

助けあいストーリー

60歳になり、長年勤めた鉄道会社を定年退職しました。最後の勤務を終えたその日、私は駅のベンチに座って、静かに過去を振り返っていました。

60年ほど前、冬の寒い朝のことです。ホームの隅で泣いていた少年がいました。声をかけると、家に帰りたくないと言うだけで、理由は話してくれませんでした。私は駅員室に連れて行き、温かい缶コーヒーを渡しました。しばらくして、彼は「ありがとう」とだけ言って去っていきました。

それから年月が流れ、その出来事も記憶の片隅に追いやられていました。ところが定年の日、スーツ姿の男性が私に声をかけてきました。

「〱〱さんですよ。あの日、助けてくれた少年です。あのときの優しさが、僕の人生を変えました。今、福祉の仕事をしています。私は驚き、そして胸が熱くなりました。」

あの一瞬の関わりが、誰かの人生に意味を持ったのだと知ったとき、「人に助けられてよかった」と心から思いました。いや、助けたつもりだったけれど、あの子に助けられていたのかもしれない。

雨の日の「たすけあいリレー」

ある日の仕事帰りの平日の夜でした。外は大粒の雨が降っていて、私は駅の改札を出たところで、自分の傘を職場に忘れてきたことに気づきました。

「しまった…！」と頭を抱えましたが、スマホのバッテリーも切れかけ。自宅まで歩いて15分ほど、タクシーが拾える場所でもありません。

仕方なく、ジャケットのフードを深くかぶり、小走りでおしゃれな雑貨屋さんの軒先を通り過ぎようとした、その時です。

軒先に、誰かの置き傘が一本、立てかけられているのを見えました。

その傘には、ビニールテープで留められた小さなメモが貼ってありました。雨で少し滲みながらも、太字でこう書かれていたのです。

「急な雨で困っている方へ。どうぞ使ってください。私はもう帰宅したので、必要ありません。もし、また使える状況になったら、この傘じゃなくても構いません。次に困っている誰かのために、どこかの軒先に『たすけあいの傘』を置いてあげてください。」

メモの最後には、可愛らしい笑顔のイラストが添えられていました。

一瞬立ち止まりました。普通なら「誰かの忘れ物かな？」と手を出さないとところですが、このメモには悪意の入り込む隙がなく、ただ純粋な「思いやり」だけが詰まっていました。

ありがたくその傘を借りて、自宅まで帰りました。冷たい雨の中、その傘の下は、まるで誰かの温かい心に守られているようで、急いでいたはずなのに、なんだか心がじんわりと温かくなりました。

翌日、私は近くのコンビニで新しい傘を一本買い、濡れた「見守り傘」を乾かした後、自宅から一番近い、いつも通勤で通るバス停の待合所の隅に、同じメッセージを書いたメモを貼って、そっと立てかけておきました。

震災の夜に

2011年3月11日。東日本大震災でのこと。

東京出張で帰宅出来なくなった私は、品川駅近くの高層ビルの2階で夜を明かすことになりました。

周りは同じ様に帰宅出来なくなった人達。お年寄りや乳幼児もいる状況。周辺のコンビニや売店は開いているものの、食べ物とアルコール以外の飲み物はほぼなくなってました。夜8時ごろになると、お腹が空いた子供達が泣き出し、その声にイライラする人達も。

私は地震後すぐに近くのコンビニで弁当やおにぎりなどの食料、飲み水、菓子類を購入していたので、おにぎりとお菓子類を周りの人達に分けることにしました。同じ事を考えたと思われる人達が10名程いて、それぞれ食べ物と飲み物を出し合いました。

コンビニで紙皿とコップを買ってきて、子供達と乳幼児を抱えたお母さんには少し多めにしながら、ロビーにいた20数名で少しずつ分けて食べました。

皆、満腹にはならなかった筈ですが、子供達が美味しいね。と言う声を聞きながら食べた乾パンの味は今でも覚えてます。どんな時でも分け合おうと食べ物って美味しくなりますね。

夜10時過ぎ、高層ビルに入っていたホテルの従業員が降りてきて、子供連れと高齢者には無償で部屋を提供しますと呼びかけてました。その時も高齢者の方から、「若くても持病のある方を優先して欲しい」との話もあり、子供連れと喘息などの持病を持つ方からホテルへ移動して行きました。

震災の夜、皆が不安と向き合いながらも助け合う姿に心が温かくなり、勇気づけられました。

10年前のお礼、そしてご恩返し

10年前、私は新聞販売店に住み込み、大学の薬学部に通っていました。新聞配達の奨学金を受けていたのです。

新聞配達の朝は早い。2時に起きて、新聞が到着するのを待ちます。そして折り込み広告を入れ、バイクの荷台に160部の新聞を積み、3時にスタートします。北海道の冬は厳しく、氷点下10度以下はあたりまえ。スケートリンクのように凍結したツルツル路面の日もあれば、50センチ以上雪が積もっている日もあり、一瞬たりとも気が抜けません。

この日は大雪注意報が出ていました。風も強く吹雪いています。ラッセル車はまだ入っていません。国道を走っていたのですが、ホワイトアウトで前が見えず、左折するときに雪にハンドルを取られバランスを崩し、道路わきの雪山に突っ込んでしまいました。その雪山は凍結して硬く、私は弾き飛ばされ、激しく転倒。背中を強打し、起き上がることができません。新聞はバラバラに飛び散り、その上に容赦なく雪が降り積もります。

タクシートの運転手さんがおりてきて「大丈夫ですか!」と叫んでいます。「救急車呼びましょうか?」「いいえ、この新聞を配達しなくちゃ…」気が動転しながらも、絶対に配達しなければ、という意識ははっきり持っていました。

タクシーからお客さんも二人おりてきて、新聞を拾ってくれています。ふと顔を上げると、車が3台とまり、新聞拾いを手伝ってくれています。吹雪の中、みんな雪だらけです。

なんとか新聞を拾い集め、雪を払い、配達を再開しました。足腰の踏ん張りがきかず、いつもの倍の時間を要してしまいましたが、無事配達を終えることができました。

登校前、腰に湿布を貼っているとき、きちんとお礼を言っていないことに気がきました。言ったかどうか、記憶にありません。動揺していたとはいえ、お礼を言えなかったことがずっと心に引っ掛かっていました。新聞の「読者の声」に投稿したのですが、ボツになったみたいで、掲載されませんでした。

そして、大学生活を終え、私は薬剤師になることができました。あのとき、言えなかったお礼。たすけてもらった感謝の気持ちを、地域にお返しすると決めて、調剤薬局に就職しました。

いまは仕事のほか、除雪ボランティアと、障害児の買い物ボランティアをしています。10年前のあの日、たすけてくれた人がいるから、いまの私がいる。まだまだ返し足りませんが、これからはずっと、ご恩返しを続けます。少しずつでも、一歩ずつ。

小学生の頃、通学路の横断歩道に立っていた、交通安全のおじいちゃん。毎朝、私たちのために旗を振ってくれました。

しかし、ある日を境に、おじいちゃんは来なくなってしまいました。おじいちゃんに代わって横断歩道に立っていた人に聞くと、体を壊してしまったとの事。私たちの心には、ぽっかりと穴があきました。

数ヶ月経った通学途中のある日のこと。横断歩道を渡ろうとしている足の不自由なお年寄りを見かけました。よく見れば、それは交通安全のおじいちゃんでした。

私たちは、おじいちゃんの所へ駆け寄りました。そして、今度は、私たちが交差点に備え付けられた旗を振って、おじいちゃんが横断歩道を安全に渡れる様に助けました。

おじいちゃんも嬉しかったのか、「子供達に恩返しされた」と学校へ報告。それを聞いて、子供ながらに私たちも嬉しい気持ちになった、たすけあい story です。

今年も、あの家へ

僕は岩手県陸前高田でブドウを育てている。就農して5年目。家業でもなければ農家の出でもない。すべてが手探りのスタートだった。

そんな僕に最初の一步をくれたのは、近所に住んでいた一人のおじいちゃんだった。かつてこの地域の農業振興に尽力し、自分の農地を切り開いてきた人。たまたま出会い、僕の話の聞き手になり、「その土地なら空いてるよ。使ってみるか」と言ってくれた。それが、僕の“農家としての人生”の始まりだった。

栽培を始めてからも、僕の挑戦を見守ってくれていた。ある日、「もう少し土地を広げたいと思って…」と相談したら、足が不自由なのにもかかわらず、自ら軽トラックを運転し、親戚や近所の人たちの家を一軒一軒回ってくれた。「こいつは真面目にやってるから、貸してやってくれ」そう言ってくれたおかげで、僕の畑は少しずつ広がっていった。おじいちゃんは、農地だけでなく、信頼も道もつないでくれた人だった。

その後、体調を崩され、数年の闘病の末に亡くなられた。最後に会ったときも、病院のベッドの上で「ワイン、楽しみにしてるからな」と笑っていた。僕はその言葉を、今でも胸に刻んでいる。

毎年、収穫したブドウで仕込んだワインができあがると、最初の一本を手に、その家へ向かう。「今年も、ありがとう。あなたのおかげで、続けられています」玄関先にそっと置くそのボトルは、僕なりの“たすけあい”の印だ。きっと、天国のおじいちゃんも、空の上で乾杯してくれていると思う。

地域の中のおたがいさま

今年90歳を迎えるはずだった母は、4月の半ばに他界しました。皆に助けられながら生きてきた母でしたが、その母から、遠い昔話を何度も聞かされました。

60数年前26才の誕生日を迎えた3日後に実母である祖母が急逝しました。頑張り屋で、鍬一本でいくつもの畑を耕しては、たくさんの農作物をつくり、山里の農村では働き者だったそうで、その一方で隣近所の女性たちの困った時の支えとなり、「おたがいさま」と言いながら、いつも助け合ったということを母は生前話していました。

祖母が亡くなってから、3ヶ月過ぎると、近所の女性たちが急に押しかけてきて、祖母に世話になったからと、こんにゃく掘りの手伝いに来てくれたというのです。

最初裏山に物見遊山で行くのかと思っていたら、「もたもたしていたら冬が来て、（こんにゃく）玉がしみて腐っちゃうから、早く掘らなきゃ」「こんな時でもないよ、恩返しできないからなあ」と皆で手分けしながら丸一日がかりで、春に植えたこんにゃくを掘って、拾い集めてくれたそうです。

あまりの出来事にびっくりしながらも御礼を各人に母は言ったそうですが、「おたがいさまだよ」「母ちゃんに世話になったからなあ。こんな時でないと、恩返しはできないもんだ」と言いながら皆黙々とこなしてくださったそうで、亡くなる直前まで、母からその話を聞かされました。

今の私がいられるのは…

2020年 新型コロナウイルス感染症の流行を受け緊急事態宣言、街から人が消え、人と人が会う事が出来な
い日々になったのは、今でも忘れません。そして、観光・海の街の函館、一次産業の生産者のものが売れなくな
り、大変な事になってました。

そんな中、解除期間中にたまたまある施設の投書箱に、海の街函館 一次産業の人達を呼んで産直市場希望。農
家はあるが漁師の人達がない。漁師の人達に協力してもらい、イベントしてほしい…西部地区の漁師と紙に書
きました。

そしてそれを見た施設の責任者、匿名だった為に、私と出会うまで2ヶ月、諦めず探してくれたのがきっかけ
で、そこからが凄かった。

私はコロナ禍で街が元気がないからこそ、何かしようと施設の責任者と漁師5人で五稜郭の街中でマルシェを開
催しました。でも、私達が一番市民の皆さんに勇気を貰い、沢山の方々が漁師を応援したいと駆けつけ、大成功、
あの時の事を思い出すだけで、涙が止まらなくなります。

今は、市民の皆さんに感謝を伝えるべく、函館のいろんな町内会の方々と町内会でマルシェをしたり、お寺やい
ろんなイベントを行い、街を盛り上げ、皆さんに感謝を伝える活動をしています。

コロナ禍だったから起きた奇跡、複合施設シエスタハコダテの支配人、人と人の出会いに感謝。そんな函館の街
の皆さんに、私はいつもたすけられ、今の私があります。

旅行先での出来事

友達と奄美大島へ旅行に行ったときのことです。私たちは海が大好きで、旅のあいだいろんなビーチを巡っては、泳いだり、砂浜でゴロゴロしたりして過ごしていました。奄美の海って、本当にきれいなんです。でも同時に、海外から流れ着いたゴミもけっこう多くて…。

だから私たちは、自然に「ありがとう」の気持ちを伝えると同時に、ビーチを離れる前には必ずビーチクリーンをしていました。

そんな中、集めたゴミを分別していたら、近くに住むおじさんが声をかけてくれました。

「今日も暑いですね。ビーチクリーンお疲れ様です。あまり見ない顔ですが、もしかして地元の方ですか？」って。私たちが数日間観光で来ていること、そして奄美の海に感動してちょっとしたお礼としてゴミ拾いをしていた事を話すと、そのおじさんが「ちょっと待っててね」と言って家の中に戻っていったんです。

少しすると、友達と私のために冷えた缶コーヒーを持ってきてくれて。

「観光で来られて、こんなにも奄美大島の自然のことを考えてくれてありがとうございます。実は私たち地元民もこの問題に頭を悩ませていて、観光客の方が行動してくれているのに感動した」と、にこっと笑いながら渡してくれました。

その瞬間、胸がじーんと熱くなりました。

「自然にありがとう」を伝えたくてやっていたことが、地元の方からの「ありがとう」として返ってきた。お互いの気持ちがつながったんだなって感じたんです。

そして、「ありがとう」がめぐっていく温かさに“たすけあい”を感じました。

一年ほど前のことです。道路際に、おじいさんが、尻もちをついて、へたりこんでおられました。声をかけましたが、ショックのためか、返事がありません。ひとりでは、とても起こしてあげるのは無理です。

私が困っていると、通りがかった若い女性が、来てくださいました。ふたりでも、起こしてあげるのは、無理でした。

また、通りがかった若い男性が、「僕、手伝います！」と言って、ひよいと、おじいさんを起こしてくれました。

起こしてあげたものの、おじいさんは、茫然とされています。

その時、「あら、〇〇さん！どないしたん」と、高齢女性が近づいて来られました。女性は、なんと！おじいさんのご近所さんでした。奇跡的です。

おじいさんは、銀行に行く途中だったらしく、その女性が、銀行へ付き添ってくださることになりました。

私ひとりでは、おじいさんを助けることはできませんでしたが、4人の、助け合いのリレーが繋がりに、助けることができました。とてもうれしい一日でした。

バスの中での助け合い

もう10年以上になるバスの中での体験談。

ある日の夜、会社仲間での飲み会を終え、自宅に帰ろうとバスに飛び乗った。乗車してからしばらくして、財布を忘れていたことに気付き、ビックリ？バスの中に知り合いもないので、たまたま持っていた携帯で、小声で妻に連絡を入れ、自宅近くの停留所にお金を持って来てくれるようお願いした。

電話を済ませ、少し安心していたら、誰かが私の肩を叩いた。驚いて振り返ると、後の座席の見知らぬ女性が、『大変ですね。どうぞこれ使って下さい。』と言って、小銭を渡してくれた。私が『ありがとうございます。でもどのようなしてお金を返せばいいですか？』と尋ねると、『困ったときは、お互いさまです。結構です』と言われ、恐縮してしまった。

自宅近くのバス停に着いたので、その女性に御礼を言って降りようとしたら、もう女性はすで降りていて、別の人が座っていた。無事にバスを降りたら、寒風の中、バス停で妻が待っていて、その晩は妻からの説教に対し、何も反論できなかった。

それから数年後、若い男性がバスに乗って来て、5000円札で両替をしようとしたが、機械も運転士も受付てくれずに困っていた。その場面の遭遇して、あの時の女性の言葉『困ったときはお互いさま。』が頭に浮かんだ。私は小銭を若い男性に『これ使って下さい』と渡した。男性は最初怪訝な表情だったが、感謝の言葉を発し、下車して行った。

何かこれで、数年前に女性からお借りしていたお金が、返金出来た気持ちになり、ホッとしたこと覚えていて。時は流れ、バス停で待っていてくれた妻は、もうこの世にいない。バスに乗る前に、何度も財布を確認する私である。

ご近所のママ友に作ってもらったお弁当

難病の次女が重い肺炎になって入院した。母親の私が付き添わなければならないので、当時中学生だった長女のお弁当が作れなくなってしまう。夫は仕事も多忙のうえに、次女がいる病院へ毎日通ってくれていた。長女は自分の勉強もあるのに、家の用事や小さな弟の面倒もみてくれた。だから早起きして夫や長女が朝から慣れない弁当作りをするのは、時間も余裕も当然なかった。

そんなとき、近所に住む長女の友達のママから連絡をもらった。「大丈夫、あやちゃんのお弁当は私に任せて！こんな時は気兼ねしないで頼ってね。うちの子のお弁当を作るついでだから、気にしないでいいから。」そんなママ友の気持ちが、気落ちしていた私には涙が出るほど嬉しかった。それから約一ヶ月間、次女の入院期間は毎日、長女は近所のママ手作りの、友人と同じお弁当を食べさせてもらった。それはほんとうにありがたいことだった。

長女にお弁当の感想を聞くと、彼女は、「いつものお母さんのお弁当と違うから、どれを食べても楽しみがおっきい！」と、どんなものが入っているのか、友人のママの料理を楽しんでいるようだった。

それから一年ほど経ったある時、そのママ友に急な用ができてしまい、お弁当を作れない状況が一週間ほどできてしまった。私は、「娘さんのお弁当は私に任せて！」と彼女に伝えた。一番大変だったあの日々を支えてもらったことが忘れられなかったのだ。彼女は「助かるわ。ありがとう！」と、私に弁当作りを任せてくれた。それから数日、私はワクワクしながら同じお弁当を二つ作った。メニューを考えることも、作ることも、とても楽しかったのだ。

我が家は次女がいることで、ご近所やまわりの方に助けってもらうことが多い。こんな自分にも誰かを手助けできることが、心から嬉しかった。

その後もご近所同士の仲のいい関係は続き、今でもお互いの子どものことを我が子のように大切に思っていて暮らしている。長女たちも30歳になり、結婚して母親になった。彼女たちはこの街の近くには住んでいないが、それぞれが暮らす街で私たちのようなママ友ができたらいいな、と思っている。

祖母の介護で分かった、私と母の「たすけあい」体験

今から5年前、同居している母の母（祖母）が、認知症になりました。私は、介護の経験はなかったんですが、母が介護施設で働いていて、介護の経験があったので、私と母の2人で祖母の介護をすることになり、介護生活が始まりました。

が、思った以上に祖母の介護は大変でした。夜中、突然起き上がって大きな声を出したり、わがままを言ったり、と思うと急に歩き出して、大きなケガも何回もしたので、毎日が大変でした。

私は、小さい頃から祖母と暮らしていて、祖母には大変お世話になっていて小さい頃から「お婆ちゃん、大好き」だったので、私にも祖母に何か出来ることはないだろうか、毎日、祖母の事を考えました。色々考えて、私に出来る事は、私は以前、某化粧品会社で美容スタッフとして働いていた経験がある為、祖母に、美容のマッサージやお化粧、ネイルをしてあげて、キレイにしてあげて、喫茶店に連れて行ってお茶を飲んだり、家の近くの公園に連れて行って散歩をしたり、一生懸命、祖母のお世話をしました。

が、元気だった祖母は、去年の12月に肝硬変で亡くなりました。母は、私に「あんたが居てくれて本当によかったよ。色々、助けてくれてありがとうね」と話してくれました。

祖母の介護を通じて、私は母と「たすけあい」ながら、毎日過ごさないと、祖母の介護は出来なかったなあと、思いました。それを教えてくれた祖母に、とても感謝しています。

お婆ちゃん、「たすけあい」という社会で生きていく上で欠かせない大切なことを、お婆ちゃんの介護で体験させてくれて、本当に本当にありがとう。

家族の絆

私は、旦那や、妹弟との助け合いで、家族の絆をよく感じています。今年は、病気で他界した母の十三回忌でしたが、母がまだ病院に入院していた頃は、週に2回〜3回：交通機関を利用し、札幌の病院へお見舞いに行っていました。母が寂しい思いをしないようにと、みんなに声をかけ、なるべくバラバラの曜日にして、同じ曜日に被らないよう、お見舞いへ行っていました。旦那が仕事休みの日は、一緒にお見舞いへ行き、私が1人で行く時は、帰りだけ：駅やバス停まで旦那が迎えに来てくれました。

母が他界したあと、寂しくて辛かった私でしたが、病院へ行き：最後まで尽力してくれた看護師さん達に、お礼の言葉を伝えに行ったのは弟でした。そんな弟に感謝した事も覚えています。

実家に、父1人になってしまったからは、遺品整理や片付けをしに行ったのは私と妹。皆が支え合い、助け合いながら過ごしてきた13年間でした。

今年から、新たな新居で父が生活していますが、家の片付けや手続きに行っていたのが私と旦那、新居で使用するものを、いろいろと買い揃えてくれたのが妹弟です。思い出の詰まった家に帰れなくなってしまった今：寂しさもあります。それでも：今年のお盆休みは、家族皆で笑顔で過ごす事が出来ました。

季節も夏から秋へと進み、次に皆と会えるのは年末年始です。これからも何かあった時は皆で助け合い、家族の絆を深め、日々を過ごしていこうと思っています。

直ぐ近所に住む歳の離れた従兄はうちと同じみかん農家で、収穫時期に自分所が採り終えると、昔からいつもの収穫を手伝い来てくれたり、何かと作業に困った時には助けてくれます。

1番忘れられないのは、23年前に母が亡くなった時。それはみかん農家にとって1番忙しい11月の末でした。当時、まだこの辺は家で葬儀をするのが当たり前で、親戚や近所の皆さんが手伝いに来てくれる中、従兄の姿が見えませんでした。

バタバタしていて気が回らなかったのですが、その時、従兄と従兄の息子さん2人で、父が採り込んだみかんを倉庫で選別作業をし、選別したみかんを、父に代わって2人で出荷してくれてたんです。当然自分の所にも採り込んだみかんが沢山あって忙しいはずなのに・・・。

葬儀が終わってから謝ってお礼を言うと、従兄は「そんな事ええんよ。お前のお父ちゃんにはずーっと昔から長い事助けてもろて、世話になって来てるんよ」と言って、昔の話を聞かせてくれました。

従兄の父は従兄がまだ小さい頃に戦死したので、伯母は実家に従兄を預け、1人で畑仕事に追われていました。伯母の1番下の弟である私の父は、毎日自母の畑仕事を手伝いに通い、夜は従兄をお風呂に入れたり、一緒に寝たりと従兄の世話もしていたそうです。

やがて従兄も成長した頃、父が結婚。伯母と目と鼻の先の近く家に養子としてやってきました。それから相互の家の助け合いが今に続いています。

今は伯母も父も他界しましたが、その後も助け合いは、従兄から従兄の息子さん夫婦へとバトンは繋がります。うちも父から私達夫婦へと引き継いで繋がります。有り難い限りです。

私は結婚当初は車で1時間程離れた所で暮らしていました。母の他界を機にこちらに引っ越して来たので、遅ればせながらそれまで手伝えなかった分、お礼返しが出来たらいいなと思っています。頑張ります。長文乱文すみません。

支えたことが支えに

同じタイミングで異動、転職して、同じ職場の同僚となったわたしと彼女。わたしたち2人は仕事観や目標が近く、いつの間にか意気投合しましたが、当時はなかなか周囲に馴染めなかったり理解を得られなかったりで、2人で励まし合いながら奮闘していました。

しばらくしてわたしは産休に入り、残った彼女が仕事上のトラブルに巻き込まれ気落ちしているという噂が。ちようど彼女が仕事帰りに我が家へ書類を届けてくれることになったため、温かいカフェラテを淹れて、書類と引き換えに彼女に渡しました。休業中のわたしには何もできないけれど、彼女がいつも真摯に頑張っていることをわたしは知ってるよ、という思いを込めたつもりでした。

数年経ち、今はわたしが復職し、彼女が育休中。休みの日に時々彼女に会うと、未だにあの日のカフェラテの話をしてくれます。心が折れそうだったあの日、自分のことをわかってくれる人がいると思えて、帰り道で飲みながら涙が出た、と。

逆の立場になった今はわたしが孤軍奮闘していますが、彼女がそう話してくれることに、今度はわたしが支えられています。

高校生の頃。私は低血圧のため、朝起きるのが毎日辛く、できるだけ寝ていたい…あと5分寝て、ダッシュで準備すれば大丈夫だろう。と思いつながらギリギリを攻めていました。

しかし、こーやってギリギリを責めている時に限って、なにか準備しなきゃいけないなかったり、腹痛が来たりとハプニングが起こりがちです。もうむりだ、電車間に合わない、と結局父の出勤ついでに駅まで送って貰ってました。

『もっと早く起きろよ』といつもブツブツ言われながら送ってもらってたのですが当時の私は、通り道なんだしいつも送ってくれればいいのに！と思っていました。

ある日、普通に自力で駅まで行こうとした際に、父から『今日は送っていかなくていいのか？雨だぞ』と言われたことがあります。珍しいなあと思いつつそのまま乗せてもらって登校しましたが帰ってきてから、母に珍しいねと言いつつ、「実は、○○（私）のいないところでね、ギリギリだけど大丈夫なのか？いつも心配してるんだよ。」なんて話をされました。

あ、意外と私のこと気にかけてくれてたんだなあ。ブーブー言っているけどちゃんと送って行ってくれるし、私が言わなくても心配して助けてくれてたんだなあ。と改めて父の事をちょっと尊敬しました。

これが私の父のたすけあい storyです。

たすけあいの笑顔連鎖

交通事故で首から下が動かなくなったのは三十三歳のとき。以来、私の人生は「助けてもらおう」ことの連続になった。最初のうちは情けなくて、歯を磨いてもらうたびに「すみません」と小声でつぶやいていた。すると看護師さんが笑って言った。

「すみませんじゃなくて、ありがとう、ですよ」

その一言に救われた。以来、私は“ありがとう”を口ぐせにした。おかげで今は、ありがとうの達人である。

リハビリ仲間と「頸損友の会」を立ち上げたのも、その延長だった。動けなくても、励まし合うことはできる。口で筆をくわえて絵を描く仲間、口に棒をくわえてパソコンを操る仲間。みんなの工夫が笑いを生み、「動かないって、案外動くね」と冗談が出るほど明るい。

ある日、体調を崩した仲間のもとへ見舞いに行くと、ヘルパーさんが言った。

「この人たちはね、助けてもらってるようで、こっちが元気もらってるんですよ」

その言葉が胸に響いた。たすけあいとは、誰かを救うことではなく、お互いの元気を分け合うことなのだ。

今では週二回、デイサービスに通っている。若い介護士さんが私の昔話を聞いて笑ってくれる。ときどき私の方が「今日も若くてきれいだね」と冗談を言うと、「元気の秘訣はそこですか!」と返される。笑いが起きると、車いすの上でも心が立ち上がる気がする。

老いも障がいも、避けられない現実だ。でも、人の温もりと笑いがあれば、それは人生の味になる。

あの日、看護師さんに教わった「ありがとう」は、今も私の一番のリハビリだ。

助け合うたび、笑い合うたび、人は誰かの力になれる。たすけあいとは、重いものを軽くする魔法。その魔法を、これからも誰かと掛け合っていきたい。

天使の悪役レスラー！

私が病院に勤めている時、小児病棟のスタッフ達と、ガンや重い病気で辛い思いをしている子供達を何とか励ましたいと考えていました。ある日、婦長さんが知り合いにプロレス関係者がいると言って、プロレスラーを呼ぶ事になりました。ところが中々、都合が付かず、依頼できたのが悪役レスラーさんでした。

そして、当日、小児病棟の遊び場にいる子供達の前に現れたのは、黒人で目のギョロつとしたスキンヘッドの大男！子供達は、全員、鬼を見たかのように大号泣！親にしがみつく子や、スタッフにしがみつく子で大パニック！

悪役レスラーさんが、床に座り困っていると、1人の6歳の男の子M君が泣きながら『俺がやつつけてやる』と、オモチャのバットで悪役レスラーさんの背中を叩いたのです。すると悪役レスラーさんが『オーノー』と言って倒れてしまいました。するとM君は馬乗りになり、バットで叩き続けました。そこで看護師さんがM君の片手を上げて『M君の勝ち』と言うと、悪役レスラーさんは、ニコつと笑いました！

そこから子供達も恐る恐る近づいてきて、悪役レスラーさんと会話を交わし遊ぶようになりました。あつと言う間に仲良くなり、悪役レスラーさんの体は、もうジャンブルジム状態！両手に、それぞれ子供達が抱きつき、持ち上げては下ろすシーソーをやるのに何人も並んでました！肩から登った男の子には、悪役レスラーさんの額の傷口に、クレヨンで落書きされて、虹色に！あんなに泣いていたのに、もう皆、お友達になれたようです！

帰り際、悪役レスラーさんが、カタコトの日本語で『みんな愛しています。絶対病気に負けないで！頑張るって約束ね！』と言うと、子供達が『病気なんかには負けない』『絶対、学校に行く』『頑張って手術受ける』と口々に言っていました！

そして、悪役レスラーさんが自分のポーズ。両手を広げ上に上げ『ウーオー！』と雄叫びをあげました！すると子供達も真似をして、何回も皆で雄叫びをあげて、別れを惜しみました！病院を出る時、悪役レスラーさんが、スタッフさんに通訳を通して『私が助けられました！サンキュー！』と何度も頭を下げて帰っていきました。

次の日から、テレビで悪役ぶりを発揮するレスラーさん子供達、皆で応援しました！だけど、椅子で相手を叩くところは、ちょっとスタッフも困ってました。(笑)

小2から始まった息子の野球生活。私たち親にもマネージャーや、会計等の役も常につきまとい週末はほぼグラウンドお弁当、送迎、お茶当番、洗濯、高校野球になると、会長を引き受けてくれるご夫婦がいて、それならと、副会長くらい微力ながらさせてもらおうと私含め3人で引き受け、大変な事も、素敵な親仲間楽しく過ごすことができました。

そして何より息子からはプレーで緊張や辛さ、喜びなどたくさん与えてもらいました。

高校野球最後の大会、3回戦、校長先生や先生方、ラグビー部全員、家族と、観客が大変多かつた中、息子が同点に追いつくホームランを打ったんです。その時の歓声がものすごく、7年前にもなりますが、いまだによみがえってきます。

お母さんたちは抱き合って喜んでくれたり、お父さんたちは握手をしに来てくれたり、本当に最高の思い出になりました。私も頑張ってきてよかったと感じた瞬間であり、こんな形で私を喜ばしてくれる息子を自慢に思いました。

1人が野球をするって簡単ではなく、周りのいろんな意味での応援がなくてはならないこと、私も、息子の野球をみるために仕事を頑張れたし、いっぱい心配もしたけど、最高の楽しみをもらえたと思います。

生活の中で、こんなにみんなが助け合ってるんだなって今回のテーマで改めて感じました。

きのうの朝、家をでるときはふってなかったのにゆうがた、かえるときに、雨がふってきました。ぼくは、かさを家にわすれて、げたばこでこまっています。

すると、まいちゃんが「いっしょに入ろう」と言って、かさを半分こにしてくれました。しばらくしたら、雨もやんできましたが、ずっとさしてました。二人で歩くと、心まであたたかくなりました。

つぎの日、まいちゃんがさんすうのプリントをなくして、しゅくだいがだせずに、しよんぼりしていました。ぼくは先生によぶんの紙をもらい、いっしょに問題をとききました。「ありがとう」と言われて、ぼくもうれしくなりました。

こまったときは助けてもらい、だれかがこまっていたら助ける。そんな一日が、いちばん気持ちのよい日だと思いました。

外国の方に教えられた助け合うということ

母と電車に乗った時、母は傍目ではわからないけど足を痛めていました。私は座らせてあげたかったものの席は満席で、落胆する私に母は「棒につかまってたら大丈夫やから」と私をなだめてくれました。

すると一人の外国人の男性が私と母のところに来て、身振り手振りで席を譲ってくれたのです。言葉が分からないのに、私と母の様子を見て勇気を出して声をかけてきてくださったその気持ちに嬉しく、私は何度も頭を下げました。助けるというのは「言葉」が分からなくても、気持ちだったり心なんだとその男性に教えられました。

数年後、私が電車で座っているとなんとなく、50代後半ぐらいの女性がつらそうに見えましたが、私の勘違いかもと声をかけるのをためらいました。でも、フツと外国人の男性のことが浮かんできたんです。あの時、あの男性は言葉も分からず、もしかしたら変な顔をされるかもしれないという恐れもある中、声をかけてきてくれた。

勘違いならそれでいいし、恩送りになるかもしれないと思い、私は女性に声をかけました。すると女性の顔が一気に安堵感に変わり、「足を手術してるのに、歩きすぎてつらかったの」とお話ししてくれました。

そして「本当にありがとう、これを受け取って」と片手いっぱい握りしめた飴ちゃんをくれました。大阪のおばちゃんが必要持っているという飴ちゃんは、外国人の男性に教えられた「人を助けるということ」を行動できた達成感とうれしさでいつも以上に美味しかったです。

しみわたる温かさ

2人目の子どもがまだ7ヶ月の時に越してきた今の住まいの近所には、退職されてのんびり過ごされているご夫婦がいます。3人目が生まれてから、赤ちゃんを連れて上の2人をバタバタと送り迎えする様子を見て、送り迎えの間だけ赤ちゃんを預かるうかと申し出てくださったり、夕方外で遊びたがる子どもたちをご自宅の庭で遊ばせてくださり、今のうちに夕食の準備しておいでと、助けられてばかり。中高生になったこどもたちも、じいじばあばのように懐き、いろいろ報告し合う仲に。

世の中がコロナ禍の頃、2度目のコロナにかかった私は、自己隔離で家族と接触しないように過ごし、食事の準備だけで精一杯。夫は料理は苦手。こどもたちから様子を聞いたのか、近所の奥さまが、鍋いっぱい具たくさん豚汁を届けてくださいました。五臓六腑にしみわたるとはこのことか、と思うほどこの豚汁がおいしくて、作ってくれた奥さまの温かさもしみわたりました。3日間ほどこの豚汁で命を繋いだと言っても過言ではないほど、最後の一滴まで大事にいただきました。

今でも何かあることにおいしいおはぎや手作りのお菓子の差し入れ、先日は子どももの送迎で急いでいるときに車が動かなくなってしまう、状況をすぐに理解し車を貸してくださいだったり、バタバタしている私の体調を気遣ってくださいだったり、お礼を言うといつもお互いさまだからと笑顔が返ってきます。

子育てであるあるのおしゃべりしたり、しばらく顔を見かけないと心配したり、回覧板届けると必ず子どもたちにお菓子が届いたり、いただいたり届けたり、お互いさまのやりとりが続きます。

我が家ではあの日から、困った時の豚汁、何かあった時の豚汁、こどもたちも大好きな豚汁は特別メニューであり母の味にもなりました。

豚汁を作るときはいつも、あの時私の胃と心にしみわたった温かさを思い出し、ご近所の奥さまのお互いさまだからという言葉が私を温かくしてくれます。ありがとうが返しきれないほどです。これからは私がつと温かさを届けたいと思います。

つなぐ

子どもがまだ幼い頃、実家に帰省する電車の中で突然ぐずり出し、どんなにあやしても泣き止まず声は大きくなるばかりでした。大きな荷物を抱えていたため気にかけて席を譲ってくださいる方もいましたが、座っても立っても子どもの機嫌は直らず、私は申し訳ない気持ちでいっぱいでした。「早く降りる駅に着いてほしい」と心の中で祈り、周囲に迷惑をかけていると感じていたのです。

そのとき、一人の女性が声をかけてくれ、子どもの相手をしてくれたり荷物を持ってくださったりしました。けれども子どもは泣きやまず、私はますます肩身が狭くなる思いでした。それでも不思議と、車内には嫌な顔をする人は誰一人おらず、温かく見守ってくれている雰囲気があり、後から思い返すとそれに救われていました。

駅に着くと、その女性は次の電車の乗り換え口まで一緒に荷物を運んでくれました。お礼を伝えた後、別れ際にかけてくれた言葉は今も忘れられません。「同じようなことで助けられたことがあるから、『恩返し』だと思っているの。」

その一言に胸が熱くなり、思わず涙がこぼれました。見知らぬ人の優しさに救われたあの日の経験は、今も私の心に深く刻まれています。

だからこそ、私もいつか誰かの力になり、いただいた思いやりをつないでいきたいと思っています。

私のお隣さんとの助け合いをお話させていただきます。

私はコロナの頃に体調を崩してしまい、家で過ごしていた娘と息子の2人は保育園に通わせました。

息子は2歳だったため、担任の先生とは、お便り帳で息子の過ごし方などについて相談していました。

ある日先生から「息子は元気に過ごせていること、私にしっかり養生して安心してくださいね」とありがたいお手紙をいただきました。そのおかげで息子は元気に保育園で過ごし、私も体調を整えることができました。

翌年、娘がこども園に通うようになってから、息子の保育園の担任の先生の娘さんと同じクラスで、同級生だと知りました。仲良くお話をするようになって、実はお隣さんだったことがわかり、お互いにビックリでした！

しばらくすると、お隣さんが3人目の赤ちゃんを出産して、家族ぐるみで仲良くしていました。

ある日、お隣さんが熱が出ているけど、赤ちゃんのお世話ができないくらいに辛いとお昼前に連絡がきました。病院に行きたいけど、赤ちゃんを連れて行くのは大変だということになり、病院に行っている間は私が生後1ヶ月しない赤ちゃんを預かることにしました。

赤ちゃんはミルクを上手に飲んで、よく寝てくれていたので、お夕飯頃まで一緒にお昼寝したり遊んだりしていました。

私は息子のことで助けられて、赤ちゃんのお世話をすることでお隣さんを助けることができたので、助け合いつつとても素敵なことだなーと思った出来事でした。

洋服のお下がりがりとかもあげたりもらったり、仲良しなので、これからもお互いに助け合いながら過ごして行きたいと思います♪

「助け合い」と言えば、やはり阪神淡路大震災。豊中に住む私は、毎朝寸断された鉄道を、宝塚↓三田↓谷上↓新神戸、そこから三ノ宮の会社まで徒歩と言うルートで通勤。オフィスビルは水道が出ないので、途中きれいな水の出るところで2リットルのペットボトル2本に清水を汲み、会社の同僚のために持って行きました。また、食料が不足している神戸の人に迷惑を掛けぬよう必ずお弁当を作って持って行くようにしました。

神戸の街には助け合う空気が至る所に満ち満ちていました。新神戸に着くと、まず目につくのは「頑張ろう神戸！」の旗。ずらりと同じ旗がたくさん並んで私を迎えてくれます。「そうだ、皆で助け合って壊れ尽くした神戸から立ち上がらなければ。私もそのために頑張ろう！」と言う思いで少し元気が出て会社に向って歩き始めたものです。

街角にはわかテントが立ち、お昼時、暗く寒い夕暮れ時に、今運んできたような温かいお弁当が売られていたり、麺類を食べさせたりしていました。自衛隊のトラックが被災地をまわりテントのお風呂を提供したり、右寄りの普段ならちよっと怖いかなと思うグループも大きな車で走り困った人を助けたり、物資を配ったり。いつもの主義主張は横に置いてとて窮地にある人たちに一生懸命助けの手を差し伸べていました。この時ばかりは頼もしい！優しい！と思ったものです。

うちの会社のビルは水が出ないため、取引があった大手の会社がトイレを貸して下さり、私たちは日に2回ぐらい、交代でトイレを借りに行くことができました。

暗いニュースが毎日続き、救急車がひっきりなしに走る神戸の街でしたが、私の胸の中には今でもあの時街に満ちていた「助け合って何とか乗り越えよう！がんばろう神戸！」の温かい空気が残っております。

助け合いで思い出すのは、阪神淡路大震災です。震災では我が家では3段重ねのタンスの1番上が落下。あと数10cmずれていたら私の頭を直撃していたのかと思うと、今でもぞつとします。幸い家族はみんな無事でしたが、家は不等沈下で半壊し、しばらく実家に避難していました。あの日のことを忘れないで自分の出来る範囲で防災を心がけていきたいと思っています。

震災の後、お互いに助け合うことの大切さを身をもって実感しました。お隣の方は、水道管が破裂して水道が使えなかった時、庭の水道からホースをつないでくれて「自由に使って」と言ってくれました。また家の補修をどうしたらいいのか色々相談にも乗っていただき、3人の子供たちにも優しく声をかけていただきました。

また別のご近所の方も水道が使えなかった時、お風呂を貸してくださいだったり、洗濯機を貸してくださいだったり、晩ご飯を差し入れてくださったご近所さんもいました。家の修理のことでは、いろいろと情報を交換したりお互いに助け合いました。

震災の時にお世話になった人々の温かい心を忘れず、自分にできることはないかを考え、東日本大震災や熊本で地震が起きた時はささやかですが募金をしたり、東北や九州の物産が開かれると訪れて特産品を買ったり、スーパーでも地元の農産物や加工品を見つけると購入したりしています。

これからも自分の出来る範囲でやっていこうと思っています。

長女が中学二年生の時の話です。令和6年の元旦に能登半島地震が起きて私の住んでる地域も結構揺れて子供達と家の外に逃げたのを覚えています。長女はテレビで石川県の被害の状況を見て、とてもショックを受けていました。

しばらくして、長女が学校で防災リーダーをやっている防災リーダーのみんなと話し合っただけで特に被害が大きかった石川県輪島市の方々に何かしてあげたいと意見が出て学校みんなが、自分の家でお手伝いをして、その手伝いをしたお駄賃を親から受け取ってそのお駄賃で輪島市の方々が少しでも元気になってもらえるように地元のお茶やせんべいを購入して届けるというものでした。

私は、お手伝いをしてそのお駄賃を寄付する考えに凄いな〜と思いました。長女は普段あまり家の手伝いをしないんですが、今回は一生懸命家事を手伝ってくれました。

数日後全校のみんなが家で頑張ってお手伝いして集めたお金で地元で有名なお茶やせんべいを購入しました。そして我が家の長女が生徒代表で石川県輪島市へ行きみんなの想いが詰まった支援物資を届けに行きました。

困っている人の為に考えて実際に行動するのは簡単な事ではないので一生懸命被災地の方々に少しでも助けよう元気づけようと思う気持ちに感動しました。

被災地の方々の早い復興を心から願っています。

豪雪のあの日

「りえ、起きる時間だよ」

早朝五時。夫に肩を揺さぶられ、眠たい目を擦りながらの起床。いつもは眠っている時間なのに、とある日からの数日間、早起きを余儀なくされた。急いで朝食をとり、化粧をする時間もなく、スキーウェアを身に纏って、外に出る。辺りは真っ暗な上に、肌をツンと刺すような寒さ。スキーウェアの保温性に感謝しながら、降り止まない雪に、肩を落とした。

2021年の1月、私が住む富山県を含む北陸地方は、交通障害が起こるほどの豪雪に見舞われた。車での移動は危険だと判断した私たちは、職場までの約1時間半、膝まで埋もれるほど積もった雪の道を、夫と、途中に合流する友人と三人で歩くことにした。

一晩中渋滞していたことによって、道路には置き去りにされた車が何台もあった。その車を避けながら歩いていると、所々で、雪にタイヤがはまって動けなくなっている車に遭遇した。早朝はまだ、外を出歩いている人が少なく、助けを求めにくい。車から降りて、タイヤを見つめながら焦っている人の姿が、何度も何度も、私たちの目にとまった。

「押しましようか？」

私たちの口からは自然と声が出た。ホッとした表情の運転手。誰もなく「セーの」と声を出して、力いっぱい車を押しすと、車は何とか動き出した。三人の力で車を押しせば、大体はなんとかなったが、どうしようもないときもあった。

そんなときは、頭を抱える私たちの元に、目の前を走り去ったはずの車の運転手が、車を停めて、「手伝います」と力を貸してくれ、難を逃れた。人って優しい……。非常事態だからこそ感じた思いかもしれない。

最後、車の窓を開けて「ありがとうございます」と言われると、ちょっとお手伝いしただけけどなど、むずがゆさも感じつつ、私の心も温かくなった。

数えてみれば、とある日は五台程車を押したかな。一時間半も雪道を歩いて、力も使って、職場に着いたときにはヘトヘトのはずなのに、何故か疲れはそれほど感じなかった。人の力になれたという安心感や充実感、助け合って乗り越える人の強さ。自分もその一部となって、色んなものを見て、色んなことを感じたからかもしれない。

豪雪のことは冬が来る度に思い出すだろうけれど、きっと、あのとき力を合わせた経験も、一生忘れない。

みなさん、こんにちは！

今から14年前の3月11日、東日本大震災が、私の住む秋田を襲いました。私はその日、友人とドライブに行った帰りで、震災に遭遇したんです。

大渋滞の中、車を進めていると、歩道にうずくまっている若いお母さんと、お子さんがいました。私たちは車を止め、「大丈夫ですか？」と声をかけると、若いお母さんは妊婦さんで、歩く体力が無くなっていました。

「大変！体調崩しますよ！乗ってください！私たち女性ですから、心配しないでくださいね。」と、声をかけ、「ありがとうございます。お言葉に甘えて…。」と仰り、乗っていただきました。

幸い、直前にガソリンを満タンにしていたので、ガス欠の心配はなく、暖房をフルにかけて、車内を暖かくしました。

ドライブ先で寄った観光地で、ケーキ、お饅頭などのお土産を買ったことを思い出し、「お腹空きましたよね！おなかの赤ちゃんも、お腹空いてますよ！甘いもの食べて、元気出しましょう！」と、包みを開けて、お菓子を食べていただいたんです。

友人は幼稚園の先生になることが決まっていて、幼児教育のことには詳しく、子どもが好きそうな歌を歌ってあげて、お子さんの不安を取り除いてあげてくれました。

私が、「このお姉ちゃん、歌ヘタだね。ごめんね。」と茶々を入れると、友人は、「うるさいわね！」とプンスカ。女の子は、「上手だったよ！ありがとう！」と言ってくれ、お母さんは、そのやり取りに、クスッと笑ってくださいました。

その時間、日本は大変なことになっていましたが、私たちの車内は、その時間、ほんのちよこっただけ、穏やかな時間が流れていました。

時間はかかりましたが、無事、お母さんとお子さんを送り届けることができ、私たちも一安心。お母さんは、「本当にありがとうございます。お礼を言ってくれましたが、困った時は、お互い様。ありがとうございました！」、お子さんは、「お姉ちゃんたち、ありがとう！」お礼を言ってくれましたが、困った時は、お互い様。

私は旅行が好きで、旅先で出会った方々に親切にさせていただいたことの恩返しですが、これで少しはできたかな…。それぞれは、知らない人とおしだけど、たすけあいの人の環を、つなぐことが出来たかな…。と思ったんです。

愛を巡らせる日

今朝、子どもを保育園に送った帰り道、ふとこんなことを思っていました。

「そういえば、来週、大切な友人が名古屋を離れて福岡へ帰るんだ。寂しいな。でも本当にお世話になったな。」
そう感じていたその時、このラジオが流れてきたのです。

彼女は近所に住む、元看護師の女性。私たち夫婦を昔から知る共通の友人です。

子どもがなかなか授からずに悩んでいたとき、彼女はこう言いました。

「無理しなくていいの。楽しく過ごすことの方が、ずっと大切よ。」

不妊治療に使うお金と時間を、思い出作りに使いなさい。

子どもができれば、2人の時間はなかなか取れないものなの。今を楽しみなさい。」

その言葉に心がふっと軽くなり、涙が出たのを覚えています。

そしてその一年後、私は奇跡のように自然妊娠しました。

けれど、出産後の体の傷が癒えないまま始まった24時間の子育てと睡眠不足の中で、私は心も体も限界を迎え、産後うつに苦しみました。
そんな時も彼女は変わらず寄り添ってくれました。

「私が見てあげるから、リフレッシュしておいで」

栄養満点のご飯を作ってくれたり、玄関にそつと果物を置いてくれたり。

中にはクレヨンで書かれた小さな手紙が添えられました。

『子育ては、親育て。ゆっくりゆっくり大きくなあれ』

涙が止まりませんでした。

「私ばかり助けてもらってばかりだね」と言うと、彼女は優しく笑いました。

「私もね、そういう時があったの。辛かったとき、玄関におやつを置いてくれた人がいたの。だから今、その恩を回してるだけなのよ。」

離れてしまうのは本当に寂しいけれど、

今、このラジオを聴きながら、改めて彼女から受け取った愛が

私の中で静かに、でも確かに息づいているのを感じます。

その愛は、娘に、そしていつか誰かに渡していくために巡っていく。

今度は私が、その愛を次へと循環させていく番です。

たすけあいの教室

教室の窓際で、私はただ黙って座っていた。周りの友達を楽しそうに話す声が耳に届いてくる。でも、私にはその輪に入る勇気がなかった。

「ねえ、どうしたの？元気ないね。」

声をかけてきたのは隣の席の遙だった。彼女はいつも明るくて、みんなに好かれるタイプ。そんな彼女が私に話しかけてくれるなんて、少し驚いた。

「大丈夫だよ。ちょっと疲れてるだけ。」

私は笑顔を作ったが、心は笑っていないかった。家のことで悩んでいた。両親が忙しく、家事や弟の面倒を見るのはほとんど私の仕事だった。勉強も部活も手につかず、心に余裕がなくなっていた。

遙は私の返事に納得していない様子だった。「何かあったら話していいんだよ。」その日の放課後、彼女はもう一度私に声をかけた。「ねえ、一緒に帰ろう。」

帰り道、遙がふとこう言った。「私も去年つらかったんだ。家族が病気になって、家のことを全部やらなきゃいけなくて。でも、友達が助けてくれて、話を聞いてもらったから少し楽になったの。だから、私も誰かの力になりたいと思った。」

彼女の言葉に、私は涙が止まらなかった。勇気を出して家の事情を話すと、遙はじっと聞いてくれた。そしてこう言った。「それなら、私が手伝うよ。宿題とか一緒にやろう。困ったことがあったら何でも言って。」

その日から、遙は家に寄ってくれたり、弟と遊んでくれたりした。彼女の明るさと優しさが、私の心を少しずつ軽くしてくれた。そしてある日、遙がこう言った。「たすけあいっていいよね。自分が誰かを助けることで、助けられた気持ちにもなるんだ。」

その言葉を聞いて、私はうなずいた。たすけあいは一方的なものではない。誰かを助けることで自分も救われる。遙との日々を通じて、私はそれを実感した。

助け合うことから始まる病気の回復物語

今年明けのこと、昨年10月に脳梗塞で入院した母の血圧が上がり、再発したかも?!と朝から慌てた日がありました。

即入院した病院に電話をすると、午前中のみ診察が可能とのこと。

タクシーがつかまりづらい時間帯で、ふと少し前に立ち話をしたときに「困ってるときはお互い様だからね。何かあったときは車を出すわよ。」と言ってくれた近所のFさんが浮かび電話を試してみました。

すると「大丈夫よ。何分後に行けばいい?」とすぐ車を出してくださることに。

結局一時的に血圧があがった状態で、MRI検査などは翌日になり、翌日もFさんが行きは車で送ってくれました。

母の場合は幸い大事には至らず、言語や記憶の障害などはなく、訪問でリハビリをして貰っているうちに少しずつ氣力が戻ってきたようで、3月くらいから編み物を始めました。

そして、お世話になっているFさんの家に編み物を届けに行くようになり、Fさんの旦那さんが出かけているときは短い時間のお茶をしてくることも。

すると、Fさんの身体的な悩みごと（白内障手術をしたけど調子がよくない、なんかわからないけど手がかゆくなど）を聞くようになり、Fさんに何か自分からできることはあるかしら?と、近くの眼科に電話をして色々聞いてみたりと、他人のための行動までできるようになってきました。

母が脳梗塞になったことは怖く、大変な出来事だったけれど、それによって生まれた「助け合い」もあるということ。「助け合う」意識によって少しずつ前向きになっていく母の姿を見て正直びっくりしています。

人の心の尊さ

80歳を越えた母と私は、よく一緒に買い物に行っていました。ここ数年は母の膝の痛みで外出が少なくなっていました。ある時、人に贈り物をするのに自分で選びたいとの事で、一緒にデパートに行きました。

帰り道に入り口を出た所で私の前を歩いていた母が、つまずいて、転んでしまいました。びっくりしたのと足の痛みから立ち上がれないでいると、あつという間に人が集まってきました。正直まいったなあ〜と思いい戸惑っていると、聞こえてた声が「動かさない方がよいですよ！お話しできますか？」と母に問う声でした。

すると近くでイベントをしていた方が「救急車呼びますね」と言ってくれて買い物をしたお店の従業員の方は毛布を持ってきてくれました。女性の方お二人は、救急車に乗り込むまで荷物を持ってくれました。

15分位の出来事かと思いますが、私も母もテンパっている状態でしたが、偶然集まった方々が助けようと、各々の行動をしてくれた人達の気持ちが毛布で包まれているようなあたたかい気持ちになりました。

病院で診てもらい打撲で済んで、帰宅する事が出来ました。母は「はるかしく」と言い苦笑いしながら、デパ地下で買ったお弁当を食べてました。何事も無かったように食事をする姿を見て、助けてくれた皆さんへの感謝が込み上げてきました。

お店の方へメールでお礼を伝えると、お身体大切にとという言葉頂きました。あの時、声をかけてくれて、心配そうに見守ってくれた人達にお礼を言う事はできませんでしたが、頂いた「あたたかい心」は私の心に大切にしまっておきたいと思えます。人の力って凄いなあと思った経験でした。

名乗るほどのものではありません。

私が、朝、散歩をしていると、中年の女性が軽自動車となりたっていました。私を見ると、「車が溝に落ちちゃって！」と、泣きそう。左前輪が落ちていました。

私は、中年女性に車に乗るように言って、溝にはいり、車もちあげました。（車もちあげてすごいですすが、残りの三つのタイヤは無事なので、この原理で軽くあがったのです）右の前輪が地面についたので、車はすーっと動きました。

中年女性は、「お名前を教えてください」というので、「名乗るほどのものではありません」と帰りました。ちよっとうれしかった。

そして、数日後、30代の娘が、車で走っていて、バッテリーがあがって困っていた時、通りかかった女の人が、電気のコードを出してきて充電してくれて助かった話をしてくれました。

お礼をしようとしたら「私も同じように助けられたことがあったので、もし、あなたに助けられることがあったら助けてあげれば、それがお礼です」と立ち去ったとか。

それを聞いて、善意ってまわるのかもと思ったと同時に、その言葉、名乗るほどのものではありませんよりかっこいいじゃん！とちよっとかやくしかったです。

言葉はなくとも

数年前の雪深いお正月の出来事です。毎年1月2日の夜は、車で30分ほどの私の実家に新年の挨拶に行くのが恒例です。その日も私と夫、当時高校生の息子と3人で新年の挨拶に行き、食事会をしました。

夜も9時を回り、そろそろ帰ろうかという頃、雪が降りしきり、時折吹雪いているような状況でした。それでも運転に支障があるほどではなかったので、ゆっくり帰ろうと車に乗り込みましたが、すぐに吹雪で前が見えないほどになってしまいました。

そんな中、かすかに、でも明らかに直進の角度とは異なる車が止まっているのが見えました。スリップして道路脇に突っこんだ車です。その車のそばにはタイヤ周りの雪を手で掻き分ける運転手らしき人がいました。

私たちも車を止め手伝いますが、スリップするばかりで脱出できません。すると、状況を察した他の車が1台、また1台と停まってくれたのです。ハンドル操作する人、車を押す人、交通整理する人、中には、家が近いからと行って、悪天候の中、道具を取りに行ってくれた方もいらっしゃいました。その甲斐あって、車は無事脱出しました。

誰が指示するわけでもないのに声を掛け合い、互いに互いの役割を果たし、無事を確認すると何も言わずにそれぞれが帰路につく、その光景はまさに助け合いでした。

何かあったのかなと通り過ぎるのではなく、何もできないかもしれないけれども、行動に移せることが素晴らしいし助け合いだなと思ひ、少し感動した出来事でした。