり一緒に風呂に入ったりしたことを覚えています。でも、中学、高校、大学のときは、会話はほとんどありませんでした。怖くて避けていたんだと思います。関係が変わり始めたのは、社会人になってからです。怒鳴ったり、暴力をふるったりする父でしたが、年を重ね少しづつ穏やかになっていきました。私との関係にも変化が表れました。

社会人になり、営業職になりました。それはそれは苦勞の連続でした。寮にいたので、時々実家に帰り仕事の話をすると、父は私の泣き言をそれはそれは嬉しそうに耳を傾け、「うんうん」と笑みをこぼすのです。「そうかそうか。まあ飲めや」何にも解決していないのですが、話しを聞いてもらえるとは落ち着いたのです。仕事でこっぴどく上司に叱責を受けたとき、「辛いなー」とメールしたことがあります。そうしたらこんな返信がありました。「ご苦勞さん、僕もよく叱られたよ、叱られて納得と？があるよ。今が頑張り時頑張り、浩太郎！」この言葉は、今でもわたしにとって宝ものです。あの怖いおやじさんが叱られていた？同じじゃないか、おれと。少しづつ話せるようになり、仕事が上手くいっているかどうかは関係なく、いつも行けば「まあ飲めや」「そうか、そうか」と聞いてくれました。

はじまりは父からの一本の電話でした。「おお、浩太郎、ちょっと自宅に来てくれんか、話があるんや」自宅に行くと、いつもと変わらず「まあ、飲めや」とビールを注いでくれました。沈黙のあと、少し、寂しそうに「もう手術はできないと言われたよ、まあもう年だから仕方ないよ」2018年12月のことで父はそのとき82歳でした。そのときは「うんうん」と坦々と冷静に話を聞くことができました。電話で話したとき、なんとなくそのような予感があったからだだと思います。でも、家路につくときうなだれて帰ったのを覚えています。

父との残された時間、どんな言葉をかければいいのか、今は家にいるけれど、いつ入院すればいいのか、どんな治療が残っているのか、最期まで自宅にすることはできないのか、分からないことばかりでした。母の考えは決まっていました。ケアマネージャーさんと相談して、そろそろ入院という考えでした。病院で最期を迎える。そんなときです。先程お伝えした「日本講演新聞」がご縁で、萬田緑平先生との出会いがありました。群馬県で開催された講演会でした！

1964年生まれ、現在59歳。萬田医師は、大学卒業後、群馬大学付属病院第一外科に所属され、外科医として手術、抗がん剤治療などを行う中で、終末ケアに関心をもたれ「自宅最期まで幸せに生きぬくお手伝い」を続けていられます。偶然ですが、先生は日野市三沢のご出身です。患者さんやご家族の生の声、映像とともに講演活動をされています。交通費のみでご講演料は受け取っていません。講演会でまだ先生が伝えていた事はこのようなことでした。最後まで目一杯生きる講演会より本人の意思を徹底的に支援する。人生の最終章のシナリオは自分で描いてもらいましょうよ。体を支えられなくても心を支えられる。心の状態を上げられる。だから、今のうちにお話もいっぱいして、いっぱい何でもありがとうを伝えましょうよ。

講演のなかでこんな話をされています。亡くなることは、実は本当にシンプルです。だんだん元気がなくなってきた、寝てる時間が長くなってきて、食べる量が少なくなってきた、水しか飲まなくなってきた、寝てる時間が長くなって、水も飲まなくなってきた、すると呼吸が弱くなってきます。さらに呼吸が弱くなってきて、止まったときに人が亡くなる時です。ではなぜ死が怖いのか、こうやって穏やかに死んでいくのが、みんな嫌なんです。だから頑張るんです。頑張ったらどうなるか、頑張れば頑張るほど、つらくなります。髪の毛は抜けて、歯はぬけて、腰はいたくなりあちこち不都合が生じます。生きれば生きるほど「いい」と子どもたちや医師は思っています。でも、高齢になれば分かります。生きれば生きるほどつらいということが。じゃあ、どうしたらいいか。「生きてだけ生きればいいじゃないですか」「頑張りたいだけ頑張ればいいじゃないですか」頑張るから辛いんです。仕事も勉強も部活も遊びも、どんなに辛くても自分で頑張りたいと思ったことは、そんなに辛くないんです。それが生きることで。死ぬときも同じです。

頑張りたいと思って頑張っているうちは辛くないんです。何が辛いかというと「頑張らされる」から辛いんです。頑張らされなければ、そんなに辛くないんです。いいじゃないですか、ビール飲んだって、タバコ吸っても。あれもだめ、これもだめ、運動しなきゃだめ、入院しなきゃだめ、点滴しなきゃだめ、だめ、だめ、だめと云われながら亡くなっていくことが、ほぼ決まっています。萬田先生は15年前まで外科医でしたので、「これもだめ、あれもだめ」そういうことを手伝ってきたそうです。

こどもおっちゃんもいました。「一番頑張れる」のは、親孝行、子どもからの「ありがとう」という言葉が授けられた時。お父さん、お母さんだけでなく、あなたの大事な人、連れ合い、子ども、友人、お世話になった方。今元気だからといって、ずっと元気じゃなくて、自分も含めていつ死ぬか分かりません。大事な人に、「ありがとうございます」「あなたがいてくれて」って、その時が来たらいいと思っています。その時がきたらいいと思うのと、ほとんど伝えられませんが、3%くらいです。伝えると、相手も喜ぶ。自分も「ああ、言えた」という気持ちになります。体は支えられなくても、心は支えられる!講演の帰り際に萬田先生に「いっぱい、話を聞いてください、何遍でもありがとうを伝えてください」晴れ晴れとした気持ちで群馬から家路につきました。実家に行き、私がまずした事は、あらためて父親に今後どうしたいか気持ちを聞くことでした。

#### 自宅最期まで暮らしたい

父の答えはこうでした。「できれば最後まで自宅で過ごしたい。」このとき、胃、肺、食道にがんは転移していました。食道のがんで飲み込むのは苦労していたので、そこは何とかならないかと言っていたが、延命のための治療は望んでいませんでした。「できれば」と言うのは遠慮だと私は感じました萬田先生の話聞いて、父親本人の意思をサポートしたいと強く思っていたが、乗り越えないと進めない大きな壁があることは分かっていた。

#### 家族会議

今後について家族会議を開きました!母親、姉、看護師さん、そして私です。母親は自宅で看取るなんてとてもとても考えられない、いや選択肢にはありませんでした。姉も母の味方です。妻も母や姉に同意しないわけにはいきません。妻の両親も、「浩太郎さん、仕事があるし無理よ」母親が看護師さんにこう質問しました。「自宅最期までなんて絶対に無理です

よね?看護師さん。」大丈夫です!私は泣きそうになりました。自宅最期まで過ごせる。耳元で父親に報告したら満面の笑みをこぼしました。

一緒にお風呂に入りました。涙そうそうを聞きながら、背中を流しました。子供のころ、怖くて話しかけられなかったことも伝えました。大好きなウイスキーも一緒に飲みました。戦時中は満州で過ごしたこと。終戦前夜、ソ連軍の侵攻から逃れるため、チチハルからハルビンに列車で逃げようとしたが、間に合わず泣きながら家に帰ったこと。あとから、ハルビン行きの列車に乗れた方の多くが殺されたこと。コト島經由で40日かけて日本に帰ったこと。初めて聞く話ばかりでした。お風呂に一緒に入って、小さくなった背中にお湯を流し、湯船につかりました。「あーきもちいいー」という声とその顔を忘れられません。

そのときは思わなかったのですが、私が父と母の子に産まれて、ひとりで湯船に入れるまでよく一緒に入れてくれたいなと、そんなことを思ったのです。そんなことすら意識しないで毎日生きていた。当たり前のことは当たり前じゃないのに、そんな気持ちになりました。

家族のために一生懸命働いてくれてありがとう、ありがとう、何度も何度も伝えることができました。母親はというと、父に今まで溜まっていたことを吐き出してました。その時、父は声がかたかったので、苦虫を噛んだような顔をしていましたが、それはそれで良かったと思っています。そうなんです、ほとんどのことは、自宅だからできたのです。

父を看取って感じたことです。本人の意思、本人が望むことをサポートができて本当に良かったです。萬田先生の言葉に、映像に勇気づけられました。そして、地域の訪問看護ステーション、訪問ドクターの支えがあって実現できました。心より感謝申し上げます。残された母親は、現在84才になります。毎週、1000m泳いでいます。母は父親のことは、感謝しかないと言っています。最期言いたいこと言えたからでしょうか。

#### ■謝辞 会長 会員

#### ●閉会点鐘 会長 会員

#### ニコニコメッセージ

仙波秀夫さん・本日も会長代理ガンバリま〜す。惟住浩太郎様卓話よろしくお願ひします。楽しみます。

山本光一さん・本日の卓話期待してます。よろしくお願ひ致します。

中澤 洋さん・寒い日が続いています。体調管理をお願いします。惟住浩太郎さん、卓話楽しみにしております。

佐藤礼子さん・昨日TVで核実験をしている映像観ました。旧ソ連で行われた実験はとても恐ろしく456回にもおよび被爆した方への影響は長く続いている姿がありました。世界の平和はまだまだ少ないんだなと感じました。短い時間で壊したり傷ついたものを何倍もの時間をかけて直していくのは大変です。今日も元気でいられる事を幸せて、感謝しなければと思いなおす時間になりました。

渡邊良勝さん・久しぶりの例会との感じがします。七尾町に学生時代の友人が居て、JALの飛行機から脱出した一人に知り合いが居ました。

梅田俊幸さん・皆様こんにちは、本日は惟住さん、卓話宜しくお願ひ致します。

守重昌之さん・本日の卓話講師の惟住さんとは18年のお付き合いです。今日の卓話では私の知らない惟住さんを見られそうに楽しみです。よろしくお願ひします。

小高俊明さん・惟住様、本日は大変お世話になります。どうもありがとうございます。

河野和正さん・コロナインフルエンザも流行しております。体に気を付けてください。惟住様卓話よろしくお願ひ致します。

御嶺光広さん・少し早く日野駅に降りたので、日野宿交流館と日野宿本陣に寄って来ました。あらためて日野の歴史と新選組に触れることが出来て、外は寒くても心の中が温かくなりました。

大貫 寿さん・本日、司会を務めさせて頂きます。不慣れですがよろしくお願ひいたします。

藤野益夫さん・先般はベネファクターの賞状をありがとうございました。惟住様卓話を楽しみにしています。

出席報告	総数	出席	MU前	MU後	欠席	出席率
第1661回	24	22	1	-	1	95.8
第1659回	24	22	2	0	0	100

ニコニコBOX	本日 27,000円	累計 527,721円
	本年度目標額1,200,000円	達成率43.9%

※今週のメークアップ 水野さん

※先々週の後メークアップ なし