

「手をつないで生きたい」

萩^{はぎ} 原^{はら} 裕^{ゆう} 子^こ

水を渡り 復た水を渡り 渡水復渡水

ても、地震か?! と思うくらい体がフラツと

花を看 還た花を看る 看花還看花

なったり、突然強い不安感が出たりするよう

春風 江上の路 春風江上路

になった。甲状腺、脳のCT、耳鼻科の検査

覚えず 君が家に到る 不覚到君家

等も受けたが、異常なしだった。東京の友人

明代の詩人高啓の「尋胡隱君」という、この詩が好きである。爽やかな春風、美しい花、

に電話をして相談したら、「まさか?! 後期更年期?!」

キラキラと輝き、とうとうと流れる水のある

と笑われたので、思いきって更年期外来も受

風景の中で、心弾ませ元気に友を訪ねる姿が

診した。結果は、「これは更年期の症状に本

目に浮かぶようである。できるなら、人生は

当に良く似ていますが、更年期障害ではあり

いつもこのような気持ちで、と願っていた。

ません。自律神経失調症かウツです。心療内

しかし、現実には甘くなかった。七年間、脳卒

科へ行つて下さい」であつた。65才で更年

中で倒れた夫を介護。それが、三年前、突然

期はないかと思つていたので、原因がわか

終わってしまった。夫が逝ってしまったその

つて安心はできた。かかりつけ医に相談した

日から、毎日来ていただいていたヘルパーさ

ら、「萩原さん、まだ心療内科はいいよ。も

ん、訪問看護師さん、ドクター、ケアマネー

し、どうしてもという事があつたら、うちで

ジャーさん、介護用品のレンタル会社の方等

も薬は出せるから」と言われ、ホツとして不

が、さっと来られなくなった。それは、当た

思議に元気がでてきた。感謝している。

り前の事だったが、私が密かにチーム萩原と

長く介護していた方を亡くし、自律神経失

名づけて、頼りにしていた方々ともう一度お

調症やウツで悩んでいる方は、多いと感じて

会いして、ちゃんと「ありがとうございました

いる。私が、自分の力で本当に元気になった

た」が言いたかったし、思い出話もしたかつ

ら、同じような方々と手をつなぎ、悲しみが

たという気持ちが強くなり、けじめがつかず、

少しでも癒され、前向きに自信を持って生き

つないでいた手をパツと離され、ただ一人と

ていける会を作りたいと考えている。できれ

り残された気持ちが続いた。少し落ち着

ば、「グリーンケア」も自分達でしたいし、

いた頃、帯状疱疹が出た。これは、ストレス

何より明代の詩人高啓の「尋胡隱君」の詩の

が強すぎたのだと納得ができた。しかし、夫

ように、みんなで爽やかに、元気にイキイキ

が逝ってしまったって二年目の頃、元気になろう

ワクワクと残りの人生を生きたい。決してつ

と鹿児島大学の公開講座に通つたりしたが、

ないだ手を離さず、へこたれず、あきらめず

急に多量の汗が出てきたり、イスに座ってい

立ち上がり、歩き続けたい!と思う。