それぞれの最終楽章

助け合いの町で 6

都会でも「きずな貯金」をためよう

2年前の1月、診療所の付近に約60㌢の雪が積もりました。積雪が多い地域とはいえ何年かぶりの大雪。しかし、いつものように子どもたちは元気にあいさつしながら登校し、診療にも支障はありませんでした。

行政に頼るだけでなく、自宅前はもちろんお隣の家の前まで除雪する。一人暮らしや老夫婦世帯にひと声かける、通学路は優先して除雪する、など雪国ならどこにでもある慣習がこの地域にも生きています。

これまで5回にわたり、永源寺地域の在宅医療の様子を伝えてきました。高齢となり認知症や体が不自由になっても、老夫婦だけあるいは一人暮らしとなっても最期まで安心して自宅で過ごせるのは、高度な医療のせいではなく、こうした「お互いさま」のおかげだと思っています。

読者のみなさんの中には「永源寺はうらやましい」と感じる方がいるかもしれません。もちろんこうした関係は一朝一夕に出来上がるものではなく、祭りや葬儀、草刈り、用水路の清掃といった地域の行事に参加し、近所付き合いを続け……と、地域の中で長年にわたって関係を築き上げてきた賜物（たまもの）、財産です。ご近所さんと「お互いさま」を培う「きずな貯金」と私は呼んでいます。

こうした濃密な人間関係を嫌って都市部に移り住んだ人もいるでしょう。田舎ならではの煩わしさと裏腹な関係にあるのが「お互いさま」です。田舎なら「きずな貯金」が果たしてくれる役割を、都市部ではお金を出してサービスを買って済ませる場面もあります。しかしお金で全てが解決できるわけではありません。

「都会では、お互いさまの関係なんて無理だよ」という声が聞こえてきそうですが、私は都会でも「きずな貯金」をためる方法はあると思っています。積極的に地域の活動に参加して、ご近所さんと仲良くなる方法があります。それを「今さら」という人も、培ってきたさまざまな人間関係があるはずです。子どもの頃からの友人はもとより、同じ会社に勤めたOB同士だったり、仕事で知り合った気の合う仲間だったり、あるいは趣味のサークル、同じ宗教を信じる人だったり。同じ病気で苦しんだ人たちの患者会もあるでしょう。若い世代なら、SNSなどを駆使して仮想的だけど濃密なつながりを構築できるかもしれません。

日々の生活の中でこうしたつながりを意識することが「きずな貯金」を蓄える第一歩です。ぜひ多くの人とつながりましょう。田舎とは違った関係性を都会でも築けるはずです。人口が減り、高齢化率は上がる近い将来の日本で、住み慣れた場所で最期まで安心して暮らすために、永源寺地域から学んでもらえることがきっとあるはずです。

（構成・畑川剛毅）＝おわり

永源寺診療所長　花戸貴司さん

1970年滋賀県生まれ。自治医科大卒。大学病院勤務などを経て、2000年から現職。著書に『最期も笑顔で』など。16年、へき地の若手医師を顕彰する第3回やぶ医者大賞受賞。

◆次回から、飯田良平・鶴見大学歯学部非常勤講師が語ります。