



がん看護スペシャリストのナースが伝える

# すばるな女性の Life Story

地域緩和ケアセンター すばる  
がん看護専門看護師 宇野さつき

## 「自分らしく生きる」を教えてくれたSさん

「私は入院や治療をせずに、最期まで家で過ごしたいんです。  
病院でもすぐに入院して検査と治療を、と言われたし、  
夫も『治療を受けろ』というんですけど、  
治らないのなら、自分の好きなように過ごしたいんです」

Sさん(60歳代女性)は、思わず紹介状の病名を見直してしまうほど、  
にこにこ穏やかな様子で診察室に座り、こう話されました。



肺がんⅣ期、多発骨転移、予後2, 3か月。  
年末から動くと息切れがして、  
年明けに病院を訪ねたところ、専門病院を紹介され、  
たくさんの検査を受けたのちに、そう診断されました。  
彼女と出会ったのは、ちょうど桃の節句の日の外来でした。

夫と娘二人の4人暮らし。娘たちは社会人ですが、まだ結婚はしていませんでした。

「以前に、目の見えない人のための朗読のボランティアをして、  
いろいろな本を読んできました。その中で、がん末期の人の話もあって。  
もし私のがんになったら、治らないなら、後の時間を自分らしく生きること  
に使いたって、ずっと前から考えていたんです。

病気が進んで、自分の身体がどうなるのかがわからないのは、不安です。

痛みがでるのか、いつまで外に出かけたりできるのか。

夫にも娘たちにも教えておきたいこともあるし、

植物園のボランティアも続けたいし。だから少しでも家にいたいんです。

治らないのなら、その時間を病院で過ごしたくないんです。」

Sさんははっきりと、しかし落ち着いた口調で話してくれました。

私は、がん専門看護師としても、彼女の過ごしやすさを最期まで

サポートしていくことをその場で約束しました。



ある春の日、私が訪問看護にうかがうと、  
Sさんはリビングの窓際に設置した介護ベッドの上で、  
白いブラウスに桜色のカーディガンを羽織り、  
微笑みながら待っていてくれました。



「ここにいると、みんなの顔が見られるし、  
お料理のことや他の家事のことなど、  
すぐに口出しできるのよ。まだまだ危なっかしいのでね。(笑)  
…今日はネ、見せたいものがあるの。うのさん、この花の名前、わかる？」

オーバーテーブルに並べられたのは、春先に道ばたでよく見かける、  
やや濃いめの小さなピンク色の花をつけた雑草でした。  
花が終わると、小さなキヌサヤのようなものをつけます。  
小さなころ、それを積んでは草笛にして遊んでいたのを思い出しました。

「たしか、カラスノエンドウ、でしたっけ？」

「そうそう！じゃあこれは？」

それよりずっと小さなサイズの、でも見かけは同じような草花を出されました。



「え?? ちっちゃなカラスノエンドウ?」

「これはね、スズメノエンドウっていうの。カラスより小さいからね。じゃあこれは?」

カラスノエンドウとスズメノエンドウの間に、ちょうど中間くらいの同じような草花を並べました。

「ハト…ですか?」

彼女は私の困った顔を見て、笑い出しました。

「なるほど、ハトねェ。面白いわね。これはね、カスマグサっていうのよ」

「カスマ?」

「カラスとスズメの間だから、カスマなの」

「へえ～、すごい!ちっとも知らなかったです」

「そうなのよね。みんな案外、知らないの。身近に咲いている花なんだけどね。」

植物園でもこの話をすると、来園した人が喜んでくれるのよ」

私はすっかり自分の仕事を忘れて、彼女の植物ミニ講座に夢中になっていました。

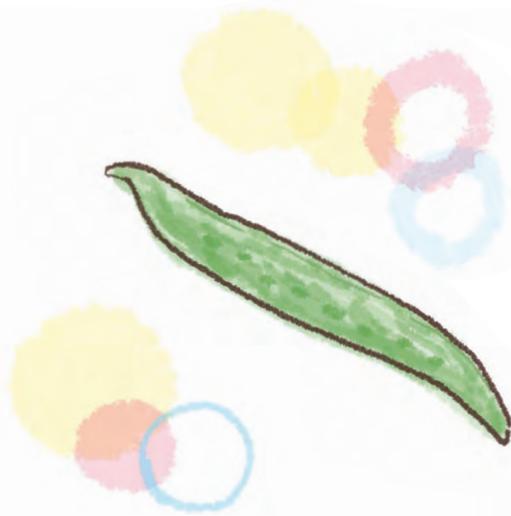
症状緩和が功を奏したのもあって、彼女は訪問前に散歩に出かけ、

私に教えようと草花を探してくれていたのです。

近所の草むらをウロウロしている彼女を想像しながら、

目をキラキラさせて語る彼女をみて、自分らしく生きることを支えるって、

こういうことなのかなと、じんわり実感した訪問になりました。



Sさんはその後、始めに宣告された予後をはるかに超えて、  
出会って約1年半後に自宅で静かに旅立たれました。

その間にいろんな病状の変化もありましたが、  
彼女は亡くなる1か月前までボランティア活動をつづけました。  
「あのとき、病院や家族の言うままにしないで、  
自分で在宅を選んで本当に正解だった。私はしあわせ。  
みんなにもこうやって生きることができのをお教えてあげたいわ」  
Sさんは何度もそう話してくれました。



「自分らしく生きる」という言葉をよく耳にしますが、  
たとえ命が限られていたとしても、自分にとって  
『本当に大切なものは何なのか？ 今、自分にとって何が大切なのか？』を、  
しっかり自分自身でつかんでいるかどうか、キーになるのかもしれない。  
大切にしたいことを見失わずに日々過ごすことができれば、  
自分なりに納得のいく人生を送ることができるのかもしれない…。  
Sさんはきっと、それを知っていたのでしょう。

