

# 認知症カフェの小話から対人援助を考える

的場 由木

昨年6月から毎月2回のペースで開催されている「墨田区オレンジカフェ」には、認知症をテーマにさまざまな人たちが集まってくる。私はふるさとの会の保健師として、そこに毎回参加させてもらうことになった。オレンジカフェでは「専門職による健康講座」がプログラムの中に含まれており、参加者の人たちが認知症や健康づくりについての理解を深められるよう、地域の診療所の医師や歯科医師によるミニ講座が行われている。また、参加している人たち同士のつながりをつくることもオレンジカフェの重要な機能である。

オレンジカフェの開始当初、保健師として認知症に関する「講話」を話してもらえないかと依頼があった。しかし「講話」を話せるほどの知識も経験もないと思った私は、ちょっとしたお話ならできますという意味で『小話』だったらいいですよ」と答え、オレンジカフェの最後の時間に健康にまつわるお話しをすることになった。

オレンジカフェには、認知症を抱えた人、認知症を抱えた人の家族、認知症になるのではいかと心配をしている人、通り過ぎりにたまたま立ち寄った人、近隣の子どもたちやその親御さんなど、さまざまな人たちが参加している。認知症の人への介護の話をするれば、認知症のご本人は不快な気持ちになるかもしれない。また、認知症とは何かという話は診療所の先生がすでにミニ講座で話をしてくださっている。そのため、私からは誰にでも共通するような一般的な健康づくりの話をするが多くなった。しかし、血圧の話や運動の話を何度かしてみたものの、参加者の人たちの反応はいまひとつだった。つまらない話につきあってくれているような節もあり、また話のネタもすぐに尽きてしまって、私はすっかり困り果ててしまった。

あるとき、参加者のひとりが「こばなし」という言葉をきいて、「それじゃあ、あなた、何かおもしろい話でもしてくれるのね。楽しみだわ。」と言ってきた。恥ずかしながら、そのときにはじめて私は「こばなし」という言葉が「短い落語や落語のまくらに用いる笑話」であることを知った。そして「小咄」や「小噺」という漢字が使われているということも。ハードルを下げるつもりで「小話ならいいですよ」と言ったことが、逆にハードルを上げることになっていたとは思ってもよらず、なんて自分は常識がないのだろうとしばし愕然とした。

しかし、「こばなし」の本来の意味を知ることで、私は大きなヒントを得た。オレンジカフェに集まっている人たちの表情が一番生き生きとしている時間は、参加者の人たちが歌や踊りを披露している時である。なるほど、自分の話がつまらなくなってしまうのは、内

容が抽象的だということもあるのだが、一番の原因は「芸がない」ということではないか。そこで、健康と芸能や文化、歴史などを融合させたような話ができないものかと考え、民俗や伝統芸能、墨田周辺の歴史、昭和の暮らしなどについて学ぶことを思い立った。

先日はちょうど節分が近づいていたので、私はさっそく節分の行事について調べることにした。「鬼はなぜ赤や青なのか」、「なぜ金棒を持った強そうな鬼をやっつける手段が豆なのか」、「なぜ、トラ柄のパンツをはいているのか」など、さまざまな疑問がわいてきた。それをひとつひとつ調べていく中で、私はある子ども向けの昔話を見つけた。その昔話は、おおまかには次のような内容だった。

ある時、貧乏な老夫婦が節分の豆をまくときに、「いままで『鬼は外、福は内』とやってきたけれども、まったく暮らしはよくなる。どうせ福は来ないのだから『鬼は内、福は外』とまいてみよう」と言って、反対の言葉で豆をまいた。するとその晩、鬼たちがその家にやってきて「みんなが『鬼は外』と豆をまくから、行く場所がなくなって逃げてきた。」と言った。そこで、老夫婦は鬼たちに食事やお酒をふるまって大いにもてなしたところ、鬼はすっかり安心して朝まで寝てしまった。翌日、日がのぼる頃に目覚めた鬼たちは慌ててその家を飛び出して帰っていったが、慌てていたせいで、金棒を忘れて行ってしまった。老夫婦はそのうちにとりこめるだろうと思って金棒をとっておいたが、鬼たちは取りこめなかった。その後、その金棒が評判になって多くの人がその家を訪れるようになり、老夫婦は訪れた人たちにお茶や団子を売ったところ、お金持ちになった。めでたし、めでたし。

この昔話は「もしかしたら、鬼たちはわざと金棒を置いていったのかもしれないね」と締めくくられていた。私はこの心温まる昔話を是非紹介したいと思いながら、さらに節分について調べていった。すると、鬼の色は全部で5色あり、赤は「食欲」、青は「怒り」、黄色は「わがまま」、緑は「不摂生」、黒は「愚痴」の意味を持っていること、そしてそのような人間のよくない心をなくすために、豆をまくのだということがわかった。つまり、自分の心に対して豆をまくという意味もあるということであった。また、鬼は「隠人（おんにん）」が語源になっているという説があり、「隠人」とは「隠れている人＝知らない人」であることや、昔は村の外から来る人は知らない人なので、危険だと感じて「鬼」だと思っていたということなども知った。

私はふと、ふるさとの会の対人援助論の中で言っている「他者」の登場とは、節分で言う「鬼」との出会いなのではないかと思った。ふるさとの会もオレンジカフェも、誰もが安心して居られる場づくりを目指している。さまざまな人たちが出会い、居合わせている。知らない人同士なのでお互いにとって相手は「陰人」かもしれない。しかし「鬼は外」と言って追い出さないということは、自分自身のこころの中に抱えている負の感情を否定しないことであると同時に、相手のことをよく知らないという理由で目の前から排除しな

いということでもある。鬼の色に表現されているような、食欲やわがままや怒りの感情は誰もが持たざるを得ないものであり、簡単に切って捨てられるようなものではない。むしろ、自分の内側からどうしようもなく出てきてしまうものである。昔話の老夫婦が鬼たちをもてなしたように、例えばイライラしている時にその自分の感情をただ否定するのではなくて、「あ、今は自分の心の中に青鬼さんが来ているな。」と認めて、その感情をいたわった方が、結果的に「福」が来るのではないかとということである。

さらに、この「福」とは、単に利益があるということではなくて、新しい役割関係が生まれるということなのではないかと考えた。この昔話のミソは、鬼が単にお金を置いていったというストーリーではないということだ。鬼は老夫婦との関係の中で、金棒を置いていき、老夫婦はその金棒に集まる人たちに団子を売るという業を起し、その結果、豊かな暮らしになったというところがとてもおもしろい。ふるさとの会の対人援助論の中で言っている「他者」とは「自分の思い通りにならない困った事態」のことである。その「他者」を排除しないことがすなわち創造になるということ、そしてその創造とは、自分が生きていくための新しい役割関係なのではないだろうか、などと節分にまつわるさまざまな発見からあらためて対人援助の意味を考える機会を得ることができた。

1 月末のオレンジカフェで、私はこの節分の昔話を紹介した。「自分の中のマイナスな気持ちをあまり否定し過ぎないで、むしろ労わってあげた方が福になるということだと思います」と話すと、認知症介護で苦労しているという参加者のひとりが“うんうん”とうなずいていた。オレンジカフェもふるさとの会の共同居住やその他の居場所も、誰がどんな気持ちで居合わせているかわからない、何が起こるかわからないという意味で、未知の場である。そこはまさに、ごちゃまぜのミックストコミュニティである。しかし、誰が居てもいい、何が起こってもいい、何か起こったらその都度話し合っていけばいいし、トラブルをきっかけにしてわかりあっていけばいい、という大きな土壌に支えられている感覚がある。

さまざまな人たちが集まるオレンジカフェは、回を重ねるにつれて、昔話の老夫婦の家のような創造的な居場所になりはじめているのではないかと感じる。その中で、「健康にまつわるちょっとした話」が、「おもしろい小噺」になるには、いろいろな面で修業が必要だ。これからも集まってくる人たちと対話しながら、工夫を凝らしていきたいと思っている。

参考：「福娘童話集」 <http://hukumusume.com/douwa/kisetu/setubun/html/02.htm>