

## 「こんどの日曜日」

公益社団法人 熊本県精神科協会 理事 高 森 薫 生

半世紀以上入院されていた統合失調症の女性患者さんが亡くなった。祖父、父そして私と三世代にわたって、医師として関わってきた。私にとっては「統合失調症の女性入院患者」ではなく、三歳からの私を知っている「おばあちゃん」だった。その人の存在自体が、当院の歴史、日本の精神医療の移り変わりそのものであった。口数は極端に少ないが、発せられるひとこと一言が苦しかった体験に根ざした重たいものだった。

その方の死亡診断書の診断名は、直接死因（ア）「老衰」とした。老衰は、厚労省の死亡診断書記入マニュアルに「高齢者で他に記載すべき死亡の原因がない、いわゆる自然死の場合のみ用います」と定義されている。「ただし、老衰から他の病態を併発して死亡した場合は、医学的因果関係にしたがって記載する」、例（ア）直接死因を併発した疾患名：誤嚥性肺炎、（イ）（ア）の原因：老衰と追記されている。あくまで直接の死因は誤嚥性肺炎で、その背景に老衰があるという診断書が求められている。しかし高齢の方の、静かに紅葉をへて、一枚の落ち葉となるような逝き方は、たとえ「肺炎」を併発した最期であっても「老衰」と書かれた診断書の方が、天寿を全うしたと家族にとっては受け入れやすいこともある。残念ながら「おばあちゃん」に家族はいなかったが、一方で国の統計のためには正確を期す必要がある。

私の働いている病院は今年で創立93年。入院期間40年を超える患者さんが30名ほどいる。また、勤続50年を超えて病院を支えてきた職員もいまだ現役。病院が過ごしてきた長い歴史とともに、世間は少子超高齢社会となってきた。それに最近「多死社会」という言葉がある。正確な定義はないが、少子高齢化の長期的な局面の中で年間の死亡者数がピークにさしかかる一時代と考えられる。総務省が平成28年2月26日に発表した国勢調査の速報によると、昨年10月1日現在の日本の人口は1億2711万47人。5年前の調査と比べて94万7305人（0.7%）減少している。国勢調査で日本の人口が減少したのは、大正9年の調査開始以来初めてとのこと。この人口が、内閣府の高齢者白書で推計されている最も先の平成72年（2060年）には8674万人に減少（高齢化率39.9%）。今後、団塊の世代が亡くなる2035年～2045年あたりに死亡者数はピークを迎えるが、その一方で出生率は下がり続ける。人口1000人当たりの死亡数は上昇を続け、平成72年には17.7になると予想されている。憂慮すべきはこの平成72年の出生数は5.6と推測されており、まさに少子高齢から少子多死社会だ。徐々に人間がいなくなるということか。

たしかに当院でも亡くなられる方が年々増加している。「おばあちゃん」の死亡退院を機に当院における近年の状況を調べてみたところ、年間約70名が亡くなられていた。ほとんどが（イ）老衰だった。当院では家族と相談したうえで、高齢の患者さんの容態が悪くなくても一般科の病院に送らず、こちらで最期を看取るケースが多い。単科精神科病院では、病院や地域の状況でずいぶん事情が異なるだろう。

死亡者の増加をふまえ、以前はカーテンで仕切られただけの4人部屋で最期を看取っていたこともあったが、少しでも家族の付き添いの負担を軽くし、本人との残された時間を大切にしてもらいたいとの現場の思いから、家族が寝とまりできる個室に改装した。和室の小上がりがあり、家族は畳に布団を

敷き、ふすま1枚を隔てて、大切な人が人生の最期の時間を迎える隣で眠ることができる。しかしこの個室も看取る家族がいれば多少なりと役立ててもらえるが、そのような方ばかりでない。「おばあちゃん」も52年もの長い歳月のあいだに家族や親類が一人もいなくなった。私たちが家族だった。行政とも何度も話し合いが行われ、後見制度を利用した。そして結局は、病院が終の棲家となった。

私は9年前に弟、2年前に父、そして昨年10月に母を亡くした。「おばあちゃん」は、この妣（なきはは）と同世代だった。今から45年ほど前、私がプロレスラーになりたかった頃、家族全員がそろうことはほとんどなかった。しかし京町の家陽のあたる縁側で、父と母、姉弟と私が一緒にいた風景が記憶の中に確かにある。今となっては姉と私しかいない。亡くなった弟、父、母たち全員の主治医と家族、ふたつの役割を体験した。この数年、私にとって死はとても身近なものになってきた。

最期まで現役で職員に指示をしていた父は何かにつけて私に、起ち上げてきた病院や施設の話をした。「おるは借金も引き継いだ、ぬしにゃ借金は負わせん」「高森病院は阿蘇にいっちょしかなかとぞお」。細かなところまで目と勘を光らせ、経費の無駄をなくし、その経営は堅実だった。それでいて時に人に騙されていた。昭和57年に「障がい者支援施設 くんの里」、昭和63年「みなみ阿蘇クリニック」、平成6年「介護老人保健施設 阿蘇グリーンヒル」、平成8年「介護老人福祉施設 あそん里」、平成17年「地域活動支援センター 時計台」をはじめ、必要な施設やサービスを立ち上げたのに加え、大正からの「高森病院」「阿蘇保養院」を「特定医療法人高森会 阿蘇やまなみ病院」へと大きくした。のちに、私が院長となり、「くんの里」は自分の目が十分に行き届く自信がなく、されど地域における知的発達障がいの重要な役割があったため、数億の無償譲渡を行った。父は、これにはずいぶん反対した。自分のつくってきたものを、息子がやりもしないで手放すことが許せなかったのかもしれない。しかし死期が近づくとつれ、業績やモノ、金の話の代わりに「人」の話をよくするようになった。「家族仲良くしろ。あんもんは良か、よう働く。大事にしろ」。確かに父が育ててきた古くからの職員に、私はずいぶん助けてもらっている。父が私に遺してくれた「人」という財産に、私は感謝する。最も重要な遺産というものは金やモノではなく、「人間」であるのだと思う。

外科医だった私が精神科医のはしくれとして、熊本の精神科協会の末席を汚すようになったこの10数年の間にも、三村孝一先生をはじめとして多くの方々が亡くなった。理事長や院長クラスの先生方だけでも30名ほどにのぼる。その中に父と母もいる。同年代の坂本眞一先生とは認知症の仕事でご一緒することになり、呑みながら（ただし坂本先生は呑まれない）、互いの非常に似た立場における孤独について語り合った。突然の訃報がとても悔やまれる。両親のように人生を全うできた世代での死と異なり、志なかばでの別れは受け入れがたい。

その協会の熊精協会誌のバックナンバーを事務局の越牟田さんが最近、大変なご苦勞のうでデジタル化し、ホームページ上で読むことができるようになった。そこには先達のさまざまな思いが綴られており、すでに亡くなった方々も多い。その中に父の文章があり、今回はじめて目にした。家庭を顧みず、自分の帰宅を「週に一度の家庭潜入」と表現した父が、家族5人でサイクリングをしたいと書いており驚いた。自分の思い付きを、どうやって家族に持ちかけようかと悩んでいる。

「全員出席協定の労をとらねばならぬ。心理的に加盟同調のムード造りをせねばならぬ。これが先決。そこでいろいろと思案をめぐらさねばならぬ羽目に落ちているのが現状で少々照れくさい上にむづがゆい。再び、とまれ人間は手近かな夢は実現させなければならない。今迄の生活の中にこういう夢を実現させるということが一度でもあったろうかと反省させられる。」

“わたしのあこがれ それは家族サイクリング” 高森治生 熊精協会誌 No.8 1976年7月

たしかにキャッチボールをはじめ、ともだちの家のような父と息子の交流の記憶はない。結局は、父の描いた家族サイクリングの夢は実現しなかったうえに、父の言う「家族」の一員である私は、翌年に県立熊本高校を退学になった。自主退学を勧められたが、かたくなに拒んだら教頭室に呼ばれて退学を言い渡された。後で知ったのだが、「退学」は自主退学と違い、ひとつの県立高校退学者は他のすべての県立高校への転入も認めてもらえず、そのうえ事実上、私立高校も受け入れはなく、17歳の私は熊本県を離れなければならなかった。その見捨てられ体験（自縄自縛である）は、今となっては仕事に役に立っていると思う。それらは、父が47歳の時だった。家族サイクリングが実現していても、退学処分は、かわらなかっただろうが。その当時、父がそんなことを考えていたとは夢にも思わなかった。そしてバックナンバーをひらくまで、存在すら知らなかった。結局私は報知新聞で見つけた新宿ゴールデン街の仕事に就きながら、東京都立京橋高校定時制を卒業した。4人しか卒業生はいなかったが首席だった。父は進学校を退学させられた息子に「ぬしゃ、馬車引きになっぞ」と言い放った、今の私よりも7歳若い父は、この多忙な仕事をしながらいったいどんな思いだったのだろう。父の原稿を読み、今はいない父と家族の風景、そのカイロスが私の中に蘇った。文章の中で確かに生きていた。もう会えないが、思いは死なない。

今回、古い協会誌をネットで読むことができ、ずいぶんありがたく思った。紙では保管もままならぬが、デジタルだといつまでも場所をとらず読むことができる。まさにコンピューター社会の恩恵だ。ただし電源あつての話だが。最近、脳の説明をするときにコンピューターを活喩することがある。例えば睡眠の説明で、覚醒時は internet on の PC とすればレム睡眠は internet off で作業している PC、ノンレム睡眠は sleep 状態。ECT は、再起動などなど。小学校の時、図書館で星新一の「声の網」という短編小説を読んだ。たしか、電話のネットワークが意志を持つという設定だった。現代ではその作家の空想が現実になりそうだ。しかし、コンピューターの Central Processing Unit や Hard Disk がどんなに人間の神経細胞の回路に近づいてきたとしても、軸索や樹状突起の機能ができて、シナプス（化学シナプス）はコンピューターには存在しない。脳のシナプス間は神経伝達物質がつないでおり、電気信号では飛び越えることができないからだ。脳全体で数百億個あるという神経細胞1個あたり万単位のシナプスを持っているというから、脳全体では兆の位となるシナプスが存在する。そしてその隙間をセロトニンやドーパミンが行き交う。きっとそのシナプスが心を創るんじゃないか。臨終を迎える脳のシナプス間隙は、セロトニンで満たされるのではないだろうか。死の瞬間には幸福感に満たされていると信じたい。人は微笑みながら死ぬこともできるかもしれない。父の最期の言葉は「仲良くしろよ」だった。

When you were born,	あなたが生まれたとき、
You cried and the world rejoiced.	周りの人は笑って、あなたは泣いていたでしょう
Live your life so that when you die,	だからあなたが死ぬときは、
The world cries and you rejoice.	あなたが笑って、周りの人が泣くような人生をおくりなさい

地域の年配の方へ認知症の講演をする機会も増えてきたが、その時にこの詩を紹介している。また、ピューリッツァー賞音楽部門ノミネートの詩集を書いた Nancy Wood による、ネイティブアメリカンの詩集“Many Winters”にある次の詩。これから私たちが直面する多死社会における高齢者医療についての緒がある。

Today is a very good day to die.	今日は死ぬのもってこいの日だ。
Every living thing is in harmony with me.	生きているものすべてが、わたしと呼吸を合わせている。
Every voice sings a chorus within me.	すべての声が、わたしの中で合唱している。
All beauty has come to rest in my eyes.	すべての美が、わたしの目の中で休もうとしてやって来た。
All bad thoughts have departed from me.	あらゆる悪い考えは、わたしから立ち去っていった。
Today is a very good day to die.	今日は死ぬのもってこいの日だ。
My land is peaceful around me.	わたしの土地は、わたしを静かに取り巻いている。
My fields have been turned for the last time.	わたしの畑は、もう耕されることはない。
My house is filled with laughter.	わたしの家は、笑い声に満ちている。
My children have come home.	子どもたちは、うちに帰ってきた。
Yes, today is a very good day to die.	そう、今日は死ぬのもってこいの日だ。

“今日は死ぬのもってこいの日 MANY WINTERS” ナンシー・ウッド著 金関寿夫訳

弟、父、母を短い期間に亡くし、職場では年間70名の患者さんを看取る日々のなかで、私は死を身近に感じるようになってきた。それでもまだ他人事と感じている時のほうが多いのかもしれない。このネイティブアメリカンの詩のように、昔は日本でも自宅で家族に看取られながら亡くなる人が多かった。厚生労働省の人口動態調査によると、自宅で亡くなる人の割合は1951年で82.5%、2014年は12.8%である。阿蘇市は7.6%で全国より低い。今の日本では8割以上の方が施設（病院、診療所、老健ほか）で亡くなっている。そのため子どもたちは、死とその過程を身近に経験する機会がほとんどない。長い間、死は生活の一部であった。現代ではタブー視され、触れてはならないもののように扱われているが、死は確かに私たちの近くに存在する。小学校など教育現場でも、もっと取り上げて良いのではないだろうか。今後は少子高齢多死社会がいつそう進んでいく。死に直面せざるをえない。見えているのに見ないふり、気づかないふりはもうできない。

学びとは本来、先人の教えを受け継ぎ、自分自身の経験の中で体得し、それを後進に引き継ぐことの繰り返しだ。医学の場においては、先達が残した多くの論文や研究などの功績をもとに自らの研鑽を深め、それを自分の次の世代へと繋げてきた。しかし死に関しては、自らの経験を伝えることができない。ならば親の死、身近な人の死、患者さんの死などを通して、死を学ぶ。そしてそれは、生きている自分にとっては、「生きる」ことそのものである。人は生きてきたようにしか、死ねない。私が死を迎えた、いや、生を全うした暁には、それは、クロノスの一時点ではなく、カイロスであり、幸福感で満たされたのか、ちょっとは微笑んだのか、先に逝った人々に逢えたのか。その報告をぜひとも熊精協会誌に記したいのであるが、科学者のはしくれとしては今のところ無理と言わざるを得ない。

その代り、今度の日曜日に娘を連れてカガワの自転車に家族の自転車を見に行こう。

そして親父がかなえられなかった夢を実現させよう。