

**第46号**

平成25年  
9月10日

**題字**

植木 満  
初代東進会会長

**発行所**

土浦一高東進会

〔茨城県立土浦一高  
進修同窓会東京支部〕

**発行人**

東進会会長 大野 金一



提供 土浦市市長公室広報広聴課

■平成25年度総会・懇親会風景

演奏 土浦一高吹奏楽部  
演舞 土浦一高応援指導部  
講演 平野 国美  
楽話 高山 了

■「看取りの医者」を書いた理由

平野 国美(昭和58年卒)

■半了のささやき⑬ 多様化

高山寺 半了(昭和41年卒)

■総会・懇親会出席者名簿

平成25年度 総会・懇親会が盛大に開催されました。

6月9日(日) 学士会館



土浦一高 吹奏楽部による演奏



土浦一高 応援指導部による演舞



土浦一高 海外研修 SEG(Science Explorers Group) 報告



吹奏楽部・応援指導部・海外研修 SEG へのお礼



講演 「看取りの医者」を書いた理由  
平野国美さん(昭和58年卒)



乾杯の発声は 卒寿を迎えられた  
片岡 弘安さん (昭和20年中卒)



楽しい話「みはたち(三二十歳)の夢」  
高山 了さん (昭和41年卒)



当番幹事(昭和43年卒・昭和58年卒・平成5年卒)挨拶



ニューフェイス紹介



応援指導部のリードで校歌の斉唱





茨城県東京事務所長 富沢信央 様



進修同窓会副会長 青山和義 様



土浦一高校長 豊崎利明 様

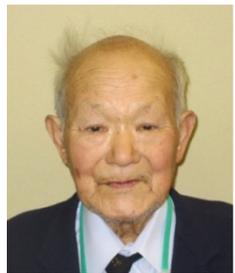
来賓



山口進 S20



狩谷孝雄 S20



大津一郎 S20



片岡弘安 S16



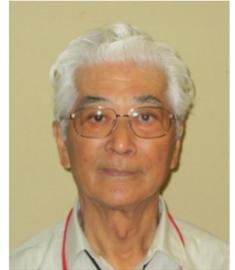
和田真 様

准会員

特別会員



西川恵美子 S29



砂川憲二 S28



坪井洋 S27



砂山嘉幸 S24



木島幸夫 S24



山藤和夫 S23



渡邊光夫 S20



中村信秀 S31



長島弘道 S31



露木修 S31



田村恒 S31



大野金一 S31



色川嘉一 S31



井坂正 S31



關井康雄 S33



服部彥雄 S32



渡辺隆 S31



山本嘉子 S31



山田晴康 S31



武藤明 S31



水越勝雄 S31



上野健夫 S38



矢口照雄 S37



若山宏 S36



宮本淳一 S36



菊田佳幸 S36



石田仁 S36



沼里征二 S33



広瀬巳良 S40



伊藤勝 S40



山田忠敬 S39



鈴木達 S39



久保内総子 S39



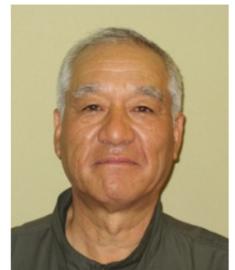
野村ルナ S38



中島穰 S38



高山了 S41



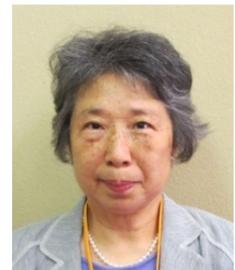
甲田三重 S41



桂栄治 S41



浦野滋夫 S41



今泉房子 S41



飯塚哲哉 S41



飯塚泰助 S41



宮本 英尚 S41



堀江 恵子 S41



久松 信明 S41



初田 正雄 S41



野口 卓男 S41



仁平 典子 S41



長戸 琴 S41



宮崎 好廣 S43



幕内 邦夫 S43



中村 洋子 S43



常山 浄子 S43



田中 保 S43



木村 繁夫 S43



山村 章 S41



坂本 光康 S44



逆井 誠 S44



斉藤 泰雄 S44



岡崎 孝宣 S44



大関 享 S44



渡辺 孝男 S43



柳沢 成二 S43



海上 裕之 48



小野 幹夫 S46



平松美恵子 S45



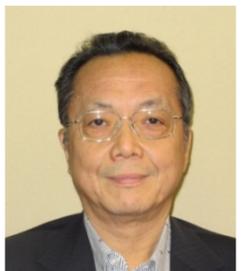
鈴木 良治 S45



福田 成志 S44



助川 博夫 S44



佐々木純一 S44



花上 克宏 S50



小野村敏之 S50



内田 敬子 S50



吉田 正史 S48



櫻井 克信 S48



君山 利男 S48



小坂部充功 S48



梅沢 好夫 S56



藤田 和子 S55



櫻井成一朗 S55



横田 孝義 S50



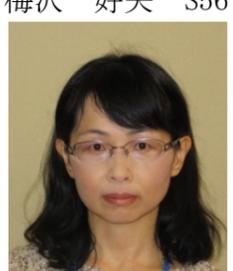
星川美代子 S50



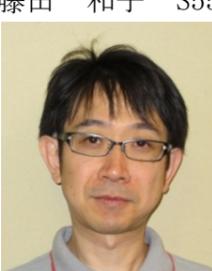
藤田加奈子 S50



樋口 久人 S50



酒井 美子 S58



後藤 康雄 S58



大貫 真澄 S58



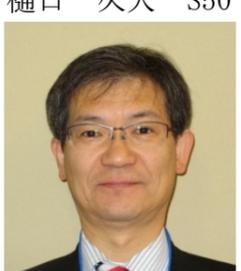
江島 美紀 S58



足立 博子 S58



柏瀬 孝子 S57



酒井 学雄 S56



伊東 明彦 H5



高谷 真一 S59



吉田 光代 S58



星野 正宏 S58



広瀬 直人 S58



平野 国美 S58



中根 千枝 S58



内藤 雅之 H21



五十嵐立青 H9



青山 大人 H9



助川 達也 H8



緒方 浩一 H7



堀越 智也 H6



# 「看取りの医者」を書いた理由

平野国美 (昭和 58 年卒)

みなさん、はじめまして、昭和 58 年卒の平野国美と申します。右も左もわからぬ状況で訪問診療専門のクリニックをスタートさせ、はや、10 年以上が経過しました。二千人以上の患者さんと御家族に関わり、そして 800 件ほどの看取り (自宅での死) に立ち会わせていただきました。人それぞれに生き様があるように、また、それぞれに死に様があります。50 歳を目の前にして、最近では高校の同級生や先輩の家を訪問する機会も増えてきました。

2008 年には自分の経験を記し小学館から「看取りの医者」として出版させていただきました。そして二年後、私の前に現れたプロデューサーを名乗る老紳士は「この原作を元にドラマを製作したい。お貸しいただけませんか？」この展開は考えておりませんでした。「主演は、どなたになりますか？」意外な答えでした。「大竹しのぶさんです。すでに、この本を読んでは OK を出しております。」私の役が、女優？ 大竹しのぶさんと聞いて一瞬、たじろぎましたが快諾しました。いや、させただけではありません。

その後、シナリオを元に昼間の医療の仕事が終わってから、都内、つくばで打ち合わせ、準備に参加。実際の診察の風景を助監督に見せ、イメージを掴んでいただきま



した。さらに驚くことにロケは土浦、つくばを主体に県内で行われることとなり、約二週間を撮影隊と過ごすことになりました。そして、一年後、放送された作品を見て、やるせなさが残ったのですが、改めて見直してみると、監督は、私の思いを映像の中で表現してくれたことに気付きました。そして、「看取り」という言葉も大分、世の中で使われ、意味も浸透してきたような気がします。それでは、私が訪問診療を通して患者さんとの尊い経験を通して得た今の思いを語らせていただきたいと思っています。単に「看取る」と云いながらも、人、それぞれに状況は違っています。親を失うことは自分の過去を、配偶者を失うこ

とは自分の現在を、そして子供を失うことは自分の未来を失うことと考えています。訪問診療という仕事を始めた時には、自分の仕事のミッションなどわかるはずもなく、今のスタイルは患者さん、御家族との関わりの中で生まれました。どう頑張ろうとも訪れる患者さんの死。私の患者さんの、ほとんどが 80 歳以上の高齢者、または癌の終末期であるとはいえ、週に二枚から多い時は、ほぼ毎日、死亡診断書を書いていると、一体、自分は何をしているのか？ 医者という仕事は何か？ 病を治して寿命を延ばす事。しかし、自分の日常は死の連続で、一体、自分は何をしているのかと悩み始めました。常識的に考えれば、いかなる死も医者にとつては敗北を意味すると思えていたからです。人生の終末期を迎えた患者さんを看ているとは言え、連続する死は私に精神的なダメージを与えます。

その年末に私の悩みは、ある患者さんの「死」によって救われます。その「死」が与えてくれたものが現在の私の原動力になっております。その肺疾患を患い自宅で酸素を吸入して暮らす患者さんは 90 歳近い方で奥様も 80 代の、いわゆる老老介護の状態でした。介護者である奥様も、特に病名はつかないものの年齢以上に弱々しい体で夫の生活を支えておられました。私が往診を開始するまでは入退院を繰り返されていましたが、私が関わって以降は対症療法で、病院に行く事もなく数ヶ月が平和に過ぎておりました。

しかし、ある夜に事件がおきました。介護者である奥様が夜、トイレに行こうとしたところ転倒してしまい大腿骨を折ってしまったのです。奥様は緊急入院、患者さんは自宅に一人で置いておくわけにはいかず施設に一時的に入ることとなりました。元研究員で、高齢にも関わらず頭脳明晰な方でしたが施設入所と同時に、せん妄状態、介護拒否の状態となり、食事はおろか、飲水も受け付けず、全身状態は急速に悪化、呼吸状態はおろか、腎不全が急速に進行し、透析まで導入されたのですが、患者さんにとつては、妻の転倒後の一連の流れが理解できず、せん妄は一層進行し、安全を保つため拘束された状態で透析を行われている状況でした。一命は取り留めたものの、認知の進行を認めたため早急に退院。奥様も本来であるならばリハビリを終えてからの退院予定でしたが、松葉杖の状態での早急な退院となりました。

退院後、敗北感一杯の中で往診をさせていただきますました。退院すると嘘のように患者さんは、せん妄から回復し元の人格に戻り、ベッドで休まれていましたが、その横顔は、かなり弱った状態でした。目を開けると、まず、退院できた感謝の気持ちを語りながら笑顔を見せてくれました。しかし、体調は悪化しており、吸入する酸素の量も増やさざるをえませんでした。診療を終え、いつものように奥様は杖をつき足を引かずりながら紅茶を入れるために台所へと消えました。その瞬間に夫は目を開け、ゆっくりと静かな口調で話し始めました。「肺も悪い、こんな状況でも長生きできました。今回の入院は随分、痛い思いもしました。もう、私の寿命を延ばすことなんて考えないでください。もし、できるなら長く暮らした、この部屋で好きな本と音楽に

囲まれて、そして女房の脇にいたいのです。そして、最後はシヨパンを聴きながら幕をひきたい。それが、願いなんです。こんな思いを叶えることはできないのでしょいか？」と私の手を握りました。生かしてくれとは言っていない。自分の残された人生を、そして自宅での死が願いだと言う。

医療従事者にとつての「死」とは、いかなる場合も敗北を意味する。しかし、今、私の患者さんは、それを望んで、はっきりとした意思で伝えてきている。その時、私は自分の職業・生業を認識したのです。いや認識させられたのです。決して、「死」

は敗北ではない。人生の最後の看取り、それを輝かせることこそ、私の存在理由。この時、どこか割り切れぬ想いと疑念をいだきながら仕事をしていた私の魂は解放されたのでした。そう、人生の最後に立ち会う「看取りの医者」になろうと。

あらゆる生物の中で「死」を認識しているのは人類だけだと哲学者は云います。それは肉親の亡骸に他の生物は興味を示さない。墓碑装置、つまり墓石や十字架を建てるのは我々だけだという理由からです。なぜ、我々が死を認識したかは、まだ、私の中では理解できていません。しかし、人類が「死」というものを認識できた尊い存在であることは間違いありません。しかし、それ故、身内の死、自分の死に対して怖れをいだくようになったとも思えます。

患者さんの臨終の場面では御家族が苦悩する場面に立ち会います。医師としての私の仕事は患者さんに点滴をすることでも、内服をさせることでもありません。人生の最後に医学は無力なのです。点滴が最

後の場面で患者さんの苦しみを増幅させ、また、死期を早めているとさえ感じることがあります。むしろ、その場面での私の仕事は御家族に医療行為が無意味な状態にあることと、これから迎える「死」に対して御理解いただく事が仕事になります。もう、何百回、そして何千回語ったことでしょうか。どんなに語りつくしても御家族が完全に死に対する想いを固めることは不可能です。しかし、幸か不幸か時間は押し寄せてきます。そう、その時は自然と来てしまうのです。

意識が混濁した状態の患者さんを目の前にして、御家族の質問は「今、苦しくないのでしょうか？」と聞かれる事が多々あります。私は、その時に、こう答えておられます。「もう、苦しい時は通り過ぎました。今は安らかに、赤ちゃんのように寝ているだけです。よく、親から生まれて来る時は赤ちゃんは苦しいんだと聞かされません。産道を通るのは狭くて辛いのだと。しかし、その経験を覚えていく人っているのでしょうか？記憶にあるのは、物心がついた自分が畳の上で寝ていることです。

人生の誕生にあたって、悩んだり、心配したり、そして期待しているのは生まれてくる本人ではなく、それを迎える家族なのでしょう。そして、死んでいく時、ある瞬間から脳内に自然と存在する麻薬が、ゆっくりと放出され痛みや苦しみから解放されるのでしょうか。この麻薬様のものによって幻覚が見えるのだと思います。それは、欧米では「光に包まれた世界」と表現され、我々日本人においては、「三途の川」「きれいなお花畑」と表現されるのではないで

でしょうか。同じ幻影を見ているのだと思いますが、文化的背景によって民族によって解釈、表現に差があるのだと思います。これが見える状態になれば本人には苦しいという意識は消失しているのだと考えています。

この時、今から訪れる「死」を悩み、そして苦しんでいるのは本人ではなくて、実は、それを見守る家族なのではないでしょうか？私の解釈では、生まれてくる時も、そして死にゆく時も一人、そう己が一人。その己は感覚のない状況で、その「生死」の状況に向かう。それを恐れ、苦しむのは実は本人でなく、周囲の家族や友人である

と。私は特定の宗教に属してはおりませんが、これが今、現在の私の「死」の解釈です。神がいるとしたら、その瞬間の苦しみを取り除く仕組みを作ってくれたのではないかと考えています。もし、神が私達、人類から「死」という事象を与えてくれなかったら、それは、悩ましいことと思えます。これが、私が私の患者さんから教えていただいた死生観です。それは自分の死をもつてして手に入れる事はできません。なぜなら、自分の死の後にあるものは無であるから、語り継ぐことは不可能となります。もし死生観を手に入れるとしたら自分の肉親や友人の死をもつてしてしか方法はないのではないのでしょうか？

親の死は、子に施す大切な授業のような気がします。しかし、残念なことに、ここ数十年、病院の密室の中で死を迎えたことよって、我々は儀式化してしまっただけにしか対面できない状態になってしまいま

した。これが私たちから死生観を消失させてしまったのです。

国は、現在の介護制度、訪問診療制度によつて2025年には4割の日本人を在宅死の形に持ち込もうと目標を設定していると言われます。これは高騰する医療費、社会保障費を抑制する目的があると思えます。しかし、実際は法や制度が設定されて、どんなにブラッシュアップされても、今、現在12から13%台で在宅死は推移しています。4割は不可能な数字です。可能な原因の一つとしては、私は先に述べた「死生観」の消失にあると考えております。医療経済ありきの在宅死かもしれませんが、私には、もう一度、この民族が「死」を考える良い機会になるのではないかと信じております。そして、「死」を迎えるまでの「生」を輝かせるためにも。

自宅で死ねない理由として死生観の喪失以外にも私が意識するのは地域共同体の消失があります。これも患者さんから教えられました。昔、村や町に存在した共同体というものは生きるための基盤でした。そして地域での死を迎えるためにも。おそらく、昔、死を迎えるにあたって、そして葬式という儀式を行うにあたって地域の共同体の知恵というものがあつたと思われまます。死を見守る家族を援助する仕組みが地域に存在したのだと思います。

共同体を壊したのはマッカーサー元帥だと私の患者さんの何名かは述べています。その真偽はともかくとして、我々、日本人の在り方は、最近、共同体にあつたのではないかと考えています。ドラマ「看取りの医者」では大竹しのぶさん演じる女医

で妻、娘役の貫地谷しほりさん、そして夫で末期がんの患者役の吹越満さんが死を迎えるにあたって三人で川の字でねる場面があります。親子が川の字で寝る風景も珍しくなったと思います。この場面で夫は、「こう話します。「家族がいない人は、どうやって死ぬのだろう?」これは「日輪の遺産」「ツレがうつになりまして」で指揮をとり、そしてこのドラマで監督をしていただいた佐々部清監督のアイデアなのですが、このシーンはドラマの内容以上に意味が見えてくるのです。

現代を象徴する言葉、「超高齢化社会」

「孤老の国」としての日本。我々は、どう老いと付き合い、そして死を迎えるのか。私も独身なので、この問題に直面するはずです。昨年、一高のヨット部のOBの死に立ち会う機会がありました。家族不在の状況でしたが仲間の手によって幸せな最後を迎え、その後、霞ヶ浦で、みなさんの手によって船上から散骨されたことを知りました。

私は新しい挑戦を今年に入り始めました。「グランヒルズ阿見」という有料老人ホームです。まだ、形は見えてきませんが、単なる老人施設でなく、地域共同体の一つの小さな核として、今後、存在する意味ができてくればと思っております。それが、超高齢化社会、そして孤老の国への答えになると信じております。

## 半了のささやき (第16回) 多 様 化

高山寺 半了

いや〜暑いですね。ついに日本でも41.0℃。8月12日、日本新記録が高知・四万十市で出ましたね。つきり熊谷市とか多治見市かと思いきや、何と無名の新人四国の町とは……。

一方、8月10日からモスクワで開催の世界陸上でも、初日の女子マラソンでいきなり福士加代子さんが粘って逆転銅メダル。半了は、今年6月モスクワに行き、32℃の異常高温を経験した直後だけに、この8月のマラソンの過酷さは如何ばかりかと思うと……福士は凄い! 処で、今回のお題は「多様化」。「多様化」で皆さんは何を連想しますか? 現役の方は「雇用の多様化」とか「組織の多様性(ダイバーシティ)でしようか? あるいは「家族の多様化」とか、「価値の多様化」に悩んでいる方もおられるかもしれませんね。環境問題に危機感を持たれている方は「生物多様性」でしようか?

「生物多様性」には、「個体」、「種」、「生態系」の各レベルの多様性があります。「個体の多様性」とは、畑などに植えられる栽培植物は、食用として特定の形質を選抜してきた為に遺伝子的に均質です。その為、害虫や異常気象など環境変化があつた場合、同時期、一斉にダメージを受ける。一方、野生種は遺伝子的多様性が豊かで、環境の激変に耐えうる形質を持っています。雑草が強い所以です。「種の多様性」は、現在500万〜3000万種

の「種」があるとされています。しかし熱帯雨林に生息する生物種(地球上の総種数の2/3以上)の5〜10%が、今後30年間で絶滅すると懸念されています。その主原因は、熱帯雨林での経済発展に伴う開発です。太古の時代まで逆上れば、地球上の覇者であつた恐竜が、隕石の衝突による地球環境激変で滅んでしまつた事は、皆さんもご存知と思います。

更に、「生態系」は様々な環境の下で成立する生物のコミュニティでもあり、環境への適応だけではなく、他の生物との壮絶な生存競争でもある。例えば、霞が浦で在来種の鮒やタナゴ、ワカサギが、ブラックバスの登場とともに激滅。15年以上前はバス釣りの名所として土浦は有名になりました。が、そのブラックバスですら現在ではアメリカなまの登場で壊滅状態。

生物だけでなく、企業の寿命でも、写真フィルム一本でこの百年、世界を席卷したコダックは、デジカメの登場で今はない。液晶テレビ集中投資で成長したシャープも、韓国サムソン等の追い上げで今や瀕死の状態。何か一つだけに頼ると、その時代の環境では強くても、環境変化への対応を誤ると如何に脆いものか!

翻つて我々はどうか? 企業戦士一筋だつた貴方、お役人や先生稼業命だつた御仁、子育てが終わつた貴女、リタイアして環境激変後如何お過ごしですか? 一方、大学出たけど就職できない、博士になつたが定職なくポストク生活、法科大学出て国家資格を取つたが職がない等の若い人達が激増。中高年はリストラに怯える毎日。生き甲斐を失い、今年のような熱夏で、ぐったりして壊滅直前の農

作物の様になつていませんか? それとも、雑草の様に環境が変わろうが、遅く何所にも出かけ、生き生きと楽しくやっていますか?

今回のささやきは「二本の矢より三種の矢」「二本の矢」は、今やアベノミクスの代名詞になつてはいるが、元はご存知、戦国武将・毛利元就。三人の息子に一族の結束を説いた三子教訓状(矢に関する記述はない)が元となつた逸話。当時の竹製の弓矢では二本程度は簡単に折れたそうです(笑)。栽培植物は環境変化に極めて弱い。二本より、三種の矢、つまり「雑草的環境対応力の多様化、価値感の多様化」こそが重要なのではないのでしょうか?

「コップの中の蠅」をご存知ですか? 透明ガラスのコップの中の蠅が、外に出ようともがき、何回も周囲のガラスにぶつかつて、ついには力尽き諦めてしまう。しかし、ある一匹がふと上を見上げると、そこも透明。行つて見ようと羽ばたくと、いとも簡単にコップの外に出られた。就活に疲れ切つた若者も、ふと別な視点、価値観を持つてみる。大企業だけが会社ではない、専門職資格は大学や、法曹界だけで活かせるものでもないなど、柔軟に社会を見てみると、コップの外に出られるかもしれません。退職後も、現役時代や学校のOB会だけでなく、趣味の仲間とか、地元のボランティアとかにも広げる、つまり「関心事の多様化」が大事。少なくとも三種類の分野を持てば、新たな刺激も多くなり、視点も広がり、楽しい人生が拓けてくるのではないのでしょうか? つまり、前回の「心の初期化」をして、自分の持つている可能性を、再び広げたら如何でしょうか?

ひらの くによし

医療法人社団「彩黎会」理事長