

「伴侶を失った

老父のケア」

人は誰でも年を取ります。考えたくはないことですが、幸せな夫婦でも伴侶を失う時が来ます。

伴侶を失うことは、人の感じるストレスの中でも最大級のものだと思います。しかも妻を失った夫の寂しさは、愛し合う夫婦であればこそ、大きいものがあるでしょう。そして、その後も人生は続きます。

今回は、奥様を先に見送った高齢の父親（義父）をケアしている方々3名に集まっていたいただきました。介護する立場の家族として、似ていることもあり違ったこともあるでしょうが、読者にも何らかの助けが見つかることを期待します。

—まず、それぞれの背景について、いつ伴侶を亡くされたのか、また同居されているのか、そして伴侶をなくされた直後の状態などをお話してください。

●精神的なショック

A（男） 私の場合は、義理の父で、現在義父は85歳。妻をなくして1年と4ヶ月になります。

この18年間は、歩いて3分のところに住んでいて、毎日のように会っていました。

その前は、5年ほど同じ家の1階と2階に住んでいましたので、かなり親しくしていました。

B（男） 私の母は、1994年になくなり、その後、父は約3年間宣教師としての働きを続けました。週日は当時住んでいた軽井沢にいて、週末は私たちの住んでいた家に来て一緒に過ごしていました。

その後、父は定年退職をして、米国の施設に入りました。要介護の程度に応じて様々なケアを与えてくれるところです。最初は施設内の自分のアパートに住み、必要な時だけ施設の食堂で食べるかたちをとっていましたが、約3年前から認知症が進んできたので、その後は介護を受けられるところに移って、すべての食事をそこでとっています。

私が年に2回から3回行って、状況を把握し、その時に必要なことをしていきます。

C（女） 私は夫の父の世話をしています。86歳になります。年齢より少し進んだ認知症があります。体は、自分でゆっくり歩いて動けるくらいです。

義母が今年の4月に急に入院し、5月の半ばになくなったので、週末には神奈川県から埼玉まで帰りお世話をしました。私たち夫婦は、7月末に義父の家から歩いて1分のところ引越しました。

私は仕事がない時には、朝夕、様子を見に行きます。ヘルパーさんにも、来てもらっています。

すぐそばに老人施設などもあり、「そちらに入ったらどうか」という話もありました

が、義父はひとりで住みたいと言うことでした。

—それぞれが奥様をなくされているわけですが、日常生活の混乱はありましたか。精神的にはいかがでしたか。

A（男） 母が倒れてからなくなるまで6ヶ月でした。原因は、小さな脳卒中らしいですが、はっきりしていません。とにかく、早く悪化しました。その間、義父には大変な心労があったと思います。

義父母は仲がよく、どこに行くにも一緒にしたので、義父は精神的には半身が切り落とされたようで、料理もできない、お風呂も私たちの家に入る状態でした。

それまでは、平気で人前にも出られたのに、妻を見送ってからは、何かを頼まれても精神的にボロボロで何もできない状態でした。今でも完全には回復していません。

家内には負担がかかりました。もう1人子どもが増えた感じです。1年半たって、ようやく以前のお父さんが戻ってきました。でも、1人しているとすごく寂しがる。義母は1人でいても平気でしたが、義父は人と人との中で生き甲斐を感じるタイプです。

朝からうちに来ている話したがるので、僕らの生活リズムが乱れて負担はかかりました。今は、ずいぶん落ち着きましたけど。体のほうは健康で、かなり力もあります。

それだけ精神的なショックが大きかったということ。それからお義母さんのほうが家計や書類などの管理をしていたので、自分ではできなくて私の妻に頼るようになりました。

生きる目的がなくなって、「自分は何もできないから、イエス様に迎えにきてもらってもいい」などとも言います。それで、妻の妹の家で過ごしてもらおうともありますが、新しい友だちを作ろうという気力がな

いため、慣れている我々と一緒にいたがるわけです。

気持ちを切り替えて、残りの人生を楽しんでほしいと思います。

●一日をどう過ごすか

B（男） うちの母はガンのために1年間入院してなくなりましたが、父は母と仲がよく、男性の親友があまりおらず、かつ親族はアメリカや他国にいたので、私たちが精神的に頼られていました。週末に家に来ると、みんなと何らかの交流を持ちたいのに、孫たちとどうつながるべきか、不器用なので分からない。私たちの生活のリズムも分からない。それで、ぼーっとしている時間が多い。孫たちも、おじいちゃんとうとう話をしたらいいのかわからない。

Aさんのところと同じで、やはり生きる意欲を失い、うつ的になって、体は元気なのに、一日をどう過ごしたらいいかわからない状態でした。

母がなくなってから、父は引越越しをしたので、両親の持ち物を処理することが大きな課題になりました。父自身は、ほとんどできませんでした。母のなくなった後数ヶ月は、その仕事にかかりきりになりました。

（以下略）