

2025 年 5 月 29 日号

自宅の階段に手すりをつけて

75 歳となり、後期高齢者の仲間入りをした女性。定年退職後も小学校の教員補助をつとめ、見た目も行動も実年齢よりずいぶんお若く、はつらつとした印象です。

そんな女性が、ちょっとした段差で転倒して股関節を痛め、入院・手術を経験。退院するときに要介護認定の申請を勧められ「要介護 1」の認定を得ました。



退院後しばらくは週 1 回の訪問介護のお世話になり、順調に回復したので、訪問介護は卒業することになりました。その一方で、夫と死別後に一人住まいをしている一戸建ての自宅でも安心して暮らせるように、2 階にあがる階段や玄関付近にしっかりした手すりを取り付ける工事をしていただいた方がよいと、ケアマネジャーからアドバイスを受けたそうです。介護保険を使えば 1 割の負担で工事ができるからとお勧めされました。

つい先日、玄関と 2 階へあがる階段の手すり工事が無事に終わりました。ケアマネさんは満足そうに「これからは、大丈夫と思っていても、しっかり手すりを握ってくださいね。安心できますからね」とおっしゃったそうです。

その通りです。その通りなんだけど。

女性はその日からしばらくの間、鬱々とした感情に支配されてしまったそうです。

「転ばぬ先の杖」として、手すりを取り付けて、安心できるはずなのに。

自分はいつも明るくポジティブで、周りからは決まって「お若いわね」と言われ、前向きに生きているつもりだった。でも、一人暮らしの自宅で、2 階へ続く階段に強固な手すりが取り付けられた景色を見上げると「古い」と「死」への階段がハッキリと示された気がしてしまったそう。その景色をみるたびに、気持ちが下がっていったそうです。

「これからの人生において、今日が一番若い日」と言われるように、確かに今日より明日の方が「古い」や「死」には近づいていきます。それに伴って、どうしても衰えは生じます。しかし、それはしっかりと自覚して受け止めなければなりません。

この女性も、少し時間はかかりましたが、2 階へ続く手すり付き階段の景色によりやく慣れてきたそうです。つまり、自覚して受け止められたということです。そして、しっかり備えをしました。だから、これからは本当の意味で、前向きに頑張ってみるとおっしゃってくださいました。

読者の皆様は、いずれはご自分もこのようなことに直面するのだと気づくとともに、まだお元気な親がいる場合には、親のこうした敏感な心の動きに対して、できる限り寄り添っていただきたいと思います。「心配だから」という気持ちばかりを押し付けると、親は知らず知らずのうちに孤独感を強めてしまうものです。