ストップがん離職

「働く人」編 ㊤

声帯を失っても

食道発声「仕事で手応え」

「声帯がなくても、話せるようになった。やろうと思って積み重ねれば、がんになっても、たいていのことは実現できる」

東京・恵比寿のサッポロビール本社。五年前に食道がんの手術で声帯を失った村本高史さん(五)がかすれ気味な、でも力のある声で語りかけた。

食道発声法を使って、社員に闘病体験を語る村本高史さん＝東京都渋谷区のサッポロビールで

村本さんが一昨年、社内で始めた「いのちを伝える会」。終業後に毎月一～二回、食道を震わせる「食道発声法」で声を出し、社員に闘病体験を語る。「何かの役に立てば」との思いで開く会には、これまで約百三十人が参加した。

肩書は、経営戦略部プランニング・ディレクター。管理職から現場の課題を聞き、上層部に伝える。二年前の社内公募で「組織風土の改革に取り組みたい」と、自ら新しい業務を提案し、認められた。がんを患い、今も前線に立つ村本さんの言葉を聞こうと、会の参加者は絶えない。

人事のグループリーダー(課長)だった四十四歳のとき、食道の入り口にがんが見つかった。すでに五㌢の大きさに達しており、半年の放射線治療でがんは一度は消えたものの、二年後に再発した。

主治医から「手術しかない」と伝えられたのは、人事総務部長に昇進したばかりの時期。がんは声帯の裏にあり、手術すれば声を失う。だが、手術をしなければ命にかかわる。不安の中、主治医が言った。「食道発声法を習得すれば、話せますよ」

手術前に、声帯を摘出した人を支援する公益社団法人「銀鈴会(東京)の教室をのぞいた。「あー、あー」。震える声が響く。喉頭、咽頭、食道、甲状腺…。皆、さまざまながんで声帯を失っていた。食道発声は声帯を失った人しか教えられず、がんの先輩が先生。支え合い、笑顔で練習に励む姿に背中を押された。

退院後から教室に通い、一カ月後に初めて「あ」と言えた。同じ言葉を一日千回、何時間も練習した。

復職までさまざまな工夫をした。社員や関係先にメールで経緯を報告。筆談用の電子メモを持ち歩き、積極的に話し掛けて練習した。「仕事で話すことで、上達の手応えを感じた」。小腸の一部を食道に移植しているためか、食事から時間がたつと食道が締まる感じがして話しにくくなるため、夕方の会議前には軽食を取る。広い会議室では小型の音声拡幅装置を使った。

会社の対応にも救われた。手術と自宅療養で三カ月休んだが、失効した有給を六十日まで使え、わずかな病欠で済んだ。勤務時間中の発声教室も「私用外出」として許可された。復職後は部下のいないポジションに異動したが、村本さんは「無理をさせない配慮」と受け止めている。

「こんな私だからできること。こんな私にしかできないこと。そんなことを考えながら生きていこう」。昨年四月、喉頭がんで声帯を失った音楽プロデューサーのつんく♂さんが母校で後輩に送ったエールに驚いた。復職時に職場にメールした言葉とよく似ていた。

「同じ境遇だと、考え方も似るんだな」

五十歳になった一昨年、念願の第一子が生まれた。「いつまでも自分や社会を耕し、平らかに広がり続けて」との願いを込め、耕平と名付けた。「生きてさえいれば、何とかなるし、いいことがある」。長男の名に恥じぬよう、自らを耕し続ける。

◇

がんになっても、働くことに生きる希望を見いだし、輝き続ける人たちの姿を伝える。(山本真嗣)

生活

男女兼用でしたっけ？

●私のパジャマ ある晩、着替えようと捜してもパジャマが見つからない。たんすにも押し入れにもどこにもない。もしやと思い、布団をめくり、寝ている夫を見てみるとやっぱり。ウエストは二十㌢も違うのに、苦しくないの？(鈍感力に感心・65歳)

●決められない夫 雑煮で食べる餅の数を夫に聞くと、しばらく考えてから「二個」。それなのに、食べる直前になって「やっぱり三個にして」。それじゃあ、私の分が減るじゃないの。(別にダイエットしてない妻・60歳)

つれあいにモノ申す

●バージョンアップ スマートフォンの機能を使いこなすようになった夫。「俺もバージョンアップしてる」と得意顔。そこで「私も成長してるかな」と尋ねてみた。夫は、こう即答。「してるよ。胴回りが！」(ほかのことも成長してる妻・46歳)

●若々しさ 年齢の割に、若い人が着る服が好きな私。でも、同窓会へは雨も降ったことだし、落ち着いた服で出掛けることに。それを見た夫は「やっと自分の年に気が付いたか」。(本当にまだまだ若いはず・60歳)

●似合いの夫婦 大きなあくびをした私に向かって「びっくりした。恐竜かと思った」と言う夫。失礼ね。あなたのいびきは怪獣そのものよ。それにしても、恐竜と怪獣の夫婦って…。(本当は恥ずかしかった妻・71歳)

その成長は見ないで

感謝編

●家族の食卓 娘、孫と三人でランチへ。近くのテーブルのお客はだまって食べている。「おしゃべりしながら食べた方がおいしいよね」と言うと、孫は「でも、ばあちゃんはしゃべりすぎ」。(当たってるかも・69歳)

▼長年連れ添った夫や妻への注文を。「家族編」「感謝編」も随時掲載します。宛先は左記。

投稿を募集します

〒住所、氏名、年齢、職業、電話番号、ペンネームを書き、〒100 8525 東京新聞生活部「つれあい」係へ。ファクス03(3595)6931、Eメールseikatut@tokyo-np.co.jp 電子媒体での使用もあります。

カキ

しちりんで殻付きを焼くとうまい。かつて勤務した能登半島で、寒さが味を引き立てると知った。パック入りのカキを見ると、日本海の冬を思い出す。

とびらをあけて 記者こよみ

あけくれ

2016.2.10

申年には落ち着いて

申(さる)の年は気を付けよう。年の初めに姉妹でそう申し合わせをしました。母が倒れた年のえとでした。そんなとき、言い出しっぺの姉にアクシデントが。

「こちら消防庁救急ですが、吉田さんのお宅ですか。実はお姉さんが…」。そこまで聞いて「これって新手のオレオレか」と思ってしまい、「今日、姉は病院に行く予定はありません。何かのお間違いでは」と返すと、「じゃあ、お姉さんにかわります」。そして、まさしく姉の弱々しい声。本当だったんだ…。

後で姉に聞くと、救急隊員の方は気分を害していた様子だったとのこと。申し訳ないことをしたと反省しても後の祭り。

日頃から警察署から「オレオレ詐欺に気を付けて」と度々電話をいただいていたので、姉の事故にも、ついつい過剰反応してしまった。姉は入院、手術を受け、全治三カ月の診断がおりた。

何事も落ち着いて行動しよう、とあらためて自分を戒めました。

吉田 邦子 74歳 無職 東京都江東区

いただきます

グラタン＆ドリア

サケとキャベツのコーングラタン

調理時間 25分

★1人分367kcal、塩分2.1g

【主な材料・2人分】生ザケ2切れ、キャベツ300g、タマネギ¼個、バター5g、牛乳50mℓ、クリームコーン缶200g、ピザ用チーズ20g

【作り方】❶キャベツは4cm角、タマネギは薄切りにする❷サケは1切れを四つに切り、塩・こしょう各少々をふる❸フライパンに油大さじ½を温め、サケを両面焼いて取り出す❹フライパンにバターを溶かし、中火でタマネギ、キャベツの順に炒め、小麦粉大さじ½をふり入れて1分ほど炒める。牛乳、クリームコーン、塩小さじ¼を混ぜて、さっと煮る❺耐熱容器にサケと④を入れてチーズをのせ、オーブントースターで7～8分焼く。

協力・ベターホームのお料理教室