

ゆうかり放送委員会提供

# ゆうかりに乾杯

第54回放送の概要 (2012年9月22日放送)

## パーソナリティ

さくら (安本久美子)  
タロウ (佃 由晃)  
なかちゃん (中嶋邦弘)

## コアラさんの地域瓦版

アコちゃん (三木文子)



## ミキサー

門ちゃん (門田成延)  
一ノ瀬 悟

## 相談役

わだかん (和田幹司)

## 会計

小山俊則

(CM) ビッセル神戸の森岡亮太です。血液はまだ人工的に作ることが出来ず、長い期間保存することも出来ません。皆さんの献血が尊い命を救います。共に行こう献血へ。日本赤十字社。

(CM) 「7つ 8つ 9つ とう といち」でおなじみの「十一の奈良漬」は、「灘の生一本」の酒粕に漬け込み仕上げた自慢の味です。食事の締めくくりに、サンドウィッチや巻寿司などにも御愛用ください。今日は、「十一の奈良漬」黒田食品さまの御協力を頂きました。

## 1. オープニング

暑さ寒さも彼岸までと言いますが、今朝の気温は 20 度で最近朝夕がめっきり涼しくなりました。夜にはスズムシの鳴き声が涼しさを感じさせる今日この頃になりました。

## 2. ゲストコーナー (1): 川本正明さん (42 陽会)、村上睦子さん

お二人はNPOシニア生き甲斐ネットの理事をされており、小学校、中学校が同級生です (明親小学校、須佐野中学校)。村上睦子さんはご主人が元兵庫高校の英語の先生をされており、なかちゃんとわだかんさんの3年1組クラス担任でした。

川本さんが兵庫高校に来てよかったと思ったことは、一生を通じて付き合える素晴らしい質の良い友人にめぐり合えたこと。優しさ、思いやり、男らしさを持った好青年に会えたのが何よりの財産であった。この友達無くして私の今の人生は考えられない。7人程出来た友人の一人が今NPO理事長の木村慶二さんです。村上さんは小学校時代色白のおかっぱでとてもかわいかった。学芸会では一人前に出て歌い、その歌声がいまだに耳に残っている。

高校のクラブ活動は、校歌、応援歌、ツンツン節などを教えに来てくれた2年生の先輩で腹話術師になった竹村まことさんから演劇部に誘われた。中学1、2年の時先生から芝居の主役に抜擢されたこともあったので入部した。演劇部に入り縦の繋がりが出来たことも高校でのいい思い出である。竹村さんは東の川上のぼる西の竹村まことと言われた人であった。

中学校時代の校長は頑固な人で、ロウるさく言葉使いを注意された。また能力別クラス編成を採用していた。1学年400人で50人クラスが8クラスあり、成績の良い者から8組、7組・・・と決められた。1組、2組の人は気の毒だった。お二人は8組だった。当時は兵庫高校へは60~70人入学していた。一

番多いのは丸山中学だった。担任は国語の先生で、文化祭で上演する芝居の王様役を指名された。この時から演劇に取りつかれた。この先生は話し上手で、雨の日など授業がしたくない時は拍手をすると、太閤記や宮本武蔵などを教室で身振り手振りで朗読してくれた。このようなことが許されていた時代であった。昼の時間に先生が集合と言われた時、遅れてきた 10 人程に対してふるえながら殴ってきた。生徒の事を思って殴ってくれた先生良いせんせいだと思った。

### 3. ミュージックコーナ:「人生の扉」 竹内まりや

### 4. ゲストコーナ(2)

高校時代の友人でNPO理事長の木村さんとの関係は、彼が結婚した時泊りがけで飲みに行ったところ見合いをするよう言われた。写真では気乗りがしなかったが翌日木村さんと一緒に先方へ出向き、後楽園などに行ったがやはり断る気持ちになっていた。断る理由を探すためまた会いに行ったところ健康で明るい性格に気づき、明るい家庭が出来ると思い4月10日に会って5月の連休には結婚を決めた。

木村さんは大きな会社にいたがさっぱりと辞め、NPOシニア生き甲斐ネットを立ち上げた。自分は「死ぬ」と言った話には人は集まらないので老後をエンジョイする話との2本立てが必要と木村さんを説得した。NPOの最初の活動は安心ノートを作ること。

これは自分が最後に迎えたいことを整理するもので、記載する項目は木村さんが一人で書かれ、それを役員が検討したもので72頁にわたっている。

安心ノートの概要はつぎのようになっている：

『人はいつか旅立つもの。その日がいつなのか、少しずつ穏やかに訪れるのか、それともある日突然やってくるのか、ただわかっていることは例外なく確実に、誰にでもその日がやってくるということです。このノートはいざ「旅立ち近し」と感じた時に慌てることのないように、そして今からの人生に何が大切で、本当に必要なものは何なのか、これから何をしたらよいのかを、自分自身が「書く」ことによって確認するものです。』

記載する項目は、第1章安心と生き甲斐については、①備忘メモとして重要なカードや年金手帳などの置き場所②人生の再点検として趣味などを整理しこれからの夢を書いておく、③大切な家族、友人に残す言葉を書き、第2章病に備えてでは、①病歴やかかりつけの医院、②自分が希望する介護、看護、③認知症に備えて希望する住居や介護内容、費用、後見人を誰にするか、④住所録の整理、第3章最終章に備えてでは、①終末期の宣言書、②遺言書の作成、③遺産相続に関する事項の整理、第4章死後に備えてでは、①葬儀について家族にお願いしたい事、②死後の事務手続き、などをこと細かく整理し記載するようになっている。



川本さん、村上さんは安心ノートが良く出来過ぎているが半分も書けていない。250部作成し、1冊1500円くらいかかっている。理事が買い取り知人に渡している。改訂版をだすことを検討している。

今後の活動計画としては、まず自分だけで書ける所を書き、次に家族と合意形成が出来るところに取り組み、そして安心して暮らせるネット作りに取り組むことを考えている。ネット作りとしては、近所に往診してくれる医者や介護福祉センターを探し、そのようなネットの中に自分が入っていくことにより安心ノートが完成することになる。元気であると死ぬことを考えたくないで安心ノートの記入がなかなか進まない。後期高齢者制度や医療が変わってきている。一度病院にかかると病院の言いなりということもある。そのような時でも自分の思い通りに死ぬように、安心ノートを作っておけば unnecessary 介護を受けなくて済む。書いて捺印、署名をし、託す人を選びその人の署名をもらってあげれば、どんな病院、どんな医者にかかっても自分の思うように死ぬ事になってきている。このような書類がなけ

れば、治療をやめると警察問題が発生することがあるので、署名捺印まできっちりやっておくことが大事。今の時代では急いで書いておくことが必要と感じている。まだ 10 年は生きられると思うと書く気にはなかなかないが、最近はやらねばと思うようになっている。さくらさんは元気な人は案外書けると思う。弱ってくると逃げたくなるので今のうちに書くべきと思う。わだかんさんは尊厳死協会に入ったり、家族と話をしている。なかちゃんは夫婦とも毎日が多忙で安心ノートを書くという気持ちにはならない。書くには託す人を選ぶなどかなりエネルギーや勉強が必要。だから自分が元気でないと書けない。病気との闘いが始まればそれどころではない。

これまでに実践した活動として、生前葬について川本さんは、知人が喜寿の祝いをする話があった時、それを生前葬にしようということになった。しかし生前葬にすると招かれた人は服装に悩んだりするので、喜寿祝いという形で 200 人程集まり楽しくにぎやかに開催した。赤と白のカーネーションを会場一杯飾り、帰りに持ち帰ってもらったり、声楽、ピアノ、バイオリン、踊りなどのアトラクションを出演料ゼロで行い、司会、準備は NPO が行った。本人は次は 88 歳でもやりたいと言っていたが、家の階段で足を踏み外し、寝たきりになってしまった。元気な人ほど外では気をつけても家の中で怪我をすることが多い。生前葬の評判は良かった。本人は気持がスツとしたと言っていた。多くの人からいいことやったとの感想が寄せられた。

今後の活動としては神戸駅南のクリスタルタワー 6 階にある兵庫ボランティアプラザは、NPO の団体であれば無料で借りれるので、50 人までのセミナー室で活動している。遺言などの暗い話ばかりでは人は集まらないので、理事たちが知人に声をかけ人数を揃えている状態。今は無理な状態で活動しているので、案内すればある程度人が集まるようにしたい。このような問題は個人では調べにくいことがある。NPO であれば聞きに行っても受け入れてくれるメリットがある。ホスピス病棟見学だけでなく美術館の見学、おいしい食事を楽しむなどと抱き合わせで行っている。入会金 1000 円ですから皆さんご参加ください。

## 5. なかちゃんコーナー：東北被災地訪問

これまでの放送メンバーの被災地訪問実績は、最近では 9 月 4, 5, 6 日の 3 日間、和田、中嶋、佃の 3 人が初めての訪問をしてきた。震災後すでに 1 年半経過していたが現地を見ないとわからないことを痛感した。広がりのある津波被害、阪神大震災では想像できない放射能の恐怖などを感じ、ショックの一言であった。

門ちゃんは昨年大震災発生後 10 日目に石巻に入ったが、現地は全く手つかずの状態、食事の支援もなく、3~4 日食事をしていない人がいた。道路は寸断されているため目的地にはなかなか入れなかった。二人で行ったがお互い物も言わずに車を走らせ、被災状況に言葉がなかった。避難場所の小学校で 4 日間被災者と寝泊りをしてきた。

さくらさんは親戚が被災したので仙台を訪問した。息子さんは今関東で復興の町づくりの仕事をしている。一ノ瀬さん他は 8 月に東北旅行の中で関東を訪問している。全てが津波に押し流され雑草が生い茂っている状態で、現地を見ると言葉を失ってしまう。

今年 9 月の訪問先は今年の 1.17 追悼行事他を見に来られた気仙沼の新月、条南中学校の先生、生徒さんに会いに行った。また気仙沼復興市場の紫市場に行き話を聞いた。2 日目は福島県庁で原発の話はかなり深く説明を受け、困っている県庁の方の思いをお聞きした。3 日目は南相馬、亘理、関東に行き、仮設の集会室を見ると共に、地理不案内の我々では行けない被災地を案内して頂いた。神戸から来たと言うことで思いがけない丁寧な対応をしていただいた。短い 3 日間ではあったが TV 写真では想像できない状況を見ることが出来た。災害の深刻さと復興への道のりの長さを考えると、阪神大震災の経験からは今はまだガレキが撤去できた初期的な段階であると思った。さくらさんの息子さんは日本全体の関心が薄れてきていると感じている。

