

# ケアノート

## 菊田 あや子 さんの

リポーターの菊田あや子さん(60)は1月、山口県の実家で母の明子さんを94歳で看取りました。2019年12月に病院から自宅に連れ帰り、親子2人で約1か月、「母も命を使い切ったし、私もできるだけのことをして最期を見届けられたので本望です」と振り返りました。

母は93年に父を看取ってから一人暮らしをしていました。ところが、11年にかかりつけの医師から「認知症が進んでいるので、施設に入るか同居した方がよい」という連絡が来ました。毎日、何も感じずに母と電話で話していたのでビックリ。でも、父を介護している時にも、使い終わったおむつを放置して家中に悪臭が漂っているのに気づかないなど、どうしちゃったのと思うことが時々ありました。その頃から、少しずつ症状が進んでいたのかもしれない。

▲12年、友人の看護師が勤める医療法人のケアハウスに入所を決めた▼

私も2人の兄も実家を離れて働いているし、生活環境を大きく変えるのは母にとって負担だろうと考え、実家に近い施設に入所することにしました。ところが、入所のための荷造りを始めると、布団をかぶってベッドから離れず、「ご飯を食べよう」と呼びかけても「いらない」と。家を離れたくなかったのでしょう。

入所後は、毎月帰省する度に母を家に連れ帰り、2〜3日過ごすという生活を送っていました。そして、母の認知症が進んでいくのも実感しました。洗濯したタオルの両端を合わせることもできず、畳めなかったり、字が上手だったのにまったく書けなくなったり。当たり前にならなくなっていったことができなくなっていく様子を見るのは、ショックでした。

「ごめんね 汚いことさせて」と言われて、反省することもしばしば。介護ってつらくて大変だけど、よく考えると、介護されている人の方がもっとつらい大変なのです。

▲19年9月、感染症にかかって危篤に。何とか持ち直したものの、食べ物のみ込みむことができなくなりました▼

下世話も最初は大変でした。トイレに間に合わず漏らしたり、おむつ替えて体が汚れたりすると、つい口調がきつくなることもありました。

会いに行くたびに体が小さくなり、血管も細いから、点滴の針を刺せる場所も減っていった。看護師長になつて友人に「もう針が入らぬ時期は限られている」と思ったのです。

12月5日に退院。家に帰った母は「甘えていいの？」とうれしそうでした。介護ベッドの横に自分のベッドを並べ、一緒にテレビを見て、おしゃべりをして。外出はしづらいいし、夜中に何度も起きて容体を確認しないとイケないけど、全く苦になりませんでした。

元日は孫やひ孫が集まって家族写真を撮りました。そこでホツとしたのか、4日に発熱。7日の昼過ぎ、目をパチパチと開けて、口をパクパク動かした後、大きく2回息を吐いて動かなくなりました。家に帰ってきてから約1か月、私は母の死など考えず、「がんばれ」と言い続けました。母はそれに応えて、私のそばに居続けようががんばり、命を使い切ってくれたような気がします。

# 94歳母と最後の1か月

## 仕事キャンセル 実家に戻り



「母と一緒に1か月も自宅で過ごしたのは、高校卒業後に上京して以来初めて。最高の時間でした」(東京都内で)＝青木久雄撮影



在宅介護中の母・明子さんと(菊田さん提供)

きくた・あやこ リポーター。1959年、山口県生まれ。大学在学中にラジオ番組の司会を務めるなどして芸能活動をスタート。朝のワイドショーなどのリポーターを長く務めたほか、グルメや旅の番組に多数出演。話し方や食育、終活などの講演も行。一般社団法人終活協議会の理事も務める。

大好きな母を失った悲しみは決して小さくありませんが、できるだけのことはしたという満足感があります。「死」を見届けることで、自分の生き方を見つめ直すことができ、力をもった気がします。私自身も終活に取り組み始め、遠距離介護や看取りの経験は講演のテーマになりました。

聞き手 斎藤圭史

\*取材を終えて「完全燃焼。後悔はありません。さっぱりと8年間の介護を振り返る姿が印象的だった。「体を洗っていたら水の掛け合いになっ

た」「サンタの帽子をつけてクリスマスケーキを食べた」というエピソードや、笑顔のツーショット写真を披露してくれ、介護の印象が変わった。介護

ってそんなに楽しいの? 「大変ですよ。でも、やると決めたのだから気持ちよくやりきろうって」。いつか覚悟を試される時の参考になりたい。