

いのち
生命

佐々木信子

桃山市民病院(大阪市)

昨年11月中旬のある日、突然大阪市立助産婦学院第1期生の河内登美子さんから「りれー随筆」の依頼を受けました。内容は自由とのことでしたが、締め切り期日がせまり気ばかりあせり、文章が思うように書けませんでした。漸くタイトルを「生命」と決め、「赤ちゃんの誕生」、「母親の存在」、「健康は人生の宝」について書いてみることにしました。

赤ちゃんの誕生

私が結核病棟に転じたのは平成元年1月のことでした。スタッフの1人は「婦長さん、この詰め所のナースは結婚できないのよ」と打ち明けました。「なぜなの」と問い返すと、「今までにこの詰め所で、縁談がまとまったという話聞いたことないもの」との答え。そこで「そんなことないよ。私にはおめでたのツキがあるから大丈夫、今に産休、育休となり、忙しくなるから目を回さないでね」と応じました。はたして、その1年後にこの話は現実のものとなりました。

結核病棟は51床、東西2病棟の広さがあり、廊下は長い。次から次へと諸々のアクシデントに見舞われ、入院が繰り返される。そのたびに勤務表の組み替えが続き、不安な日々を過ごしました。スタッフが無事出産できるようにと心のなかで祈りながら、嬉しい日、悲しい日を迎えました。親になるための準備を始めた人、流産した人、退職し無事出産した人などさまざまです。現在も妊娠中の2人が元気に勤務を続け

ています。妊娠も出産も天の配剤です。元気な赤ちゃんが生まれるようにと、詰め所のスタッフ全員が一致協力して応援しております。

スタッフをみて感じることは、胎児が成長するにつれ、母親として赤ちゃんに対する愛情が大きくなっていくことです。妊娠期間10か月は胎児が成長する時期ですが、それは同時に母親も育つ期間であり、父親も妻のおなかが大きくなるにつれて、期待と不安と責任を次第に膨らませていくのがよくわかります。「婦長さんの産直のときに分娩になると嬉しいわ! そのときはよろしくお願いします」と頼まれると思いはしません。嬉しさと責任感が肩にズシリと加わります。

お産は軽く、産後の肥立ちも良く、無事出産し退院していくスタッフの姿を見るにつけ、お母さんらしくなったなあ、微笑しい思いが致します。

母親の存在

自分は母にとって、これほどまでにいとしい存在だったのかなあ、私をどんな思いで抱いてくれたのだろうか、私という存在は母親にとってこのように重大な素晴らしいものだったのかなあと、人のベビーをいとしい気持ちで抱きしめながら、思いをめぐらせます。母にとって“私はやはり大切なものだったんだなあ”というのが実感です。

生めよ殖やせよの時代に男子2人、女子6人の計8人の子どもを生み、若き日の父の薄給時



代に手内職をして家計を助けたという母。夜中、子どもの機嫌が悪くなり泣きだすと背中におんぶして、外を散歩し寝かせつけたことなど、子育ての苦労をそれなりに重ねた話を祖母より聞かされた覚えがあります。やさしさが一番の思い出に残る平凡な母、厳しい九州男児の父に、一言も口答えせず8人の子どもを育て74歳で他界した母。母への思いは尽きません。

子どもにとって母親ほどありがたい存在はありません。特に、赤ちゃんにとっての母親は絶対的な存在です。10か月もの間母の胎内にいて、母親の血や肉で育つのですから、なんといっても母親の力は偉大です。

健康は人生の宝

人間の最大の幸福は健康です。人々は病に冒されて初めて健康のありがたさがわかります。

人間の健康にとって必要なものは、清浄な空気、美味しい水、適度な温度など良好な生活環境があげられます。沖縄に長寿者が多いのもその条件にかなっているためかと思われます。

健康には快食、快眠、快便が重要ですが、どんな栄養食品でも食べすぎるとよくありません。たとえば、ご馳走の食べ過ぎは糖尿病になり、アルコールの飲みすぎは、肝臓を冒され、塩分の取りすぎは高血圧症から中風になる危険があります。そして、食事は腹八分で止めることを忘れてはなりません。ちなみに私の父は90歳を越えていまなおかくしゃくとしております。これも健康上の注意点を守っているから

に相違ありません。(父は長寿の秘訣を自著「私の長寿法」のなかで紹介しています。関心のある方はご一報ください。)

私は幼児の頃、肺炎にかかり危機を脱したと聞いていたので、風邪にかからないよう肺炎の予防対策を早目に心掛けています。平素は外出からの帰宅時や食前にはうがいをし、流水による手洗いの励行、温度の変化に伴う衣服の調節、食事による体力増強に努めています。

歩くことは最良の健康法です。若い人は1日1万歩、中年は5千歩、老人は3千歩といわれています。私は広い病院の廊下を1日5千歩弱は歩いています。自分自身が精神的にも、肉体的にも健康でなければ良い看護はできません。私は現在の健康に感謝しながら日々を大切に過ごしています。

* * *

今回は、大阪市立助産婦学院4期生の中渕美紀恵さんにお願ひしました。彼女は現在、大阪市立桃山看護専門学校の専任教師として、後輩の育成に目下懸命に活躍中です。教育のむつかしさの一端がうかがえると思います。次号をご期待ください。

これが私の父の自費
出版の本です。
「私の長寿法」
佐々木応挙著
頒価¥1,500(送料は無料)
連絡先
TEL (06) 538-0532

私の長寿法
佐々木応挙著