

## 第7章

### 単身高齢者の感情

本田 美穂

#### 1 感情に関する語り

##### (1) 気兼ね・遠慮

<A>

「もう、子どものとこいくよりデイ行ったほうがね。やっぱ子どものとこいくんやったらもう孫もおつきし、遠慮するしね。」

「あんまり子どもをあてにしてたらあかんからね。まあ、相手もいはることやしね。」

「まあ、孫も来てくれるのも嬉しいけど、もう孫もおつきからねえ。言いたいこともあんまり言えへんしね。」

「私はもう年金だけで食べてますのでねえ。収入もありませんからねえ。もう子どもの、そのそういうの、援助はしたくないからねえ。そういうことはいっさいしたくないから。子どもは子どもの世帯があるからねえ。」

「死んだあとの始末くらいのお金はまあ置いておくけど。そこまでは世話になりたくないしねえ。もうお墓も買いましたしねえ。」

<B>

子どもの出入りがあることについて

「でも気兼ねですけどね。いくつまで生きてんのかと思って。もうどうして死ねないのかなあと思ってね。」

<D>

「お昼やはまあね…前日の残ってたもん食べてみたり、簡単なもん食べてるし、夜だけはちょっとやっぱり栄養があれやから、まあ自分なりに適当に…まあ、

ヘルパーさんに頼んだらええんやけどね、何かな…そこまで頼むのはちょっと気が引けるし…。」

「私あの…ヘルパーさんが気の毒で。なあ。次の家行くまでの間が時間のロスでしょう。うちの家済んで次行かばるまでの時間がロスになるからね。あんなんでも気の毒やと思う。いうたらそういう奉仕でやってくれてはんのやけど。」

<C>

子どもについて

「気使いますわ。向こうは向こうの生活がありますやろ。そんなちょこちょこ言えへんのやけど、まあ世間の人に見てみたら、子どもにしてもうたらええやんて言わはるけど、向こうも仕事持ってスケジュール持ってますやろ。よっぽどでないと言われしません。」

ヘルパーさんについて

「やっぱり昔人間やで来てもらうの気使いますねん。」

<J>

子どもについて

「仕事してますからね。やっぱりなるべくね、迷惑かけたくないし思ってね、あの一頑張ってるんですけど。」

## (2) 心の拠り所

<A>

「犬こうてますねや。で、犬も一緒に来ますねん。せやから、私、犬が好やから。」  
写真を指して

「ごんっていいますねん。ごんっていうて、色眼鏡かけてやくざ。かわいいですよ。でも、あの一あの表情。これねーカレンダーの、ついてましてん。上ねえ一。あれが親子ですねん。で、ごめんなさいってゆうてるのをね、あれね、親子でなんか表情がものすごいわね、親がね、こっちの親が子どもに説教してるみたいで。その表情が私、なんともいえんくってね。」

「犬はね、飼いたいけどねえ、やっぱし自分の歳も考えんといかんしね。処  
分されるのはかわいそうやから。私は絶対かわんこうと思って我慢してま  
す。ま、よその犬で。」

<C>

「私カメラが好きで、旅行に行ったときも全部写真に残したり。昔を思い出して  
はあんときはよかったなあちゅうて思ったり。皆ほかしなれって言うけど、いや、  
うちが死んでからほかしてもらうちゅうて。時々思い出して見てますねん。」

<L>

「あのへんで見た花火が忘れられん。ものすごい、あんな花火見たらよその花火  
は見られません。ちょうど花火のあるときやったから、すごい。あんな花火はち  
よっとないわ。こちらで見ようと思っても。あれだけは忘れられません。」

### (3) 楽しみ・喜び

<A>

「今は外食ゆうたらデイで食べるだけです。ほんまに美味しいです。作ってもら  
うから余計美味しい。自分で作らへんから。」

<B>

「新聞は隅から隅まで読みますよ。新聞おもしろくておもしろくてさあ。」  
「いやいや、いい人生だったと思ったんですよ、主人もいい人だったしな。」

<D>

デイに行くことについて

「私も家でよぼよぼよぼよぼしてるけど、向こうに行ったらまあなんとかなるん  
よ。それもええ格好してるんよとちゃうよ。」

「今一番の楽しみか…何が楽しみやろう？家でみんなとわあわあ騒いでることか  
な。」

<E>

「ありがと。また時々来てな。」

「(誰か来て話をしたら) 嬉しい。せやけど、あんまりええ話題はないで。」

<F>

デイでカラオケをすることについて

「楽しい。十八番が一つだけあるから。」

「御使いにいったら、結構座ってたらお友達ができたり、おしゃべりしたりね。今日はあなた方が来ていただくのを楽しみに、心待ちにしていた。」

写真を出してきて

「嬉しいわ、誰が来はったから。」

<H>

「あの一、一人暮らしのね、お食事会行くのが楽しいね。向こうでね、あの一、食事呼んでくれるのでねえ、ほいであの一、歌うとうたりね、うん。」

<G>

「デイは楽しいですよ、あの、まあいつもでなしに、やっぱり気の合う人とお話をしたり、冗談やなんかゆうてね。で、さかいに楽しいですけどね。まあ、私のしゃべってる人はみんなそういうてね、ここに来るのが1番楽しいゆうてねえ。」

<K>

「歌もね、自分でアレンジしてね。次のこの手はこうしてああしてって。作りますねん、自分で。結構これも楽しい。これを鳴らしてね。ここで、ほほ、これ着て。ふふ、結構楽しいでしょ。」

「子ども2人とも男の子ですけど、心の中では私のことを思ってくれています。それは嬉しい。私、泣き虫ですぐに涙が出てくるんです。へへへ。息子2人もいい子でよかったなと。孫もいい子やし。人生ね、本当にしんどいですよ。80になりました。」

「人には愛。また愛が返ってきます。嬉しいですよ。いいことね、ありますやろ、結婚式。私が嬉しくてね、孫の結婚式。」

<L>

「あれ大好きなん、水戸黄門がね。あれ見てたらさっぱりするしね。気持ちがいいでしょ。」

「カラオケで歌うのが楽しみでね、デイサービスで。」

<M>

カラオケ友達について

「大体育った年代とかも同じぐらいでしょ。だからいろんな話して、腹もたたんし。おばあちゃんやけどしゃべってくれはるし。」

<N>

「(一週間の楽しみは) 競馬や。」

<P>

「最近ねえ、ちょっと楽しみが増えたかなと思うのは、娘が良い方に出会って再婚したんです。で、食事によく誘ってくれたりねえ。で、日帰りで行けるちょっと遠出してまで、連れてってくれたりねえ。それがちょっと楽しみ増えたかなっていう程度ですね。(娘さんの) 旦那と、娘と、孫と、私と、時々ですけどね。なんかの記念日に連れてってくれるんです。まあそれが嬉しいことやし、楽しいこと。次…次またどっか行く計画たててくれるとか、そういうことも言ってくれますし。まあそれを楽しみに生活してるんです。」

<I>

趣味の映画 (DVD) 鑑賞について

「ハリポタも好きだけど、新しいハリポタはまだ買ってない。あれ見たら、あの…このスティックと箒が欲しくなる。マントと。」

#### (4) 寂しさ

<C>

「(一人暮らしは) 24年ぐらいになります。元気な間は気楽でよろしおしたよ、花作って何して。やっぱり弱ってくると寂しいどっせ。」

<E>

テレビを一日中つけていることについて

「そうよお、ただ寂しいから。じいーつとしててみや、嫌なりますよ、ほんま。」  
「寂しいどっせ、一人じいーつ。夜目が開いたら一人どすやろ？このまま死ねたらなあって思うとき、なんぼあるかわかりやしまあんで。朝目開かんと、そのままズーッと死んでったら…。」

「脳梗塞でもな、もうきれいに治ってるし。せやけどまあ、薬は飲んでるけど。せやけどやっぱり…なんかしらんけどやっぱり怖いわもう。」

<F>

人形が倒れてるのを見て

「ああ疲れはった、寝てる。(人形に) ごめんな、寝る？」  
「(調査者に) 出来ることなら度々来てほしい。寂しいから来てもらうだけで楽しい。わかったら、今度はお茶やお菓子やら一緒に食べてな。ただそれだけ。要求することはない。ただ、話し相手に来てもらったら…それだけ。あの、ケアマネさん来てお茶出しても駄目なんだって…。」

<H>

「(一人暮らしは) 慣れてきたけどねえ、そやけど一人で食べてるいうことはね…あんまりね、食もねえ。美味しいもんやったらあれやけど(笑)」

<G>

「私なかなか死なへんのです。あはははは。この歳までねえ、もう雷落ちても死なへんしねえ、もうそろそろ逝きたいんですけど。あははは。もう、足さえ良か

つたらねえ、ほんと生きてても生きがいがあるけど、こんだけ悪いと好きなどころ行けませんもんねえ。」

「何もよう楽しみありませんからね。動いて遊ぶことも出来ひん。今まではあの一、泣きたくなったらお友達、今はもうばらばらになってますけどね、年齢があれやから。なんやら奥のほうとかね、まあその辺にもね。そんなんで行っては旅行を楽しんでたんですけどね。」

「日曜日は誰も来ませんわね、そうするともうテレビ、もう一点張りですよね。」

<J>

「精神的にはそりゃ寂しいわね、夜は一人やしね。」

「そりゃやっぱし頼れるのは主人やと思いましたね。やっぱ子どもと主人と違うわね。あんまり無口な人で、あんまりようしゃべらせえへん人やったけど、やっぱね、気持ちはねえ。亡くなってわかりました。」

<M>

「私の場合は身内やらが全部亡くなってってことは事実やからね。で、結局まあこれ、寂しいことやけどね。いつかはそうなる時があるんやからね。絶対にもう自分が1番残ると思ってなかったもん。」

<O>

「一応、体が不自由やから思うた通りにはできないわけよ。だから何事もね、もう自分で我慢するしかないわけよ。」

「うーん…いろんなことを話したいけれども、そういう話題がないわけよ。世間はずーっと毎日出歩いてるんと違うからね。それこそテレビ見てる以外に何も無いわけや。」

<P>

「犬は好きですね。飼ったらね、かわいいですよ、なつくからねえ。だからこっちの言ってることもわかってんのかわからへんのか…。(笑)じっと聞いてますし

ね、話しかけたら。一人でこうしゃべってますよ、犬と。そうしないとね、ほんま家にいたらねえ、もう電話がかかってこなかったらしゃべらないときいっぱいありますしねえ。で、そんなが続くとね、イライライライラしてくるでしょう、やっぱり。それがちょっと、ほんまに寂しいことですなえ。」

「やっばり会話をするってことはええことやから。人とこうしゃべらないと、頭も衰えてくるし、ボケてしまったら大変やしねえ。痴呆になったらあかんと思って、一生懸命こうねえ、なんかその一、気を紛れることとかしようと思って、まあするんですけどね。」

## (5) うつ様相・不眠

<A>

「急にものすごく、も一、しんどなってねえ。で、救急車自分で呼んでどうしようもなくてね。その前にちょっと心臓が悪かってねえ。それは一、まあその時応急手当で、救急車で連れられて行って、その場で帰って過ごしててんけど、またやっぱりそれから内職してたんやけど。なんか急にまたそのうつが、突然その、急にうつって突然きてねえ。うつちゅうことを知らなかったもんやからね、なんやこのしんどいのはと思ってね。ほんでうつってゆうて。で、薬飲んで、ちょっと入院してましてね。一ヶ月ほどは入院してへんと思うけど、二週間あまりですかね。」

<C>

「いらんこと考えたらあかんのや思いますけど、いろんなこと考えますやろ。そうするともう寝られへん。今まではもうこの錠剤の半分どしたんや、元気な間は。もうこの頃はお医者さんで一つくれますさかいな。」

<K>

旦那さんの介護を長年されて

「私ノイローゼがまたきつーなりましてね。ここに横に横に、ここから飛び降りてしまおうかとも思ってね。紐がありますやろ。これで首つってやろうかって。」



もう悲しいのを飛び越してね、なんかしらんけど自分は一生懸命やってきたのに、何にもよくならないって悔しい、それだけなんですわ。きつついんですよ、私、悲観が。」

介護心中について

「それはわかりますな。つらいんですよ。お父さんも病んでる人もつらいでしょうけど、介護してる人の方がどれだけつらいか。」

<M>

「何年も前からそれ飲まないよね。風邪の薬とその睡眠のと一緒に飲んだら朝までぐっすり寝れるの。」

<N>

「ほとんどあれや、あの、夜あんま寝てないからな。もう3時頃か3時くらいになったら眠たくなってくるんや。だいたいうたた寝してる。」

<P>

「専業主婦でずーっときたもんやから、主人亡くなってしまっって自分も何をしたいかほんまに、一時期はねえ。もう路頭に迷って、もう落ち込んでねえ。それでも結局前向きになれへん自分がいて、それがずっと長かったもんやからねえ、そのうちうつになってしまったんですわ。もうあまりにも考えすぎて…今後の自分のことどうしたらええんやろうとか、いろんなこと考えて。不安ばかりがね、来るもんやから、うつになったことも気がつかなかったんやけども、なんか、体がだるいし、食欲ないし、眠れないし、もうしんどいし、なんか毎日死にたい死にたいみたいにね。自分でそんなことばかり思うからおかしいおかしいと思いながら、お医者さんに行くことがわからへんかって、自分が病気やっっていうのに気がつかなくて。どうしてこうなったんかなっていろいろ考えてね、あんまりしんどいもんやから。体重も5キロ減ってしまっって…。これではもうね、自分も、なんぼこんなことしてたら悪くなるんと違うかなと思ってね。どこ行っていいかわからへんから、耳鼻科の先生頼っていったんです。それで、心療内科にかかって、

お薬合わせてもらって、今も飲んでますけどね。」

## (6) 不安

<A>

「今は恐い世の中でしょ？歩いててもね、殺される世の中やからねえ。そやからもう、人ごみのところにはあんまり行きたくないしねえ。」

<B>

「私もういつ死んで、どこへ入るやらと思って…なんともないんやからね。10年ぐらいいけるって。どうしようかしら。」

<C>

「(外に出ることは)デイスリーブの車での送り迎えぐらい。こないだも、この車(老人車)押して歩けるかなと思って。15分ぐらいやったら歩けます。そこへ行ってもまた戻ってこんなんでね。あんなとこぐらい行けるわ思っても、はあこれからまだ帰らんなんと思って、それがちょっとおっくうになってきます。怖いどす、何が起るかわからん思って。」

「もうホーム行きたいだけ。もうあとちょっと頑張らんとあ、今もしものことがあったら…。」

<F>

「本当の兄弟は死んでしまったの。だから、今、私一人。だから、晩寝てて、このまま逝ったら…逝くかもわからないから、ちゃんと服装整えていなあかんなど時々思う。」

<H>

「やっばしね、あの、この前ね、なんかね、さお竹売りにきはってねえ、騙されて買うたんですねん。ほやしねえ、もうそんな、人はねえ、うん、もうまたねえ、居直られたら怖いし。」

<L>

「ポケンようにしとかなければってそれだけ。ボケたら大変やからね、他の者が。」

<P>

「今一番私がああ、一人で暮らしてるのに不安があるっていうのがね、やっぱりこう、なんかあったときにね、あの一、誰もいなかったらどうしようもないから…。それが1番不安なことです。」

<I>

不安なことについて

「あの、たまに、あの…息が出来なくなったり苦しくなる時があるから、その時だけかなあ。だから…朝まで待てば、ヘルパーさんが来る。そんな感じ。」

## (7) 信条

<K>

「明るいのが好きなんですわ。もうね、ほんまにじめじめしたところには行きたくない。何でもね元気出して、自分で。自分で元気ださなあきまへんねん。ほいでね、やなことあっても嫌だったなあて思っても、そんなこと思ったらあかん。元気ださなあかん、って自分でね、がーっとするんですわ。負けたらあかん。死ぬまで頑張らなあかん。」

「一緒ですやん、泣いて暮らしても一緒、あはは笑うて過ごすのも一緒。」

「絶対ね、苦勞したことは言わない。人には泣き言を言わない。強く生きる。それが私の勇気ですよ。」

「やるちゅう気をもたな。やる、何でも、やりとおすっていう気持ちを持たないとダメ。そしたら自分も強くなる。ほいで相手が嫌でも自然と愛を持つ。愛が沸きます。」

<M>

「まあまああの人はいえ人やったなあってぐらい言っつて死なんな。あの人きつ

かったよって言われたくないからね。私それだけは心掛けてんねん。」

「子どもに対してもね、もう素直に。若い人の言うこと何でも素直に聞いてね。間違ったこと言ってはるなあって思ってもね、何にも知りませんって。そういう優しいおばあちゃんになりたいなって思う。」

## (8) 要望

< I >

「老若男女が集えるところ。あの…極端な話、〇〇（名称）とかいろんなどが出来たけど、極端じゃない？若い人ばかり。こっち行ったら老人ばかり。その…交流がないでしょ。」

## 2 語りの分析にあたっての感想

### (1) 気兼ね・遠慮について

子どもに気を使うといった発言が多かったことは意外でした。子どもの世話にはなりたくないというプライドがある方もいらっしゃるのではないかと思います。一番の理由としては、やはり自分のことで子どもを束縛したくないという思いが強いのではないのでしょうか。

### (2) 心の拠り所について

お手軽に目で見えて楽しめるものを手元に置いて心の拠り所にされているようです。ペットは飼いたいけど、世話が出来ないし飼えないという意見もいくつかありました。

### (3) 楽しみ・喜びについて

デイサービスや家族を挙げられる方が非常に多かったです。その他、カラオケ（歌）も割りと多く挙がりました。家で一人で過ごされる分、誰かと会える時間が楽しみとなりやすいのではないかと思います。

#### (4) 寂しさについて

夜や食事の時に寂しいと感じられることが多いようです。特に夜は、「そのまま死ねたら…」等、死について考える方が多いようです。また、寂しさを紛らわすために（もしくは、静かなのが嫌なために）テレビをつけておられる方が大半でした。

#### (5) うつ様相・不眠について

うつという病気が高齢者の多くに定着しておらず、何故しんどいかわからないまま、誰かに病院を勧められて治療に至るといったケースがほとんどでした。また、不眠で睡眠薬を服薬されている方も意外に多かったです。もっとうつについての正確な知識を広めていくことが必要だと痛感しました。

#### (6) 不安について

死に対する不安を挙げる方が多くいらっしゃいました。①や④の項目で「迷惑かけたくないし早く死にたい」という意見も出た反面、「自分がしんどくなった時に誰が見つけてくれるのか」もしくは、「自分が死んでいるのを誰が発見してくれるのか」といった不安があるようです。また、自分の今後の状態が悪化しないかと心配されている方もありました。

#### (7) 信条について

ご自身の今までの人生の中で苦勞されてきた中で学ばれたことが信条化するようです。

#### (8) 要望について

誰かと会える場を求めているようです。あと、いろんなことに対して、高齢者が堂々と意見が述べられる場も必要ではないかと思いました。