

「忘れていても、間違っている、怒らないで…」

§はじめに

当方に通院される方の中に 90 代の患者さんが増えてきたと感じます。80 代後半の方も珍しくありません。そういった患者さんには家族の方が付き添いで来院されることが多いのですが、時々気になることがあります。私が患者さんと話している途中で「お母さん（お父さん）それは違うよ！」と後ろから声が掛かるのです。医学的に重大な事柄ならそういった指摘も必要なのですが、日常の些細なことで親の発言を否定すると、患者さんは下を向いてしまい、人によっては消え入りそうになります。また、私が尋ねていないのに患者さんの日常生活での間違いや忘れ事、同じことを繰り返すことなどを逐一話すご家族があります。そういった話が始めると「そのことは今お話しただかなくて結構です」と遮ります。そんな話が患者さんの背後からなされると、患者さんは身を縮めてつらそうな表情になってしまいます。

私は認知症診療の専門医ではありませんが、初期の認知症傾向が生じた患者さんの経過観察はしています。そういった方の診察時に、診察室で患者さん自身の発言が否定されたり、過ちや忘れ事を細かく指摘されたりすると、患者さんの不安感が強まり、認知症の病状を悪化させているように感じるので。認知症がなくても、自身の言動を否定されることが繰り返されると、自信がなくなり、意欲が低下します。そんな傾向は認知症症状の出現した患者さんには特に強く現れるように思います。今回の『藍色の風 第 100 号』では初期の認知症の方への対応に関して記載してみようと思います。この記事を書こうと思ったのは以下に記載する本を読んだからでした。

§「注文をまちがえる料理店」

こんな名前の店のこと、聞いたことがあるでしょうか？2017 年 6 月 3 日 4 日の二日間限定で東京都内にある座席数 12 席の小さなレストランを借りて、この店が開かれました。どういった経緯でこの企画が考え、実行されたのかお知らせします。

小国士朗さん（1979 年生まれ）という方がいます。テレビ局のディレクターですが、2012 年に認知症介護の取材のため、とあるグループホームを訪ねています。その施設の理念は「認知症になっても、最期まで自分らしく生きていく姿を支える」というものでした。認知症の状態にあっても、買い物、料理、掃除、洗濯など入所者が自分でできることは、できる範囲ですべて行えるように援助するというスタイルで、そのグループホームは運営されていました。小国さんはロケの合間の昼休みに、その施設でお昼ご飯をごちそうになりました。食堂の給仕は施設に入所している認知症の方が担当しています。その日の献立はハンバーグと聞いていたのですが、出てきたのは餃子でした。「あれれ？」と思い、「これ間違いですね？」という言葉が喉元まで出かけたのですが、ぐっと抑えてその言葉を飲み込みました。なぜならそういった指摘をすることでこの施設が築いてきた「ちょっとした間違いは指摘せず、ゆったりと暮らす生活を」という理念を台無しにしてしまうと感じたからでした。



ハンバーグが餃子になっても美味しければなんだったいい。それなのに間違いを指摘して、認知症の人を「こうでなければだめだ」という鑄型にはめ込んでしまうと、認知症の介護現場ではどんどん息苦しくなってしまうと考えたのでした。そういった既存の介護方針ではなく、認知症になった人達がのびのびと暮らしている施設の取材をしながら、ちょっとした間違いにこだわっている自分恥ずかしくなったとのことでした。その瞬間に「注文を間違える料理店」という言葉が頭に浮かんだのでした。「間違えることを受け入れて、間違えることを一緒に楽しむ」そんな価値観をこの料理店から発信できたら、認知症そのものに対する考え方、認知症の人々への対応の仕方が変わるのではないかと、小国さんは考えました。



そんな思いを元に、小国さんは周囲の人々にその構想を伝え、メンバーを集めて回りました。今回取材した介護施設の責任者の方、デザイン、デジタル発信、クラウドファンディングの専門家、メディアの記者、外食サービスの経営者など多くの分野の専門家が集まり、「注文を間違える料理店実行委員会」が結成されたのです。

§ レストランが開かれた当日は…

ホールで働くスタッフはグループホームの中から気立てがよく、やる気のある6人が選ばれました。またスタッフのサポート役として、施設で彼らの介護を担当している顔見知りのマネージャー7名が参加しています。レストランは11時から15時までの4時間に限定して開かれましたが、どんな具合だったか、以下に概要を記します。

予想通り、間違えた料理を違うテーブルに配膳したり、注文を取りにテーブルに行っても何をしに来たのかわからなくなったり、注文を取らずに昔話に花を咲かせて話し込んでしまうといったことがあったようです。間違った料理を配膳されても、お客同士で融通しあったりして、苛立ったり、怒ったりした人は一人もいなかったとのことでした。来店したお客さんからのアンケート結果では60%以上のテーブルで間違いがありました。しかし、そのことで腹を立てたり不快に思ったりした人はおらず、90%のお客さんがまたぜひ来店したいと回答したのでした。

§ 「注文を間違える料理店」の反響

二日間の営業の翌日から、連日のようにテレビ局、新聞、雑誌からの取材依頼が殺到し、日本国内にとどまらず、中国、韓国、シンガポール、イギリス、ドイツ、フランスなど世界の20か国以上のメディアから問い合わせがあったのです。その中で代表的なコメントを以下に記します。これはノルウェー公衆衛生協会から寄せられたものです。「この日本のアイデア（工夫）は、重要な点を示しています。それは、認知症を抱えている多くの方は、周囲から受け入れられ、理解されさえすれば、普通の社会生活に参加できるのです。大切なことは、認知症の人を過小評価しないということです。多くの（認知症の）人が、さまざまな方法で社会に貢献することが可能なのです。認知症を抱える人とふれあうとき、ほんの少しいつもより時間をかけ、理解しようという優しさと思いやりがあれば、（周囲の）みなさんの方が大切な何かを得ることになるでしょう。認知症を抱える人も一人一人異なります。一人一人を個人として理解することが大切なのです」

私もこの本を読んで、本当に驚きました。どうしても認知症というひとくくりにして認知症の人を見てしまいがちですが、認知症の人々もそれぞれです。当クリニックの理念である「その人らしく生き活きと楽しく」ということを認知症の人々にも当てはめて、その人らしさを引き出せるような介護、対応が必要と感じました。また間違える、忘れるということに対して目くじらをたてるのではなく、命にかかわるようなこと、大きな災害につながるようなことでない限りは、間違いや忘却を楽しむような発想も重要と感じました。家族に認知症の方がおられる場合には、認知症の重症度にもよりますが、こういった発想も取り入れてみたら…と思います。紙面の都合

でこの取り組みの事を十分書ききれませんでした。この企画に参加した認知症の方々の様々なエピソードが記載されていました。興味のある方は文末の参考文献に記した書籍をお読みください。関連書籍は2冊ありますが、1)で十分でしょう。2)は当日の写真が多く掲載されています。

§「注文を間違える料理店」を読み終えて…

この書物を読んだ後、認知症関連の書籍を何冊か読んでみました。「認知症のある人と向き合う」「こころの科学（高齢者の暮らし・こころ・居場所）218号」など。これらの書籍に掲載されていた参考文献から「社会的処方」という書籍（西 智弘編著）に出会いました。この本は腫瘍内科、緩和ケアを行う医師が編集した書籍ですが、この本の中に膝を打つような記載がたくさんありました。それを書く前に診察室で認知症関連の相談を受けたときのエピソードを記します。

認知症傾向のてきた夫を説得し、デイサービスに送り出した女性がいました。しかし夫はデイサービスには二度と行かないと、一回行っただけで頑強に拒否してしまったとのことでした。どうしてですかと問うと「デイサービスでは塗り絵をさせられたり、お遊戯的な運動をと勧められたりして『ワシは幼稚園児ではない！』とたいそう立腹してしまった」とのことでした。デイサービスに対する同様の拒否感是他の方からも聞いたことがありました。通所する方の状況によってはそういったこともあり得るだろうと思います。こんな経験があって、先ほどの書籍を読んで驚いたのです。

社会的処方とは耳慣れない言葉です。その意味するところは次のようなものです。「社会的処方とは患者の非医療的ニーズに目を向け、地域における多様な活動や文化サークルなどとマッチングさせることにより、患者が自律的に生きていけるように支援するとともに、ケアの持続性を高める仕組み」もう少し砕いて書くと「認知症やその傾向のある患者さんが住んでいる地域で、その人の趣味や好みにあった種々の活動や文化サークルを探し、それらを患者さんに提案して希望する事業に参加してもらう。そのことで、患者さんの生きる意欲を支援する」ということになります。こういった方法を社会的処方と呼んでいます。この考え方はイギリスで考え出され、その一例が紹介されていますので、その概要を記します。

ロンドンから車で二時間ほどの距離にヘイスティングスという町があります。ここには古い城や修道院が残る景観の美しい港町です。この町で高齢者施設やホール、アートギャラリーを舞台にして認知症の高齢者やその家族を対象にしたデッサンのワークショップが行われています。先生役はこの町に住むプロのアーティストで毎週1回開かれ、ワークショップへの参加は自由で途中での出入りにも制限はありません。プログラムの内容は簡単で、モデルが10分ほどポーズをとり、それを参加者が描きます。モデル役は本物の俳優さんとのこと。教師役のアーティストは写実的に上手に「絵」を描かせようとするのではなく「思ったまま、見たまま描いてほしい」「自分の感性を表現してほしい」「モデルから感じる色、雰囲気、あなたの感じて描いて欲しい」といった声を参加者にかけています。参加している認知症の患者さんの様子を見てみると、顔を上げて、目先、手もとに適度な緊張感があり、集中力が高まっていく様子が見て取れたとのこと。認知症の方でもここまで集中して描けるものだろうかとは見学者の感想でした。

全員が描き終わると教師役のアーティストは一人一人の作品を紹介していきます。「この線がいい」「絵に動きがある」「色使いが美しい」「前回の作品よりこの点が良くなっている」などと非常に上手に誉める！具体的な評価なのでお世辞での言葉がけではないのです。そういった教師役の評価を聞いて、参加者からは「おお〜」という歓声があがったりしていたとのことでした。

こういったデッサンのワークショップが1時間ほど行われ、その後は参加者が感想を述べあったり、ティータイムでの談笑になったり、その後参加者は三々五々家路につくとのこと。こういったワークショップには認知症の患者さんだけではなく、家族や普段



ケアをしているスタッフも一緒に参加しています。その方が自然で効果的とのことでした。

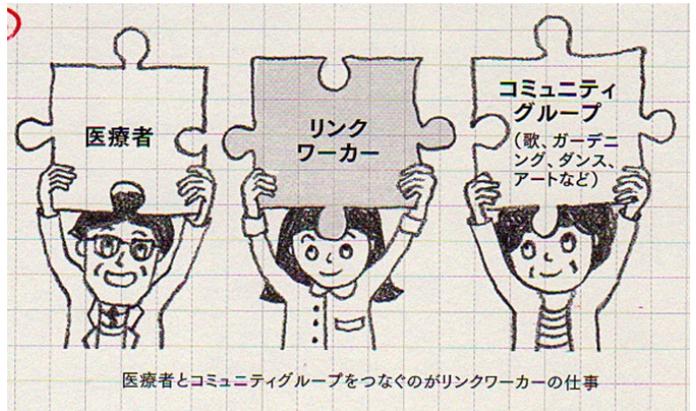
こういったデッサンのワークショップ以外に、社会的処方の実例として、釣りのサークル、ダンスやエクササイズของกลุ่ม、同じ病気をもった人たちの語り合いの会、ボランティア活動、年代が異なる友人をつくるプログラムなど、多彩な活動が存在します。

どうでしょうか？認知症の方々への対応として、日本では考えられない素晴らしい方法です。認知症の方々のそれぞれの好みや特技を活かして、興味のあるサークルに参加するようお誘いすることが、認知症の方々の日々の暮らしを生き生きさせることにつながると思います。興味のある方はこの「社会的処方 西 智弘編著 学芸出版社」をお読みください。たくさんの社会的処方の実例が掲載されています。

§ 「社会的処方」の次の段階

私も日々の診療の中で、認知症傾向のある方に対して、こんな活動をしてみたらと思うことは多々あります。しかし、日々の循環器診療に費やす時間があまりにも多く、それを探し出して提案することができません。そういったことを可能にする施策としてリンクワーカーという存在があります。

リンクワーカーは医療者側から認知症の方のみならず、患者さんに関しての適切なサークルを探して欲しいという依頼を受け、患者さんや家族に面会します。そして、社会的処方の対象となる地域の活動と患者さんとを引き合わせる役目を担います。右上のイラストでリンクワーカーの役割が分かりやすく記されています。このリンクワーカーがいることによって、医療者側は地域のすべての活動を把握しておく必要がなくなり、患者さんをスムーズに適切なサークルに案内することができるのです。



例えば歌が好きな認知症の患者さんがいたとします。医療者側から歌に関して適切なグループを紹介して欲しいという依頼があったとき、リンクワーカーはその患者さんに面会し、その患者さんの人となりや希望、好みなどを聞いた上で、それに合う歌のグループを紹介することになります。

こういったリンクワーカーの制度はイギリスにはありますが残念ながら日本にはありません。それではこういったリンクワーカーの制度を日本でも導入すればよいのでしょうか？イギリスではリンクワーカーの研修システムがあり、資格の認定も行われています。地域によってはリンクワーカーを資格の程度によって金・銀・銅と分類している地域もあります。こういった制度を日本に導入して機能させればよいのですが、現実問題としてすでに孤立している認知症の方も多く、早急な対応が必要です。将来的にリンクワーカーの制度を創設することはよいことと思いますが、現実の問題を解決するには既存の組織をうまく機能させることで対応できればよいです。

そこで注目されるのが、日本に古くからある文化です。日本では地域の顔役やおせっかいおばさん（失礼！）が居て、地域で困った人々に対して手を差し伸べてきた文化があります。昔から日本に存在するそういった文化的な側面を利用してリンクワーカー的な機能を持たそうとする方法が考えられました。「手っ取り早く」と言えば語弊がありますが、今の日本で新たな制度を導入してリンクワーカーを要請するよりは、地域に残る絆を上手に利用して、リンクワーカー的な機能を発揮する方が実際的なように思います。日本ですでにリンクワーカー的な機能を果たしている機関があります。それを紹介します。

§ 「暮らしの保健室」

次々にいろんな名称がでてきますが、この「暮らしの保健室」という名前を聞いたことがある

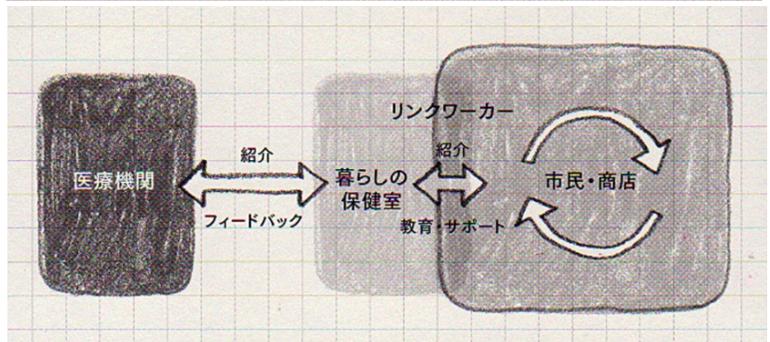
でしょうか？これは東京の新宿で訪問看護師をしていた秋山正子さんという方が高齢化率 50% を超える戸山ハイツという団地（新宿にある都営住宅）の商店街の一角に「地域のよろず相談室」として 2011 年 7 月に開設したのが始まりでした（下の写真）。正式名は「暮らしの保健室」といい NPO 法人白十字在宅ボランティアの会が運営しています。この施設では医療や介護、健康、生活全般の相談、医療福祉との連携に関する相談が、戸山ハイツの入居者に限らず誰でも予約無しに無料で利用できるのです。どこの学校にもある保健室の地域版といったことなのです。町の中に大人が行ける保健室があるといいですね。秋山さんが 20 年以上の訪問看護の実践の中で、こういった施設の必要性に気づいてこの保健室を開設したとのことなのです。

「暮らしの保健室」には医療に不安を持つ人、認知症の人、癌の人、発達障害の人など、多種多様な人が訪れています。それらの人々の困りごとを聞き、周囲の多くの人の知恵を借りながら支援につなげているとのことなのです。そういった課題解決を行う中で感じられることは相談者が「地域とつながっていない」「孤立している」ということが共通項でした。そういった困りごとを一つずつ洗い出し、孤立解消のためにつなげるものはつなげていき、問題解決を図ります。そういった活動を続けていくとコミュニティのつながりや絆が強くなっていきます。「暮らしの保健室」にはリンクワーカーとしての機能が含まれていることがわかります。

この「暮らしの保健室」の機能としては以下の 6 つが挙げられます。

- ①健康に関する「相談窓口」
- ②在宅医療や病気予防について「学びの場」
- ③受け入れられる「安心の居場所」
- ④世代を超えてつながる「交流の場」
- ⑤医療や介護・福祉の「連携の場」
- ⑥地域ボランティアの「育成の場」

こういった機能をもつ「暮らしの保健室」が実は日本中に広がっています。2021 年の時点で日本全国に 50 力所以上の施設が開設されていますが、四国地域には残念ながら見当たりません。そしてこの「暮らしの保健室」が前述のリンクワーカーの機能を果たしており、こういった「暮らしの保健室」が徳島にも開設されればと思います。



§ 全国各地で行われている認知症の人々への対応の工夫

① 福岡県大牟田市では 20 年近く前から、世界アルツハイマーデー（9 月 21 日）直近の日曜日に「ほっとあんしんネットワーク模擬訓練」を開催しています。この訓練では、認知症の人が行方不明になったという設定で、家族からの通報を受け、ネットワークに連絡して捜索し、発見・保護するという一連の流れで実際に模擬訓練を行っています。

認知症の人々の一見無目的の外出行動に対して「徘徊」という言葉を使っていますが、それは適切ではないと指摘されています。「仕事に出かけるため」「幼い子どもを迎えに行くため」「夕食の食材を買いに行くため」などといった意識が認知症の患者さんの中に目覚め、そのために外出していることがわかっています。このため「徘徊」という言葉で表現することは適切ではないとされ、その用語は使わないようにしようとされています。

2022 年には大牟田市の 6 校区でこの模擬訓練及び認知症に関する取組みが行われ、437 名の市民が参加しています。迷ってしまった認知症役の方は子ども民生委員により発見・保護されました。また、当日以外にも様々な校区で認知症への取組みを行っているようです。自治体

で独自にこういった訓練を行っているのは素晴らしいですね。興味のある方は大牟田市のホームページをご覧ください。

② アンダンチ

宮城県に「アンダンチ」という施設があります。これはサービス付き高齢者向け住宅、居宅介護・訪問ステーション、障がい者就労継続支援B型事業所、企業主導型保育所、飲食店、前述の暮らしの保健室が一か所に集まった多世代交流複合施設です。「アンダンチ」という名前は仙台地域の方で「あなたの家」という意味だそうです。アンダンチ代表の福井大輔さんは腎臓内科医をしていた義父から次のような依頼がありました。「透析患者さんが自分の行く末を案じるケースが見られる。そのような患者さんが少しでも安心できる住まいを考えてやってくれないか？」このように言われてそれまでの仕事を退職し、介護事業に乗り出しました。こういった経緯で2018年にアンダンチ開設に至りました。

アンダンチは住宅街の中にあります。下の写真のように約1000坪のスペースがあり、まるで公園のようです。その敷地の中に大きな広場があり、そこには井戸、ピザ窯、バーベキュー炉があり、敷地の中央には「やぎのお家」もあります。アンダンチ周囲の住宅街の子供たちが公園の草を刈ってヤギに食べさせたりしています。そしてその子供たちにアンダンチの職員がお茶をだしてあげたり、集まった人達とおしゃべりしたりするとのこと。また、子供達は敷地内にある駄菓子屋でお菓子を買って家に帰るといったのが日々の暮らしのようです。

徳島のサービス付き高齢者向け住宅は周囲との交流がほとんどなく、また人里離れたところにひっそりと建設されている印象が強いです。しかし、アンダンチの入居者は住宅街の中で周囲の人々と共に住み、近所の人々との交流があるという環境は、高齢者特に認知症が合併した人たちにはとても暮らしやすい状況だと思います。認知症に限らず、障がいのある人たちを辺鄙な地域に集めて生活させるという状況は改善した方がよいと感じています。今回の『藍色の風』でアンダンチの写真を掲載しましたが白黒ですのでその良さが十分伝わりません。興味のある方はアンダンチのHPをご覧ください。



③ 「銀木犀（ぎんもくせい）船橋夏見」

民間の高齢者住宅といえば「サービス付き高齢者向け住宅」「介護付き有料老人ホーム」「グループホーム」「住宅型有料老人ホーム」というのが知られています。徳島にもたくさんありますね。

「銀木犀船橋夏見」は千葉県船橋市にある高齢者住宅の名称です。非常に特徴的な施設で別名「仕事付き高齢者施設」とも呼ばれています。この施設の一角に施設入所者と介護士と一緒に働ける「恋する豚研究所」船橋夏見店という名前のレストランが併設されました。これは千葉県

香取市にある「恋する豚研究所」という施設とタッグを組んで開設したもので、2019年5月にオープンしています。お店は多くのお客さんで賑わったとのこと。（「恋する豚研究所」は豚の飼育に際して餌のやりや育て方に徹底的にこだわり、おいしく安全な豚肉を生産するようにしているとのこと。豚に恋するのではなく、豚が恋するように幸せな豚生活を豚に提供しているということです。興味のある方は同研究所のHPをご覧ください）

この高齢者住宅の特徴は「仕事付き」ということで、驚きます。この施設を立ち上げた下河原忠道さんはたくさん的高齢者住宅を運営していますが、「仕事付き」という特徴づけへの想いを次のように語っています。

「施設に入所した人が『暇だー暇だー』と繰り返すため、入居者に仕事を作ってみたら…と思ったのです。デイサービスは本来、入所する人の一時的な休息が目的であり、入所中も一定の社会参加があるべきで、その後、社会への復帰のためのリハビリを行うという大きな目的があると考えているのですが、日本ではいつのまにか『幼稚園のお遊戯』みたいになってしまっている。それはその施設に高齢者しか集まっていないからであり、それを避けるためにレストランで働く入所者への介護機能をも備えた施設をつくって、そこで入所者に働いてもらおうと考えたのです」

高齢で認知症傾向のある入居者がこのレストランで仕事ができるようにするため、次のような工夫をしています。レストランのフロアでの作業を最初から最後まですべてしてもらうのではなく、フロア作業の内容を分解してみたのです。例えば①お客を空いている席に案内する②お客に水をもっていく③注文をとる④料理を運ぶ…⑩食べ終わったお皿を片付けるなどに分解し、入所者の適性を考えてAさんには①②③、Bさんには④⑩などと役割分担を決めて仕事を行ってもらったとのことでした。

一緒に仕事をする介護士の苦勞も大変のように思いますが、『幼稚園のお遊戯』のようなデイサービスからの脱皮に向けた素晴らしい企画だと思いました。しかし、この原稿を書いている2023年3月中旬にインターネットで確認してみると、「恋する豚研究所」船橋夏見店は閉店しているとのことでした。コロナ禍で客足が伸びなかったのでしょうか…残念ですね。

今回記載した数々の工夫は他の自治体にもみられます。こういった内容に興味のある方は参考文献の「社会的処方」を参照してください。

§最後に

人間が100歳まで長生きするとほぼ100%の人が認知症になるだろうと言われています。私も今年4月で70歳になり、早晚認知症の傾向がでてくるものと思っています。

今回の『藍色の風 第100号』では認知症関連の事項を記載してみました。認知症にも種々の段階があり、重症で非常に重篤な場合には、非常に専門的な治療や介護が必要になるケースがあることは分かります。しかし、認知症になっても認知症の人を隔離したり、阻害してしまったりするのはではなく、認知症の人々が安心して暮らせる日本に作り上げていく工夫を積み重ねていく必要があると思います。

認知症は他人ごとではありません。今回の種々の工夫を参考にして、皆で一緒に考えていきましょう。

【坂東】

参考文献

- ① 注文をまちがえる料理店 小国士朗 あさ出版
- ② 注文をまちがえる料理店のつくりかた 小国史朗 方丈社
- ③ 認知症のある人と向き合う 大石 智 新興医学出版社
- ④ こころの科学 218 日本評論社
- ⑤ 社会的処方 西智弘 学芸出版社
- ⑥ 暮らしの保健室 ガイドブック 秋山正子 日本看護協会出版会
- ⑦ ケアとまちづくり、どきどきアート 西智弘ら 中外医学社

「もうじき たべられる ぼく」

上記のような題名の絵本が目にとまりました。(はせがわ ゆうじ作 中央公論新社) どんな本だろうと思って購入したのですが、考えさせられる内容でした。

立派に育った若い雄牛の「ぼく」はもうじき食べられると気づき、最後に一目だけでも…と思い、お母さん牛に会いに行きます。列車に乗って生まれ故郷の牧場に到着し、牧場内で懐かしいお母さん牛を見つけます。しかし、お母さん牛がもうじき食べられる「ぼく」を見たら悲しむだろうと思い、会わずに帰ることにします。再び列車に乗って帰るのですが、その気配に気づいたお母さん牛が列車を猛然と追いかけていきます。「ぼく」は列車をめがけて走ってくるお母さん牛の姿を列車の窓から見つめるのですが、如何せん、お母さん牛が列車に追いつくことはできませんでした。

「ぼくは牛だからもうじき食べられるのだけれど、せめてぼくをたべた人が自分のいのちを大切にしてくれたらいいな」という言葉でこの絵本は終わります。

この本を読んだ後、ある患者さんとの診察中に次のような会話がありました。食事中の塩分を減らすという話題になり、サラダにどんなドレッシングをかけるかという話になりました。私は次のように話しました。「ドレッシングを大匙 1 杯分かけると約 1g の塩分摂取になるため、私はサラダを食べるときは、ドレッシングなど何もかけずに食べています」と答えると、その方は「美味しいと思ってサラダを食べているのですか？」と問うたので私は咄嗟に「有難いと思って食べています」と答えました。

私が昼食時に食べているサラダを下の写真に示しました。妻がこしらえてくれているお弁当に加え、管理栄養士が毎日サラダを用意してくれています。とても有難いです。トマトとレタスのサラダですがそれだけで 400g の野菜となり、一日の野菜摂取量としては昼だけで十分です。それ以外に朝と夜に自宅の食事ですらに他の種類の野菜類を摂取しており、便通は非常に快調です。

野菜類の摂取に限らず、毎日きちんと食事ができ、健康を維持できているのは本当に有難いと思っています。日々の食事は確かに美味しいのですが、「美味しい」という言葉は使っても「うまい」という表現は私の感覚と異なります。「うまい」という表現はなんとなくぞんざいで上から目線のような感じがするのです。因みに「美味しい」という言葉は平安時代に女官が使っていた美味しいという意味の「いし」に「お」がついたという文章をどこかで読んだことがあります。

テレビなどでは大食い競争があり、それに特化したタレントもいますが、そういった番組は見たくありません。チャンネルを変えてしまいます。食事は確かに「美味しい」のですが、それに加えて「有難い」と思って食べている私の感覚と相容れないからです。

ロシアのウクライナへの侵略戦争が食糧危機を更に悪化させています。人口がどんどん増えている地球上で、食べ物を大切に頂くという姿勢が必要だと思っています。皆さんはいかがでしょう？

【坂東】

