

笑われ療法士

中田 和子（昭島市在住）

私が自分らしく生きるために欠かせないことは、笑うことと食べることです。私は、夫にいつも「笑われ療法士」と言われます。なぜかという、私は笑いで人をサポートしていくために笑い療法士の資格を取ったのに、笑わせることよりも笑われることが得意だからです。笑いは人の気持ちを明るくします。痛くて杖なしでは歩けなかった私が、大笑いすることで痛みを忘れて歩けるようになりました。なぜ、私が笑いを必要としたのか、紹介したいと思います。

1994年に黒色腫が見つかり、多剤に薬物アレルギーがある私は、麻酔なしでレーザーにて腫瘍を摘出しました。しかし、その後は介護で忙しく、なかなか病院に行けませんでした。いつも母のことが優先で、自分を大事にできなかったからでしょうか、5年後の1999年に悪性リンパ腫の診断を受けました。告知を受けた時は、頭の中が真っ白で、駅前の駐車場に停めていた自分の車のこともすっかり忘れて家に帰りました。娘が気づくまで、車はずっと駅前の駐車場にありました。「どうして私が？」こんな思いでいっぱいになり、とてもショックでした。自分の父親、舅、そして自分の母親の介護を終え、娘が嫁ぎ、息子も就職が決まり、これから自分の人生を楽しもうと思っていた矢先の出来事でした。

治療が開始になったものの、私の体は簡単に薬物を使えません。リンパ腫が大きくなるとは、普通の人よりも少ない放射線の量で、最近ではかなり少ない量の抗がん剤で治療をしてきました。「薬が使えない、こうなったら笑って免疫力をあげるしかない！」そう思った私は、主治医の先生と話し合い、「QOLをさげることはしたくない」という方針で今まで過ごしてきました。今では、家族との口喧嘩ですら、息子からは「がんなのに、太る人なんているの？」と言われてたり、娘からは「がんのクセにガンガン小言を言うな」などと言われます。夫は抗がん剤で髪の毛が少なくなった私に、「俺のほうが抗がん剤をやったみたいだよ」と頭を撫でながら話します。でも、息子はいつも私の心配をされていて、娘は私のいないところで泣いていることがあります。夫も、外で友人と会うと疲れを忘れて話し込んでしまう私をいつも心配しています。私は、このような楽しい家族からたくさんの愛情を受けて笑っています。だから私の笑いは、どんな薬よりも効果があるのです。

私は今も、朝晩50回ずつのスクワットを欠かしていません（時々さぼります）。夏に入院した際も、1ヶ月の間でスイカを3玉、もの凄いスピードで食べました。PET検査で食事を止められると、お腹が空いて、逆に具合が悪くなります。でも、この話をすると、みんなが笑顔になります。私は笑われ療法士で良かったと実感しています。