

乳がんを克服した音無美紀子さんと、患者と対話を重ねる樋野興夫先生。故小林麻央さんのブログに感銘を受けた2人が、がんとの向き合い方を語った。

音無美紀子さん（67・以下音無） 私が乳がんを経験した

のも（小林）麻央さんと同じ30代で、娘は6歳、2歳の息子はまだおっぱいにかじりついていました。病気について誰にも話せずにいましたが、麻央さんはブログですべてをさらけだされていて、心の強い人だと衝撃を受けました。

樋野興夫さん（63・以下樋野） 彼女のブログからは、空から俯瞰（みくだ）でものを見て、自身の生き方を問う哲学的な面と、闘病の苦悩を乗り越えようとする覚悟ある胆力を感じました。そして自分を励ますだけじゃなく多くの人に感銘を与え慰める、まさに「利他の心」。その存在そのものがご家族はじめ多くの人への「プレゼント」になったのでは。

乳がんを経験し、講演などの活動を行う女優の音無美紀子さんと「がん哲学外来」理事長で、がん患者や

その家族と対話し、生きる希望を与えている順天堂大学医学部の樋野興夫教授。

2人に1人が罹患する時代に、がんやがん患者とともに生きてきたお2人が、病いにどう向き合えばいいかを語り合った。

音無さんは88年に乳がんが見つかり、当時標準治療だった全摘手術を受けた。

音無 子育てが一段落したら女優として、もうひと花と思っていた私にとつて、それは大きな挫折で、誰にも知られたくなくてコソコソ、がんの陰に隠れて、ました。まだ乳房の温存手術も確立されてなくて、メスで切り取られるのも想像がつかない。でも主人（俳優の村井國夫さん）が「片胸を摘出し」それで女優じゃなくなっても、生きててくれなきゃ困るんです」と、医師に泣いて訴えたんです。

樋野 すばらしいご主人ですね。患者さんの抱える悩みの3分の1が治療法など医療に関するもの。3分の2が家族や職場、医師らとの人間関係

の悩みです。日本の患者さんは夫婦間の悩みも多いんです。音無 そうですか。術後、抗がん剤治療をすすめられたとき、医師の「この治療で皆さん15年も生きています」……この「も」の一言が引っかかり、先生に悪気はなくても、がんは生きられないもの、という。現実を突き付けられた気がしてつらかった。

手術後、うつになり「死にたい」と苦しむ音無さんを救ったのも家族だった。

### 家族の「言葉の処方箋」に救われる

音無 10時間に及ぶ手術、その後のリハビリと奮闘しましたが、抗がん剤の点滴治療のミスをきっかけに心を閉ざしてひきこもり状態に。

樋野 がん告知を受けた人の約3割に音無さんと同じようにうつ的な症状が現れます。

音無 眠れない、食べられない、何もできない。当時、そういうのは、心が弱い人になる。ノイローゼ。だと思いついて、恥ずかしくて病院にも行けなかった。告知されてからの闘病の苦しみ、「なぜ私（が）？」という恨みや未練も重なり、つらかった。いくら医

療技術は進歩しても、人間の心は同じ気がしますね。

樋野 はい。医師には最先端の治療を確立すること、もう一つ「人間的な責任で手を差し伸べる」という使命がありますが、それが失われようとしています。そこで私は08年に「がん哲学外来」を立ち上げました。患者さんとご家族に、「病気であっても病人ではない」「がんも単なる個性である」というような言葉の処方箋を出しています。

音無 言葉といえは、ある日、当時小学生だった娘の「ママなんて笑わないの？」の言葉にハツと気がつかれたんです。左胸を全摘してから自分の体もそうですが、いっさい鏡を見られなくなりました。鏡を見てみると口角も上がらないし、どう笑えばいいのかさえ忘れてしまっています。娘に言われてから意識して鏡で笑顔をつくるようになりました。少しすると口紅もつけてみよ。美容室にも行くこと、徐々に元気になりました。

樋野 家族の「言葉の処方箋」に助けられましたね。私の哲学外来では一人1時間、カルテもなし。お茶と一緒に飲みながら話を聞いて対話するだ

ひのおきお/54年島根県生まれ。医学博士。順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授。一般社団法人「がん哲学外来」理事長。08年からはじめた、がんで不安を抱えた患者と家族に寄り添い、対話を通して支援する活動「がん哲学外来」は全国に広まっている。



けです。どんな病気なのか。なぜここに来たのかをじっくり聞くうちに本音を吐露していきます。自殺を考えていた人に「あなたには役割がある。存在には意味がある」と伝えるとき、自分ができることを探し始めます。その患者さんが自ら「メデイカルカフェ」を開き、同じ苦悩する人の悩みに耳を傾ける人もいます。

家族に救われてきた音無さんだが、小さな一歩でもいいから前に踏み出すと、世界が変わってくるという。音無 私自身、心が重い日々が続きましたが、一歩を踏み出すことで変わりました。うつで、夏休みに娘をどこにも連れていけないとき、「絵日記を書く材料がない」と言われたんです。娘は「ママと目玉焼きをつくりたい」と言うから「それならできるかも」と、勇気を出してやってみた

# 小林麻央さん

享年34

# の死から1カ月

## 「最期まで、がんの陰に隠れなかった」



「最期まで、がんの陰に隠れなかった」

# 麻央さんはがん患者に、

# 家族に勇気を遺してくれた

特別対談

音無美紀子<sup>67</sup>

槌野興夫<sup>63</sup>

乳がん経験者

がん哲学外来



音無さんと槌野先生と共存する方法を語り合う

ら「ママすごい」と娘が喜んでくれました。翌日、「じゃあ、おにぎりをつくろうか」と言ったら三角おにぎりをむすんだ私に「すごい」と娘が言ってくれて。本当に小さな一歩でしたが、これをきっかけに気持ちが変わっていききました。

槌野 がんに向き合うとき、私は、「誰とも会わず一人で深刻に集中して1時間悩みまじろ」と伝えたい。すると自然と外に出たくなるものですね。それと「自分より困っている人を探しに行きなさい」と言いますね。その人のために何かしてあげられるのではないかと、といったわり合う心と役割意識が生まれ、気持ちをプラスへと持っていけるのです。

音無（うなずいて）すごくわかります。「がんの陰に隠れない」という麻央さんのブログもそうですが、自分のことよりも人を思う利他の気持ち、またコメントに寄せられた「私も大変ですが麻央さんはもつとがんばっている」と勇気づけられた人の思い。自分もがんばらなければと、勇気づけられました。

槌野 家族の接し方では、懸命に尽くすつもりが、気持ちの押し付けになる。よけいなおせっかいが多い。ふだんは話もしないのに病気になる、途端に世話を焼く。それが患者の悩みや負担につながっています。そんな人に私は「偉大なるおせっかいであれ」と伝えます。同じ部屋にいて寄り添うだけでいいんです。夫婦でリビングに無言で1時間一緒にいる。よけいなお

せつかい。だと思われないように、お互いと一緒にいることで安心できる関係をふだんからつくっておきましょう。大事なのは相手に関心を持つこと。「後ろからじつと見守る」イメージです。

音無 私たちも仕事が忙しく、ふだんは対話の時間が多かったわけではないのですが、主人は私が病気のことを人に言えずに苦しんでいることを見つけていたようです。

「もうさらけだせば」という思いが助けになりました。がんになって13年後、'01年に主人がテレビ番組でポロツと私のことを話したところ大反響で、それをきっかけに私も『徹子の部屋』に出演して闘病について告白でき、ようやくラクになりました。

となのです。人間には一人ひとり、最後まで与えられた役割や使命があります。それを忘れずに生きてほしい。いい人生だったかどうかは最後の5年間で決まりますから。

音無 先生の言葉が心にスッと入ってラクになりました。私も自分が経験したことを伝えながらも、患者さんの声に耳を傾けていきたいです。

おとなしみぎこ／49年東京都生まれ。女優。68年日活「あゝ、ひめゆりの塔」で映画初出演。71年TBSドラマ「お登勢」ヒロインに。38歳のときに乳がんを患った経験を、夫で俳優の村岡夫氏とつづった著書「妻の乳房」(光文社)も。現在は講演活動も行っている。

