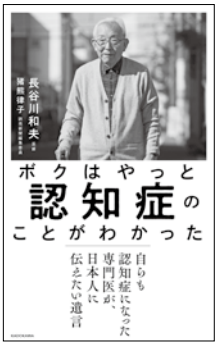
■ 書　評



ボクはやっと認知症のことがわかった―自らも認知症になった専門医が，日本人に伝えたい遺言―

長谷川和夫，猪熊律子　著
KADOKAWA
2019年12月　224頁
本体価格　1,300円＋税

「みなさんの前で言うと（主催者が）困るかも知れないけれど，じつは（ボクは）認知症なんですよ」．2017年10月，神奈川県川崎市における認知症ケアの講演の演者として，当時88歳のわが国の認知症診療の大家は，こう聴衆に語りかけた．重大な発言のはずだが，飄々とした口調で，そのまま耳を通り抜けてしまいそうな口調であったという（本書「はじめに」と「解説」より）．

認知症をカミングアウトした著者の行動は医療福祉領域で反響を呼んでいて，医学生や社会福祉士の実習のレポートでしばしば長谷川先生の発言が引用され，本書で書かれている「嗜銀顆粒性認知症」についても，書評子は若い医師から教えられたくらいである．メディアに敏感な若い医療者に，遅れを取ること数ヵ月，認知症を扱ったサイコドラマのワークショップで，長谷川先生に初めてお目にかかり，その縁で本書を戴いた．長谷川先生の著作を評する立場ではない，不肖の後進であることを自認しつつ，本書は本来の対象の一般の方だけではなく，専門医・指導医取得後，精神医療をだいたい把握したと思っている，書評子のような医師こそが読むべきと，切に感じこの場を借りて読後の思いを伝えたい．

本書は，長谷川先生を長年取材している読売新聞記者の猪熊氏と共著と記されている．一般読者向けの認知症にも一部紙幅が割かれているが，教科書ではなく，臨床における随想である．冒頭において，認知症の症状は先生のコミュニケーション面に影を落としていると記されているものの，全章にわたる優しい語り口調で，文の齟齬や迂遠さはほとんど気にならない，完成度の高いものと思われた．

長谷川先生が認知症であることを公表した理由として「自分自身がよりよく生きていくため，生きている間に，人さまや社会のために少しでも役立つことをしたい．役に立てるかどうかはわからないけれど，認知症のありのままを伝えたい．それが，自分が生きていく道であり，死んでいく道でもあると感じたのです．」と記され，これは本書の目的でもある．認知症者がどのような体験をしているかは，他書で学んだつもりであるが，認知症を熟知したうえで，内的な認知症体験についての語りに接してみて，今まで字面でしかわかっていなったと気付かされる．特に「認知症になってわかったこと」の章の，認知症当事者へ医療者がとるべき心得は，説得力を超えて胸に刺さる部分である．

本書は全体的に教育的な意見が半分，残りの紙面は挿話的に，忘れられない人（患者），影響を受けた日本内外の研究者，森田療法について，長谷川先生の日常と家族のこと，常連として通うの喫茶店でのエピソードが語られており，どれも引き込まれる筆致であるが，臨床医としても興味深い．これらの挿話の中で「相手が最もかけてほしい言葉とは？」の例示で小さい子どもとのコミュニケーションが2ヵ所紹介されているのが（1人は長谷川先生のご息女）印象的だった．長谷川先生がめざしているパーソン・センタードケアとはどんなものか，何気ない日常の一場面から，描写されている．

長谷川先生らが1974年に発表し，現在も高齢者の診療で毎日のように実施される「長谷川簡易認知症スケール」についての章は本書の目玉の1つである．「作成秘話」として，いくつか紹介されているエピソードも興味深いが，立案から改訂にいたる過程を通して，このスケールを使う医療者，使われる高齢者の心理的負担への配慮が重ねられおり，数値を測るだけではなく，検査を受けている「人」に，常に，より強い関心が向けていたことが窺われ，習慣的にこの検査を実施した過去に恥いる思いがした．優しさのなかに強い意志が伝わる文から，認知症という病いを得ることは，言葉を忘れることではなく，澄んだ表現ができるようになることなのかとさえ感じられた．

認知症や精神障害について，わかったような気になっても，何か足りなさを感じたときに，読むべき1冊と考える．　（今村弥生）