

# 太田東西かわら版

おんころころせんだりまとうぎそわか

2021. 4

病気をして

## “可愛げのある女”

になる



2月下旬、母親が体調を崩しました。  
自宅に連れて来て、看病しているところの写真です。

38℃の発熱があると電話で連絡を受けましたが、母曰く  
「万一のことがあるから、自分一人で養生しますから心配しないで」

心配しないでって、今年80になる発熱高齢者を、一人隔離するなんて  
家族としてできるわけないでしょう！

母が言った「万一のことがあるから」。

それはお察しのとおり、もし新型コロナ感染での発熱だったら、自分と接触した家族全員に迷惑がかかる。その家族は薬局を営んでいる。

ひいてはお客様にまで迷惑をかけることになる。

自分の発熱の不安。家族への気遣い。孤独と恐れ・・・。

「一人にしては病状は長引く」と判断した私は、事前に連絡せず、母を“強制連行”しました。「今から迎えに行くから」と言えば、拒否して気丈に振る舞うのは目に見えています。

夕方、実家を訪ねてみると、普段着姿。テレビをつけて、自分でつくったおじやを食べようとしているところでした。

「思ったより元気そうでよかった」。安堵する私ではありません。

「やはり迎えに来てよかった、これでは治らない」。実感しました。

我が家に母を連れて来てからは、パジャマに着替えさせ、食事はさせずにすぐに消灯させました。食べることよりも、「寝る」ことが重要です。テレビやスマホから離れて、何もせず、静かに、ただただ寝る。

どうして母を見て、これでは治らないと判断したのか？

一人では「病人らしくない生活」をするからです。いや、一人暮らしでは病人らしく過ごしたいと思ってもできないでしょう。「自分の事は自分でしなければ！」という意識（緊張）がある限り、「病人らしく」は困難。

翌日からは、食事時間以外は「横になって寝る」。義務付けました。

“病人らしく”パジャマ姿でひたすら寝る。若先生（孫）が薬を運んで来る。麻里さん（嫁）が湯たんぽを入れてくれる。テルミーをかけてくれる。



食事は私が担当。漢方医学に基づいた＜薬膳＞の知識を活かして  
仕事の合間に3食つくりました。  
入院2日目（食事開始）。



梅干し、アオサ、しらす、たまご雑炊。



大根、生姜、きゅうりおろし。

入院3日目。



山芋の＜薬膳＞お好み焼き

入院4日目。



味噌汁 うなぎ丼

入院5日目（最終日）。



牡蠣と牛肉の鍋焼きうどん

平熱になり、回復傾向が見えたところで、＜タンパク質＞を盛り込んだ献立  
にします。最初から栄養価の高い食事を摂ると、逆に治りが遅くなります。  
母曰く、2日目の雑炊が一番美味しかったそう。😊

さて、今月号の太田東西かわら版で伝えたいこと、以下2つです。

1つは、家族が発熱した時。あなたならどう対処しますか？ということ。万ーコロナに感染していたら、職場や周りに迷惑かけることになる。だから悪いけど、近づかずに離れて、一人で治るまで頑張る！となるか？

あるいは、コロナを恐れず、世間に迎合せず、家族のピンチの時には迷わず駆けつけて寄り添う。その勇気と行動力があるか？

その選択は、家族それぞれ。そこに善悪はない。しかしそうした緊急事態はいつ起きてもおかしくない。家族で話し合っておくことをおすすめします。

もう1つ。それが今回のタイトルです。

女性の皆さん、もっと **“可愛げのある女”** になりましょう！、(^o^)

母は昨年亡くなった夫（私から見て父）の介護にも献身的で、良妻賢母ではありますが、“可愛げ”がありません。

可愛げがある人は、「助けて〜♡」「助けて・・・😞」が自然に出来る。自分の弱さ・迷いを言葉や態度に出すのが上手。＜頼りない女＞と思わせる。

「助けて〜♡とか、男に甘える女なんて気持ち悪いっ！」と豪語する、そんな可愛げのない猛々（たけだけしい）しい女性たち。

私の母もその一人。きっと、あなたも！（笑）

でもね、可愛げのある女性のほうが健康で長生きできるんですよ。

体調を崩しても軽く済む。病気になっても慢性化せずに、治りも早くなる。

なぜなら・・・自分の悩みを一人ではなく、みんなの力で解決できるから。

10kgのお米を一人で運ぶのは大変だけど、10人で運べば、超楽チン！

退院の朝。母に指導しました。

「あなたは幼少期から働き者の気丈な母親を見て育った。そしていつしか自分自身もそうなった。他人に迷惑をかけないように、自分の事は自分で！そんな自立し過ぎた“頼りない女”に。余生は“甘え上手で可愛げのある女”目指すのです。

楽に、身軽に生きて行く令和の時代。甘え上手だった、亡き夫を見習って」



母は答えました。「今さら、できるもんね！」

全くもって、可愛げのない返事！！。それを受けて、私の＜富士山棒＞が炸裂したのは言うまでもありません。😊