



ドクターごとうの  
訪問歯科シリーズ



五島朋幸



# 愛は 自転車に 乗って

歯医者とスルメと情熱と

ドクターごとうは、人を見つけ⇒人をつなぎ⇒そして結果を出す、愛にあふれたカリスマです。社会の豊かさは、お年寄りの口元にあらわれる～これは私が世界中をまわって発見した「法則」です。ドクターごとうが、日々蒔いておられる種は、日本を真に豊かな国にしてくれることでしょう。本書は、その原点が詰まった素晴らしい本です。

大熊由紀子（ジャーナリスト）



愛は自転車に乗って

齒医者とスルメと情熱と

大隅書店

目次

イントロダクション	6
第1章 夫婦のチャレンジ	13
第2章 生きる力	55
第3章 アイ・コンタクト	105
第4章 孫からの贈り物	155
第5章 歓喜のひと口	209
あとがき	266
変わったこと 変わらないこと	272

sample

愛は自転車に乗って

歯医者とスルメと情熱と

装画 村上千彩  
装幀 北尾 崇

井の頭公園内の池に流れを発する神田川は、三鷹市、杉並区、中野区、新宿区を走り抜けていく。中野区と新宿区の境界地域周辺には、川の両サイドの遊歩道に桜並木があり、春は多くの人の目を楽しませる。

この遊歩道から少し南に入った所に、五階建ての古いビルがある。そのドアから、ポロシャツにチノパン姿で、背中にはデイバック、右の肩からカメラバッグを下げた男性が出てくる。七月に入り、今年も暑い夏の子感。その男性はビルの脇にある駐輪場に向かうと、一台の電動アシスト付き自転車の前かごにカメラバッグを入れ出発する。

自転車は神田川沿いの遊歩道と平行に走る道へと出た。遊歩道沿いに造られた公園では、近くの保育園児たちが走り回り、その横で近くの老人福祉施設の高齢者が、ある者は介助者と手をつなぎ、ある者は車椅子を押されながら、散歩を満喫している。

自転車は川沿いを上流に約一キロ走ると、川に別れを告げて、東へと向かう路地に

吸い込まれていく。東京都新宿区西新宿。都庁にホテルにオフィスビル。新宿副都心を象徴する高層ビルの脇には古い家屋も残っている。そんな古家ふるいえの前で自転車は止まった。

男性は自転車を降りて、デイバックに入ったタオルで顔の汗を大胆にふいた。それから、前かごに入れておいたカメラバッグを取り出し、門の脇にあるインターフォンを押す。

「はい、どちらさまでですか？」

という女性の声。

「こんにちは、五島です」

「あっ、先生ですね。どうぞ、ドア開いてますから」

黒い鉄の門を開けて中に入る。少し建てつけの悪い引き戸を、力を入れてガラガラ。そして、大声で叫んだ。

「こんにちは、五島です。訪問歯科の五島です」

「はじめまして、柴田でございます。道はお分かりになりましたか？」

「ええ、この辺は庭のようなものですから」

「どうぞ、中に入ってください。こちらでございます。それにしても、もっとお年の

先生が来られるのかと思いましたよ」

「いや、こう見えて意外と年なんですよ」

二人にはすでに笑顔の花が咲いている。靴を脱いで廊下を歩みだすと、ギョッ、ギョッと、廊下がきしむ音。女性は手前のふすまを開けると、

「お母さん、歯医者さんが来てくださいましたよ」

そこには電動ベッドに横たわった高齢の女性。

「はじめまして、五島です。よろしくお願ひします」

と言って柴田トヨさん（八十六歳）と握手をする。

「まあまあ、本当にありがとうございます。もう足が弱って歩けないものですから。本当に助かります」

男性は肩に担いでいたデイバックとカメラバッグを床に置くと、

「お母さま、入れ歯の調子はどうですか？」

「ええ、噛んだときに右下の奥のほうが痛いんですよ。何もしないときは何ともないんですけどねえ」

「そうですね、それはつらかったですね。お食事はしっかり食べられましたか？」

「やっぱり痛いですから、柔らかいものを選んで。でも、食物を選んで食べるのって

おいしくないんですよ」

「そうですね。じゃあ、さっそくその原因を調べてみましょう」

男性はそう言うと、カメラバッグから赤い短冊状のカーボン紙（咬合紙）を取り出し、トヨさんの口に入れる。そして、カチカチカチと噛んでもらう。

「少し噛み合わせの調整をしましょう。そんなにひどいわけではありませんから心配しないでくださいね」

と言うと、カメラバッグの中のマイクロモーターをセッティング。スイッチを入れると先端が高速回転してプラスチックを削る構造になっている。トヨさんから下の入れ歯を預かると、男性は大きなビニール袋をベルトのバックルのところに引っ掛け、入れ歯を削っていく。削りかすはベルトから垂れ下がったビニール袋の中へと吸い込まれていく。

「お母さま、もう一度入れ歯を入れてみてください」

と言って入れ歯を渡す。カチカチ。

「ああ、だいぶ痛くなくなったわ」

「そうですね。それはよかったです。じゃあ、ちょっと待ってくださいね」

男性はそう言うと、デイバックを開けてゴソゴソ。そして袋に入った直径五センチ

ほどのサラダせんべいを取り出した。袋を開けると、トヨさんのほうに差し出し、  
「実際に食べていただいてもいいですか？ 使ってみると痛いところが出るもんですよ」

バリ……バリ……、モグ……モグ……、……ゴックン。

「いやあ、痛くなくなったわ。よかった、よかった」

柴田家を出ると、男性は先ほど来た道を逆走していく。約十五分後、戻ってきたのは東京都新宿区北新宿。再び古ビルの駐輪場に自転車を止め、小さなドアの中に入っていく。脇には「ふれあい歯科ごとう」と書かれた小さな看板。この男性こそ、この物語の主人公の一人、「ふれあい歯科ごとう」代表の五島朋幸だ。四十一歳、歯科医師。午前中は外来の診療、午後は訪問診療を中心に活動している。

訪問歯科診療は、心身の障害により通院できない方のために、歯科医師が自宅に訪問して診療するシステムである。その対象の多くは、在宅ケアを受けている高齢者である。一般の歯科診療のイメージは虫歯や歯周病の処置であるが、訪問歯科診療では「口から食べられない」障害に対する対応も多い。

診療室の電話が鳴った。

「はい、ふれあい歯科ごとの五島です」

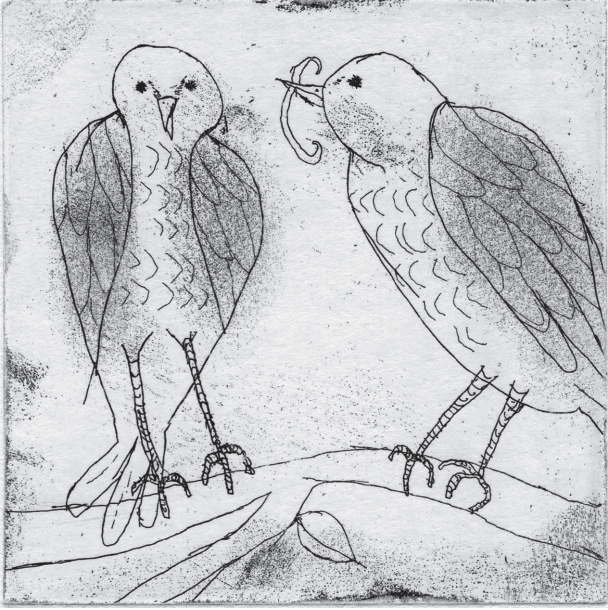
「あっ、先生、ケアマネジャーの天川です。いつもお世話になります。先生、また診みてほしい方がいるんですよ。入れ歯が入れられなくて食が細くなってる方がいるんです。結構体重も落ちてしまって……。お願いできますか？」

「了解。できるだけ早く行くようにするよ。その方のお名前と連絡先を教えてくださいかな」

「はい、じゃあいいますか。お名前は……」

物語はここからスタートする。





第1章  
夫婦のチャレンジ

梅雨明け宣言はいまだ出ていなかったが、いつ夏に突入してもおかしくない陽気になっていた。ケアマネジャーの天川大輔は大粒の汗を流しながら、自転車のペダルを漕いでいた。この日の訪問は少し不安を抱えている。

訪問先は、吉川善二（九十一歳）、ミネ（八十五歳）ご夫妻。高齢夫婦の二人暮らしで、社会的に「老老介護」と呼ばれている状況でもある。善二は最近布団から起き上がることも少なくなっており、訪問のたびに元気がなくなっているようにも見受けられる。善二は十年ほど前に脳梗塞を発生したが、大きな後遺症もなく、デイサービスにも通っていた。しかし、昨年暮れに脳梗塞を再び発症し、近くの大学病院に入院した。その後、リハビリテーション病院に転院し、今年の四月に退院、自宅に戻ってきた。ただし、今度は左半身の麻痺が生じてしまった。

一方、ミネは大きな病気をすることもなく、とても元気である。足腰もしっかりしており、近くのスーパーへの買い物は毎日の日課となっている。吉川家はアパートの二階にあるが、急な階段も慣れたもので、手すりにつかまらずに上り下りすることもある。ミネにとって毎月の天川の訪問は待ち遠しい。若くて誠実な天川はミネの良き話し相手であり、壁にかかった大きなカレンダーには彼が訪問する日付に赤のマジックで太々と丸印がつけてある。

長い坂のちょうど中間地点を右に曲がってすぐのところ吉川家のアパートがある。天川は坂の登り口で自転車のスピードを速め、曲がり角まで一気に行こうとした。しかし、あと二十メートルほどのところで失速し、手で押して上がることになった。

「ちょっと体力が落ちたかな……」

角を曲がりアパートの下に自転車を止め、前かごに入れていたデイバックからスポーツタオルを取り出しおもむろに顔の汗をふいた。それから、水の入ったペットボトルを取り出し、ひと口ゴクリ。今年も暑い夏になりそうだ。吹き出る汗が少し落ちていたところで二階に上がって行った。呼び鈴を押し、

「こんにちは、天川です」

中からミネの高い声が返ってくる。

「まあ、暑い中どうも。どうぞどうぞ、あがってください」

天川は、脱いだスポーツシューズをそろえ、そのまま善二の部屋まで進み、布団に寝ている善二の耳元で少し大きな声で話しかけた。

「吉川さん、どうですか、調子は」

すると、善二はうっすらと目を開け、天川のほうをちらりと見ると再び目を閉じて大きなため息をついた。その光景を見ていたミネが、

「いっつもこんな感じなのよ。おじいさん、全然だめ」

病気の影響なのかどうか分からなかったが、会うたびにやせてしまい、とにかく元気がない善二を見るのが天川はつらかった。脑梗塞を再発する昨年まではとても元気で、いろいろ話しかけてくれた善二であったが、たった数カ月で今はその面影すらない。そんな様子を後ろから見ていたミネが、

「おじいさん、何にも食べてくれないのよ。お医者さんに言われた栄養剤のようなものも一日一本飲むのがようやくでしょ。あとは寝てばかりなもの」

と少しあきらめたような口ぶりで言い放った。そのとき、天川の頭にある考えがすっとよぎった。

「奥さん、善二さんの入れ歯ってどうしたんですか？ 前に使っていましたよね。あれはどうしたんですか？」

「あの入れ歯、このあいだ入院してから全然使ってないのよ。うちに帰ってきたとき入れようとしたんだけど、全然入らないし」

「じゃあ、入れ歯を直してもらえばいいじゃないですか？ 入れ歯があると変わるかもしれないですよ」

「でも、歯医者さんに連れて行くの大変でしょ。最近は何も起き上がらなくなったし」

「奥さん、いい手があるんですよ。訪問で来てくれる歯医者さんがいるんですよ」

「へえ、そんなことできるの。うちにも来てくれるの？」

「大丈夫だと思いますよ」

と言いながら、少し興奮している自分に気づいた。きっと何かが変わるはず、いや変えてくれるはず。とにかく善二さんにとって何かプラスになることを願って。

ケアマネジャーの天川君から連絡をもらったのは三日前。昨年、ある地域の研修会で出会ってから何人かの方を紹介してもらっている。彼の誠実な仕事ぶりはよく分かる。というのも、彼から紹介してもらった方のところへ行くと、ご本人もご家族も全面的に彼を信頼している空気がある。同世代の彼の頑張りは、僕にとっても励みである。

今回紹介されたのは吉川善二さん。

天川君からの報告では、入れ歯が合わなくなって使えなくなっているとのこと。さらに食欲もなくなって、やせてきているということだった。吉川さんにとっても、僕との出会いが良いものになればいいなあと思う。

診療室を自転車で出発したのは午後二時過ぎ。強い日差し、ジリジリとした熱気、呼吸する息も熱くなっているのが分かる。決して遠くではないが、サングラスをかけていざ出発……、といったときには、すでに汗まみれ。今年の夏は暑くなりそうだ。途中の公園では、蝉の合唱も始まっていた。最後の坂にさしかかると、ギアを軽くし、

スピードダウン。電動アシスト付き自転車なので、登れないわけではないが、結構体にこたえる坂道だ。

吉川家のアパートの下に着いたときには、全身汗まみれ。背負っていたデイバックの中からタオルを出すと、顔と背中<sup>しの</sup>の汗をふいた。適当に息を整え、自転車の前かごに入れておいた診療用のカメラバッグを肩にかけて二階に上がり、吉川家の呼び鈴を鳴らすと、中から奥さまの声がした。ドアの鍵がカチッと開き、奥さまの顔がのぞいた。僕は頭を下げながら、

「こんにちは、五島です」

と挨拶をした。奥さまは、

「あ、歯医者先生。どうぞどうぞ」

と、とてもフレンドリーに僕を中に通してくれた。

それから奥のほうへ向かって大きな声で、

「おじいさん！ 歯医者先生、来てくれたよう！」

僕が通された部屋は四畳半ほどで、周囲二面には本棚があり、いろいろな本が並んでいた。中には「教育学」などというタイトルのものもあり、博識であることがうかがえた。当の善二さんは、部屋の真ん中に布団を敷き、そこに横たわっていた。僕は

枕元に正座すると、

「こんにちは、歯医者の方五島です」

とご挨拶。奥さまは、

「おじいさん耳が悪いから聞こえないよ」

と言っていたが、善二さんは目を開けてこちらの様子をうかがっている。

「今日はいれ歯の調子を見に来ました。よろしくお願ひします」

と話しかけると、善二さんはこちらを見ながらコクリとうなずいている。奥さまが、

「おじいさん、先生の言うことが聞こえるの？」

すると、決して大きな声ではないけれど、善二さんが、

「ああ」

と返事をした。奥さまがぼやくように、

「最近、私が何言っても、聞こえてるんだか、聞こえてないんだか。まったくいやになっちゃうわ」

「僕の声って低い声だから、聞きやすい人もいるんですよ」

とフォローしてみた。

奥さまには現状に関するアンケート(予診票)を記入してもらい、そのあいだに僕

は善二さんのお口のチェック。善二さんは横たわったままで、僕が懐中電灯片手に上からのぞき込んだ。自分の歯は一本も残っていないが、比較的がっちりとしたあごの形をしており、入れ歯を入れるには決して悪い条件ではない。記入してもらったアンケートの署名を見て、奥さまがミネさんというお名前であることが分かった。

今度は、ミネさんに今まで使用されていた入れ歯を出してもらった。全体の形は決して悪くなく、十分に使用できそうだった。

「この入れ歯はいつごろ作られたものなんですか？」

とたずねると、ミネさんが、

「七、八年前だったかしら、渡辺さんのところで作ってもらったのよね。作ってからはほとんど調整しないですんだのよね」

善二さんの顔を見ると、コクリとうなずいている。

入れ歯の良しあしは大きく分かれる。どうしても使えない入れ歯というものもあり、そんな入れ歯であれば、元気な時から入れ歯の不調を訴えていたはずである。しかし、今回の脳梗塞再発までは調子よく使っていたということは、体の機能と入れ歯の形態はマッチしていたことになる。僕は心の中で「OK、OK」と言いながら、さっそく入れ歯の修理に取り掛かった。しかし、ミネさんは心配そうに、

「まだ使えるんですか？」

僕は自信を持って、

「大丈夫ですよ！」

と言いながら、心の中では「たぶん」と付け加えた。

善二さんには布団の上で上半身を起こしてもらい上の入れ歯を上あごに装着。ぐつと押さえつけて手を離すと、一瞬吸い付いたかと思っただが、すぐにパタッと落ちてきた。「なるほど」と思い、今度は上あごに装着して、右手でそれを支えたまま左手で唇をめくり、入れ歯の周囲が長すぎないかをチェックした。上あごの土手がやせていくと、相対的に入れ歯の外枠が長くなってしまふことがあるのだ。善二さんの場合は特に問題なく、このまま次の作業を始めることにした。僕は七つ道具が入ったカメラバッグから、リベース材のセットを取り出した。

入れ歯の修理としてよく行われるリベース (Re-Base) は、基礎をもう一度しっかりとさせる作業である。入れ歯は本来、自分のあごの肉とびったり密着していることが要件となる。しかし、歯ぐきの肉がやせてしまうと、入れ歯を装着したとき隙間が生じてしまい、入れ歯がゆるくなってしまふのだ。リベースは、入れ歯と肉が接触する部分にプラスチックを流し込み、適合を向上させる作業である。

善二さんの入れ歯が歯ぐきと当たる部分を携帯用のマイクロモーターで軽く削り、リベースセットの液状接着剤を筆で塗った。それから、直径五センチほどのラバーカップ (ゴムでできたお猪口ちよこのような形の器) に適量の液と粉を入れてよくかき混ぜる。このドロドロとした状態のものを入れ歯の裏側に注入し、善二さんの口の中に装着した。それから三分ほど入れ歯を指でしっかり押さえつけ、維持した。この時皆さん少しいやな顔をする。これも計算済みなのだが、この材料、結構苦い。指を離してから数分は口に入れておいてもらったが、すでに落ちなくなっている。いったん外して周りをきれいにして上の入れ歯は完成。

今度は下の入れ歯を入れてみる。こちらのほうもわずかにゆるんでいる感じはあったが、ティッシュコンディショナーという材料を使用することにした。リベース材は固まるとプラスチック素材になるのだが、ティッシュコンディショナーは柔らかいゴムのような感じが続くのだ。ただし、それぞれに特徴がある。リベース材は安定した状態を保てる代わりに、ピタリしすぎて痛みを伴う場合がある。ティッシュコンディショナーは柔らかいため、痛みが出る危険性は少ないのだが、十日から一カ月ほどで性質が変わってしまうために、そのつど交換しなくてはならない。善二さんは久々に入れ歯を入れることになるので、痛みが出る可能性が高い下の入れ歯へは、

ティッシュコンディショナーを使おうと考えた。

先ほど使ったラバーカップをアルコール綿で消毒し、ティッシュコンディショナーの液と粉を入れてかき混ぜ、適度な硬さになったところで下の入れ歯の裏側に塗りつけた。それから入れ歯を善二さんの口に装着し、今度は軽く入れ歯を支えるように指で押さえた。ティッシュコンディショナーの厚みがクッションになるのだが、強く押さえすぎると厚みがなくなってしまふからだ。

息を殺し、空気が張りつめる。僕の額から流れ出た汗が頬を伝わり、足元に一粒、二粒。指は入れ歯から離さないように、ポロシャツの袖で汗をぬぐった。こちらも五分ほどで完成。これで上下の入れ歯の準備ができた。しかし、勝負はこれからだ。

上の入れ歯を再び善二さんに装着して、外れないかどうかを確認。OK！ 続いて下の入れ歯を装着。こちらでもまずまず。そして、

「吉川さん、カチカチ噛んでください！」

善二さんは指示通りにカチッ、カチッとゆっくり噛み始めた。

五回ほど噛んでもらったところで、

「今度は大きくお口を開けてください」

すると、これまですっかりしていた上の入れ歯がスーッと下に落ちてきた。

それを見ていたミネさんが、

「やっぱりダメだ。作り直さないとダメなんじゃないの？」

しかし、僕の中で焦りはなかった。もちろん想定範囲内。入れ歯というのは、歯ぐきとの密着だけでくっついていると考えられがちであるが、噛み合わせの要因も大きい。善二さんのように、片側だけだと大丈夫なのに上下を噛み合わせると落ちてくるようなことは、本当によくあることだ。特に善二さんの場合、長く使用していなかった入れ歯であること、麻痺が生じてしまったことなどから、上下のあごの位置関係がずれていることは想像できた。

そこで七つ道具の一つである咬合紙を取り出した。これは、二センチ幅ほどの赤いカーボン紙である。これを奥歯の上に挿入し、カチカチ噛んでもらうと、当たっている部分が歯に印記されて赤く染まる。これを目安に調整をしていくのだ。善二さんの奥歯に咬合紙を挿入し、

「速くカチカチ噛んでみてください」

とお願いをしたが、スローモーションのようにゆっくり、カチッ、カチッ。まあ、しょうがないか。咬合紙だけではよく分からなかったので、右手の親指と人差し指を口の中に挿入し、上あごの左右の奥歯を頬側から挟むように持ち、もう一度噛んでも



らった。これによって、上あごの入れ歯に加わる力を入れ歯を通して感じる事ができる。今回のケースでは、左側の歯のほうが右側よりも先に当たっていることが分かった。

この強く当たっているところをマイクロモーターで削り、再チャレンジ。再び指を善二さんの口の中に入れカチカチ噛んでもらうと、先ほどよりもブレは少ないがもう少し。このようなことを繰り返すうちに、バランスの取れた噛み合わせになってきた。僕の判定法としては、その場でカチカチ噛んでもらい、その音を感じるようにしている。バランスが悪い噛み合わせだと鈍い音がするが、バランスがいいと少し高い「コーン」とか「カーン」という音がする。善二さんの入れ歯は「コンッ」という音がした。これもOKである。

ここまで調整していくと、ミネさんが、  
「おじいさん、ちゃんといってるわよ。外れないの?」

と口を出した。しかし、この言葉には反応がない。少し不安になって僕が、

「どんな感じですか? 入れ歯を久々に入れて」

とたずねると、ゆっくり間をあけて、

「うーん、なんだかいみみたいだあ」

するとミネさんが、

「本当に大丈夫なの? 痛くないの? 歯医者先生が帰ってから私に言われても困るんだから!」

と早口でまくし立てた。善二さんのほうはスローテンポで、

「大丈夫みたいだな」

その善二さんの言葉が終わるか終わらないかのタイミングで、

「これは使っていいんですか? 食べていいんですか?」

とミネさんがおっしゃるので、

「普段通りに使ってみてください。まだ調整はスタートしたばかりですから……」

と僕が答えている途中で、

「おじいさん、何でも食べられるよ。今日から食べられるよ。よかったねえ、よかったねえ」

善二さんは相変わらずのペースで、

「うーん」

僕はもう少し説明しなければならなかったが、お二人がすごく喜んでいたので、まあ、いっか〜!



会計を済ませ、次回の約束をとった。するとミネさん、壁にかかったカレンダーの次回予定日に、赤い太マジックで「歯」と書きこんだ。

7月19日

暑い日は続いていたが、今日は少し雲がかかってくれたおかげで、心地よい温度になってくれた。うちの診療室は、高齢の方も多いのでクーラーは入れず、必要に応じて送風だけ使用している。しかも今日は自然の風だけで十分だったので、エアコンの出番すらなかった。訪問は午後から四件。

一件目は老人ホームに入居された和田さん。そろそろ百歳になろうというお年であるが、とにかくお元気。昨年まで一人暮らしをしていたのだが、さすがに娘さんが心配されて老人ホームへの入居となった。僕は入れ歯の調整で、三カ月に一度訪問している。

ホームに着くと、入り口で面会者のノートに名前を記入し、部屋に向かった。すでに娘さんが来ていた。

「こんにちは、和田さん。ご無沙汰しています。五島です」

と大きな声で挨拶すると、和田さんが、

「まあ、よく来てくれたわね。お久しぶり。どうぞどうぞ」

と満面の笑みで迎えてくださった。

「いかがですか、調子は」

「私は元気よ。この通りよ」

と、いつもの調子。

さっそく入れ歯を出してもらい、洗面台で洗っていると、後ろで親子の会話。

「この人、歯医者さんだったの」

「そうよ、おばあちゃん。忘れたの。五島先生よ。お世話になってるじゃない」

「そうだったかしら……」

まったくひそひそ話になっていないのがおかしかった。

入れ歯の点検が終わり、今日は終了。和田さんに挨拶をして別れた。娘さんと玄関

まで行く途中、

「先生に来ていただけるだけでも、おばあちゃんが元気になって助かります」

と娘さん。

もちろん、笑顔をつくりながら、「俺は来てるだけか！」とも思った。

四件目は吉川さん。アパートの下に自転車を置き、急階段を二階に上がる。先日も感じたが、よくミネさんはこの階段を上れるものだと改めて感じた。呼び鈴を鳴らすと、ミネさんがドアを開けてくれた。

「どうもどうも、暑い中すいませんねえ。おじいさん、歯医者先生、来てくれたわよ」

「どうですか、お父さまの調子。入れ歯、使ってますか？」

「それがね〜」

と喋ってため息。

「私はおじいさんが悪いと思うんだけどね〜」

となかなかテンションが上がらない。しかも善二さんばりのかなりスローテンポな話しぶり。

「別に入れてて痛いとも言わないし、外れもしないんだけど、うまく噛めないって言うのよ」

フムフムと聞きながら善二さんの部屋に入ると、布団に横たわった善二さんの枕元に上下の入れ歯が置いてあった。このようなことも想定範囲内ではあったが、さす

がに気分のいいものではない。ちょっとだけへこんだ。しかし、それは表に出さずに明るい声で、

「こんにちは、吉川さん。入れ歯の調子はどうでしたか？」

とたずねると、

「何だかな〜。うまく噛めねえんだよ」

「ああ、そうですか。それは残念でしたね。でも、心配しないでくださいね、まだ慣らし運転ですから」

と言い、洗面所で手を洗い、上下の義歯も洗った。部屋に戻ると、善二さんは布団の上で上半身を起こして待っていた。上の入れ歯を差し出すと、右手でゆっくり口の中に入れた。それから下の歯を差し出した。

上下の噛み合わせの状態は、さほど悪くはなかった。咬合紙を使ってチェックすると、やはりわずかに左が強く感じられる。咬合紙でマーキングされたところをマイクロモーターで削り、もう一度チェックをすると、なかなかいいバランスになった。さて、問題はこれからだ。

その時、麦茶を持ってきたミネさんが様子をうかがうように、

「やっぱり新しくしなきゃダメでしょう」

僕はその声には返事をせず、デイパックから、試食用に用意しているサラダせんべいを取り出した。それを善二さんに手渡し、

「このおせんべいを食べていただいてもいいですか」とお願いをした。

右手がゆっくり口のほうに向かい、直径五センチほどのおせんべいを半分ほど噛んで割り、もう半分は手に残ったまま、ポリッ、ポリッと噛み始めた。ただ、この動きはとてもしゃべらない。三十秒くらい待っていたが、四、五回ほどしか噛んでいない。そこで、

「このままでいいですから、口を開けてみてください」

とお願いとすると、予想通りの状況。口の中でバラバラになったおせんべいが、四方八方に散らばっている感じ。これを飲み込むのに、あとどれくらいの時間がかかるだろうか。

僕はミネさんに水の入ったコップと洗面器をお願いした。用意ができると、そのままうがいと三回ほどしてもらった。コップに水が少し残っていたので、

「今度は水をひと口飲んでみてください」とお願いした。

すると、水をいったん口のため、ひと呼吸おいてから「ゴクリ」。コップを受け取り、様子を見ていたが、特にむせるような様子もない。なるほどなるほど。

「実は、口から食べるっていうのは歯だけよくてもダメなんです。ほっぺたやペロがしっかり動かないと噛めないんです」

と、善二さんとミネさんを交互に見ながら話した。

「これまで半年以上も入れ歯がない状態で過ごされているし、しっかり噛む動作もされていなかったのです、少し練習がいるんです。でも、飲み込みの状態は決して悪くないので、しっかり訓練をしていただければ、もっとしっかり食べられるようになりますよ。逆に新しい入れ歯を作っても、噛めない状況は変わりませんから」

とミネさんの新しい入れ歯への期待を軽くけん制してみた。しかし、善二さんの表情は、まったく浮かない感じ。不安の空気が漂っている。一方、ミネさんは、

「おじいさん、練習しなきゃいけないのよ。練習すれば食べられるようになるって」と少しテンションが回復した。

当然であるが、ミネさんから、

「ところで、どんなことするんですか？」

「ちょっと待っててくださいね。お父さまはスルメとか嫌いですか？」

すると、善二さんも少しびっくりした表情。ミネさんも何の話？ という顔をしていたが、一瞬間をおいて、

「おじいさん、スルメ嫌いじゃないわよね。ねえ、おじいさん」  
「ああ」

その返事を待って、僕はデイパックから百円ショップで購入したおつまみ用のスルメを取り出した。ふっと顔を上げると、ご夫婦で同じ顔をされていた。「本当にスルメなんだあ」と言わんばかり。僕は封を開けて一本つまみ出し、

「お父さま、このスルメを奥歯で噛む練習をします。噛むときはグッ、グッ、と強く噛んでくださいね」

と言って善二さんに手渡した。スルメを右手で受け取った善二さんは、端のほうを持ち、ゆっくりと口にくわえた。それを左側の奥歯へ入れ、ギュッ、ギュッ、と力を入れた。手を離して下に下ろすとミネさんが、

「おじいさん、紋次郎みたいよ、木枯し紋次郎」

と冷やかした。すると、それまでずっと無表情だった善二さんがニヒルにやり。何かその格好がこっけいに見えて、僕もミネさんも大爆笑。ミネさんから、「おいしい？」と聞かれると、これまでになく聞きやすい声で、

「ああ、うまいよ」

久しぶりに和んだ雰囲気、僕もすっかりリラックスしてきた。

「スルメをベロで、左から右、右から左、という具合に動かしてもらっていいですか？」

とお願いですると、予想よりも器用に左奥歯で噛んでいたスルメを右の奥歯に移動させ、右で噛み始めた。しかし、右だと少し噛みにくそうに見えた。まあ、これも訓練。今後に期待しよう。

「このスルメの袋は置いていきますから、使ってくださいね」

ミネさんからは、

「一日何回すればいいの？」

「最低一回はやっていただきたいんですが、頑張りすぎて飽きないようにもしてくだ

\* 木枯し紋次郎 他人との関わりを極力避け、己の腕一本で生きようとする渡世人・紋次郎のニヒルな活躍ぶりを描いた笹沢左保の同名小説を原作とし、大人気となったテレビ時代劇『木枯し紋次郎』（一九七二年）の主人公。ぼろぼろの大きな三度笠、薄汚れた道中合羽を身にまとい、長い楊枝を口にくわえるのが彼のスタイルである。

さいね」

という言葉が善二さんにも聞こえたのだろうか。なおもスルメと格蘭中だった。ミネさんからは麦茶を勧められ、ひと口「ゴクリ」。

「お母さま、訓練って意外とすぐには結果が出ないんですよ。だからあせらず長く続けられるもののほうがいいですね。スルメじゃなくても、昆布とか使ったりして味にバリエーションがあったほうがいいですね。でも、安い昆布だとパリッと割れてしまうので、高級品がいいですよ！」

と言うと、

「じゃあ、うちは昆布禁止ね」

と言って二人で大笑い。ミネさんが、スルメとたわむれている善二さんを見ながらしみじみと、

「おじいさんが動いている姿、久しぶりに見たわ」

などと言うものだから、おかしくてたまらなくなった。

挨拶をして外に出ると、すっかり涼しくなっていた。すがすがしい気分ですぐに自転車にまたがり、鼻歌まじりに診療室へと向かった。

8  
月  
1  
日

今年の夏は、猛暑という言葉は当てはまらないようだ。確かに夏らしい暑さもあるが、適度に雨が降ってくれるので夏バテにはなりそうにない。しかし、結構雨に降られてびしょ濡れの日も多い。今日も夏らしくないどんよりの空気に、いまひとつ気分が盛り上がらない。やっぱり夏は暑くないと。

今日は午前中から訪問診療に出る日である。最初は診療室から自転車で五分ほどの大久保という地域に住んでいる田中ちよさん。高齢ではあるが、とても元気いつもの笑顔だ。田中さんは息子さんと二人暮らし。内科に関わるような病気はないのだが、腰骨を痛めており、一日中布団に横になっている。以前、僕が下の部分入れ歯を作り、それ以来調子よく使っていたのだが、「最近少し痛みが出てきて、ゆるくなったようだ」とホームヘルパーの方から電話があって今日訪問することになった。

十時半からの予約だったので、診療室を十時二十五分に出発した。一度訪問したところは忘れないという自負はあったが、大久保は細い路地が多く、住宅、オフィス、店舗が密集したようになっていたため、少し分かりにくい。路地を一つ曲がり損ねた

せいで、角を曲がって曲がって進むと同じ道に出てしまった。不覚にも田中さんのお宅に十分遅れで到着。

インターフォンを鳴らすと田中さんの元気な声。いつもの部屋に入ると、布団が真ん中に敷いてあり、田中さんが寝ていた。

「こんにちは、五島です。ご無沙汰しています。どうでしたか？ 調子は」

「先生、お久しぶり。こちらこそご無沙汰してしまって。調子よかったんだけどね」

と言って、さっそく下の入れ歯を外し始めた。僕はそれを受け取ると洗面所に行き、手を洗ったあと入れ歯も洗った。部屋に戻ると、布団の脇に正座した。田中さんに下の入れ歯を入れてもらった。

「田中さん、どうですか。下の入れ歯」

「いや、いいのよ。でも、噛んだとき少し左の奥が痛いよ。なんか少しがたつく感じもするし」

「それはいつごろからですか？」

「最近よ、本当に最近。それまで何ともなかったんだから」

「痛みが始めたのと、がたつき始めたのはどちらが先でしたか？」

「そうねえ、同じくらいかしら。きつとあごの骨がやせたのよ」

「よくそう言われるんですけど、入れ歯が合わなくなる原因の多くは噛み合わせなんですよ。入れ歯ってバランスで成り立っているんで、少しバランスが崩れてしまうと、田中さんのように痛みが出たり、がたついたりするんですよ。それが引き金になってあごがやせる人も多いんですよ」

「へえ、そういうものなの」

僕はさっそく赤い咬合紙をバッグから取り出した。田中さんにまっすぐ上を向いて寝るよう体勢を整えてもらい、咬合紙を口の中に入れ、奥歯で噛んでもらうようにした。最初は左、次は右。それぞれ約十回ずつ。この咬合紙で分かるのは、上下の歯の接触部位でしかない。ただ、噛んでもらっている最中、田中さんの上の入れ歯を、自分の右手の親指と人差し指で側面から押さえるようにしていると、力が左右どちらに強く加わっているのかが分かる。予想通り、少しだけ左の噛み合わせが強いようだった。

そこで、バッグから調整用のマイクロモーターを取り出した。田中さんには下の入れ歯を出してもらうと、奥歯に咬合紙の赤い色が数カ所付着していた。その中で一番力が加わっている奥から二番目の歯の、赤く着色した部分を「キューン」と削る。わずか三秒。田中さんが不安そうに、

「先生、歯のほうを削るの？ 痛いのは歯ぐきと当たるところなんだけど」

僕は田中さんのほうを向き、少し芝居がかったようにニヤッ。それから田中さんの口に下の入れ歯を戻し、咬合紙を入れてもう一度「カチカチ」。この時も右手を上の入歯に添えていた。先ほどよりバランスは良いがもうひと息。再び取り出して、高いところを削ってもう一度口の中へ。

「田中さん、嚙んでみてください。どうですか？」

「先生、痛くないわ。よかったわ。あれ？ あんまりがたつかなくなりましたね。よかったです、よかったです」

「これで終わりですよ」

「へえ、すごい技術ね。入れ歯の赤いほうを削るのかと思ったわよ」

「何事も原因をとることでですよ。原因が分かればね！」

「入れ歯の技術も昔に比べれば、すごく発展したんでしょうね」

「うーん、……。実は変わってないんですよ、昔から。明治くらいからまったく変わってないんじゃないですかねえ。材料や作り方は少し変わっているかもしれませんが、調整すること自体は入れ歯の構造が変わってないので、まったく変わってないんですよ。まあ、最近の先生は入れ歯をあんまりやらないので、かえって技術は下がっ

てるかもしれませんね。だって最近歯をあんまり抜かないし」

「そうそう、昔の先生はやたらと歯を抜いたわ。あれで入れ歯下手だったら困るもんね！」

「ごもっとも！」

午後の二件目が吉川さんである。例年だと、もっともきつい時期の、もっともきつい時間帯なのだが、今日に関して言えば、体力的に余裕を持って吉川家へ到着した。

ちなみに、四十度を超える気温の中で訪問したときは、診療室に戻ってから一部記憶が定かでなかったということもあった。

今日の善二さんへの作戦としては、嚙む機能のチェックと今後どのような食事にしていくかを相談しようと考えた。今日も試食用のせんべいがディパックの中にあるのを確認して二階に上がった。呼び鈴を鳴らすと、いつものミネさんのお返事。ドアが開くと同時に、

「本当にいつもすいませんねえ、暑い中」

「いえいえ、今年は結構過ごしやすいですよ。ところでお父さまの調子、どうですか？」

「それがねえ、先生に悪くって」

と少し不安顔。あきらめ顔とは違うのだが、どんどん良くなっているふうでもない。しかし、これは実によくあることなのだ。僕たちが考える回復のスピードとご家族の期待にはどうしてもギャップができてしまう。しょうがないなあと思いつながら、善二さんの部屋に向かった。

「こんにちは、五島です」

と言って、ふすまを開けた瞬間、声には出なかったが「おっ」と思った。善二さんが上半身を起こし、不完全なあぐらをしてこちらを見ていたのだ。そして、

「ああ」

とひと言。これまでは、とにかく自分で動こうとしなかった善二さんであるが、起き上がった表情には生気を感じる。少し興奮気味に、

「お父さま、顔色が良くなりましたねえ」

と言うと、

「そう」

とまたひと言。ちょっとうれしくなった。その時後ろから、麦茶を持ったミネさんが現れ、

「おじいさん、入れ歯が痛いって言うんですよ。この間までそんなこと言わなかった

のに、最近。まったくわがままなんだから」

これもうれしい言葉だった。もちろん理由もよく分かるし。そこで、

「入れ歯のほうの調子はどうですか？ 入れて噛む練習とかしていますか？」

と善二さんのほうに向かったはずねると、ミネさんのほうが、

「おじいさん、毎日スルメ噛んでるわよ。本当に飽きないのかしら。それからお粥<sup>かゆ</sup>とかも食べるようになったのよね、おじいさん」

「ああ」

まったく夫婦というのはよくできていると感心してしまう。

そこで、試食用のせんべいを取り出し、

「これをまた食べていただいいていいですか？」

と手渡した。すると以前よりスピーディーに口のほうに持っていき、半分ほどかじって口に入れ、ポリッ、ポリッと噛み始めた。僕は心の中で「ヨシッ」と叫んでいたが顔には出さず……、のつもりであったが、少しほくそ笑んでしまった。確実に噛むスピードがアップしているし、安定感も増している。その時善二さんが、

「この左下のところが痛<sup>いた</sup>えんだよ」

と言うやいなや、ミネさんが、



「いいからちゃんと噛んで」

と合いの手のようなひと言。笑いをこらえるのに苦労する。

実はこの痛み、決して悪いことではないのだ。今までは置いてあっただけの入れ歯が機能し始めると、歯ぐきには大きな力が加わる。それによって生じる痛みなのだ。逆に言うとう、使っていない飾りの入れ歯では痛みが出ない。

そこで、もう一度噛み合わせのチェック。すると以前から強く当たっていたところがまた当たってきている。このへんは麻痺の関係から来ているのか、噛み癖かむせきの関係から来ているのか、判断の難しいところではあるが、まずはそこを削って全体が平均に当たるよう調整してみた。

それから、実際に善二さんが痛いと言っていた歯ぐきを見ると、傷にはなっていないものの赤くなっていたので、入れ歯の当たる部分も薄く削っておいた。この入れ歯を装着してみると、

「おお、いいみたいだあ」

少しずつ口数が増えていることにワクワクするような興奮を覚える。心の中では

「すげえ、すげえ」。

僕はミネさんに、

「お父さまは訓練の成果がすごく出てきてますよ。まずはこのペースでいきましょう。あと、普段食べるものも、何かお好きなものでゆっくり噛む練習をしてみてください。でも無理はしすぎないくださいね」

「そうなんですか？」

「お父さまは何がお好きなんですか？」

と二人の顔を交互に見ながらたずねると、善二さんが、

「スパゲッティ」

それをフォローするように、

「そうそう、今風の Pasta とか ああいうんじゃなくて、ケチャップ味の安いのあるでしょう。ああいうのが好きなのよ。あとは、お刺身ね。おじいさん、千葉の生まれで、昔からお魚ばっかり食べてたでしょう。だから骨だけは丈夫なのよ」

ミネさんの早口のおしゃべりも復活だ。

「お父さまは千葉ですか？ 千葉のどのへんですか？」

「千倉」

「へえ、千倉ですか。あの南のほうにある。アワビとか採れるんですよ」

と話をしながら、それ以上の千葉の話はやめておいた。善二さんが「アワビが食べ

たい」などと言い出すと僕もちょっと自信がないので……。

「じゃあ、次のお約束をしましょう」

と、無理やり会話をさえぎり吉川家を後にした。アパートの下の自転車止めであるところに戻ると、自然にガッツポーズが出た。さあ、今日はあと二件。

8月15日

世間的にはお盆休み。うちも診療室は休みにして、訪問だけ三件。休日は街の空気が穏やかで訪問日和なのだ。しかも朝からすっきりとした青空が広がっている。ベッドから起き出して背伸びをしたのは十時過ぎだった。一件目の吉川さんのアポイント  
は午後一時、お昼でも食べてのんびりいこう。

自宅近くの駅前に普段もよく利用している「スタンドそば」のチェーン店があり、今日はそこでお昼をとることにした。かき揚げそばの食券を購入し、窓口に出すと何十秒も待たずに出来上がり。器を持って近くのカウンターに座った。すると斜め前の席に、もりそばにかぶりつく背広姿の中年男性。勢いよく食べているその姿に見入って

しまった。

箸で唇に押し込まれると、そばは「ズズズ」と口の中に吸い込まれる。頬は激しく動き、あごの筋肉の躍動感、のどごしを楽しむかのように上下する「のどぼとけ」。食べるってすごいことだなあ。何秒かその姿に見とれていたら、男性と目が合ってしまった。僕はそっと視線をそらせ、かき揚げそばをぱくついた。

いつものように吉川さんのアパートの下に自転車を止め、汗をふきながら今日の作戦を考えた。そろそろティッシュコンディショナーの交換期でもあるので、入れ歯の調整が一番。でも、何を食べておられるかなあ？ 少しチャレンジしてくれているといいけど。そんなことを考えながら二階に上がった。呼び鈴を鳴らすと、いつものミネさんの声。

「こんにちは、五島です」

「はーい、まあまあ、お休みの中大変でしたね」

中に通され、善二さんの部屋の手前の食堂に入ろうとしたとき、ぐっと足が止まった。食堂の椅子に腰掛け、右手を軽く上げ、

「おう」

と言う善二さん。僕も思わず大声で、

「おお〜！」

布団で横たわっているときのむさくるしさが消え、とにかくさっぱりした表情が輝いて見える。ひいき目に見て、少し肉付きも良くなったように見える。

「お父さま、元氣そうですね。すごいじゃないですか、椅子に座っているなんて」とミネさんのほうが、

「最近ね、ここでご飯食べるようにしてるのよね」

と善二さんのほうを見やる。そして、

「先生にね、食べてるところを見てほしいんだって、ねえ、おじいさん」

もちろん大歓迎。すると食卓に結構大きな塊かたまりの野菜の煮物が入った小鉢こぼちが登場。ミネさんがつま楊枝ようじでニンジンを取り、善二さんに手渡す。それを善二さんはポイッと口の中に放り込む。

見ていた僕が、一瞬「大丈夫か！」と心配してしまうほどスピーディーだったが、特に問題なくモグモグされている。「ほ〜っ、なかなかやるなあ」と思っていると、右側の唇から、よだれとともに、食べているものが漏れている。するとミネさんが、「先生、こうなっちゃうのよ。なんだかすごく気になっちゃって。それでいつもよだれかけをかけてるの」

「なるほど、それは気になりますね。おそらく麻痺が唇にあるんでしょうね。お父さま、どうですか？」

とたずねたが、本人としてもよく分からないような表情をしている。そこで、ミネさんに向かって、

「麻痺自体は治らないかもしれませんが……。お父さまが食事をするとき、漏れてくるほうの唇をギュッと指でつまんでみてください。ひどく力を入れる必要はありませんが、感覚的に唇を閉じている状態がつかめると、漏れが少なくなると思うんですけど……」

教科書的にはこのようなことは書いてあるのだけど、僕自身がうまくいったという実感を持っていないために強く言えない。その自信のなさそうな空気が読まれたのか、ミネさんはさばさばと、

「まあ、一応やってみます。まあ、よだれかけを洗うだけなんですけど」

善二さんに上下の入れ歯を外してもらい、台所で自分の手を洗うのと同時に入れ歯も洗った。しかし、意外に汚れていないのでびっくりした。

ものを食べたとき、つばの出方が悪かったり、口の動きが悪いと、食べかすが多く残る。善二さんは今食べたばかりなのに、食べかすがほとんどついていないというこ

とは、食べる機能がかなり向上したことの証拠でもある。

「お父さま、最近はどうなものの食べてるんですか？」

とたずねると、

「普通に」

すかさずミネさんが、

「最近結構食べてるのよ。でも、いろんなもの柔らかくして。ご飯もちょっと柔らかめに炊くのよ。これがちょうどいいの、私も入れ歯の調子が悪くて」

と大笑い。

「私たち、もう年だからだめだわ」

と言いながらも明るい笑顔。僕も思わず笑顔になる。

「食べる量はどうですか、お父さまの」

「なんかねえ、あんまり多いわけじゃないんだけど、前に比べたらねえ。あんまり動くわけじゃないんで、いいんじゃないかと思うわよ」

とのこと。ティッシュコンディショナーの交換だけさせてもらい、本日は終了した。「とにかく無理のない程度で、よく噛んで食べてみてください。噛んで食べることで体がリハビリですから」

と二人の顔を見ながら話すとミネさんが、

「スパゲッティもいいですか？」

「チャレンジしてみてください。ほおぼりすぎなければ大丈夫だと思いますよ」

すると善二さんが、

「スルメはいつまで？」

ドキッ。正直、忘れていた。まだ続けていたのか。一応平静を保ったままの口調で、「もういいですね、これだけ食べておられれば」

今度はミネさんの逆襲、

「いいのよ、もっとやりなさいよ。だっていっぱい買っちゃったんだもん」

善二さん、ノックアウト。

\*

その後、一カ月間隔の訪問を三回ほど行い、入れ歯の調整をしながら、食事状態の観察を行った。善二さんは訪問のたびに体重が増え、口数も多くなった。十分に安定したと思えたので、調子が悪ければいつでも連絡してほしいと伝え、訪問を終了した。

地域の連絡会議などで天川君と会うと、吉川夫妻の話題になり、元気な様子がすぐうれしかった。

それから一年ほどした秋のある日、一通の手紙が診療室に届いた。達筆な文字で書かれていた。差出人は吉川ミネ。

「ご無沙汰しております。昨年は夫、善二が大変お世話になりました。体調も良く、元気に暮らしておりますが、今年七月に再び倒れ、大学病院に入院しております。その後容態が思わしくなく、八月十五日に他界しました。」

九十年以上も生きてきた夫に対し、娘たちは大往生と言いますが、私は寂しくてたまりません。今でも体に力が入らず、ようやく筆をとった次第です。

入れ歯を先生に直していただいて以降、実は二人でどんなものが嚙めるのかいろいろ試しております。作ったおかずはすべて口に入れて、食べられるものは食べ、嚙めないものは吐き出しておりました。ほかの先生でしたら怒られてしまうかもしれないけれど、五島先生はきつと許してくださるだろうと思っておりました。千葉の親戚から送られてきたアワビもおぼりました。結局嚙めずに出していましたが、懐かしい味と申しております。本当に楽しい日々でした。

入院後はほとんど口もきかず、ずっと目を閉じたままではございましたが、亡くな

る一週間ほど前に「入れ歯」とつぶやいたように聞こえましたので、先生に直していただきました入れ歯を入れておりました。これでまた何かを食べられるのでは、と期待しましたが、かなわぬ夢となりました。しかし、おかげさまで、死に顔を見た親戚たちが、生きているようだと言ってくれました。本当にうれしく感じました。

先生のお仕事は素晴らしいお仕事だと思います。お体にはくれぐれもご留意ください。また、落ちつきましたら私の入れ歯も直してくださいませ」

ドアを閉めた院長室で一人涙をぬぐった。

皆さんは、歯医者が家庭を訪問して何をしてくれると思いますか？ 虫歯の治療？ 歯槽膿漏の処置？ それとも歯を抜くこと？

訪問歯科診療を始める前の僕も、そんなレベルでした。歯科医院に通院できないという物理的条件を補うための手段として訪問するものだと思っていました。

しかし、初めて経験した在宅の現場は、まさに「知らない世界」。口から食べることもない、しゃべることもない、鼻からチューブを入れられ、ときどき目を開けて天井を見ている高齢者。

それまで自分を医療者の端くれだと思っていました。何もできない自分にくぐぜんとし、生きることの意味すら見失うことがありました。

あれから十年、毎日が自分への問いかけでした。「僕は何をすればいいのか」「歯医者に何ができるのか」「医療とは何か」「生きることとは、死ぬこととは」……。その積み重ねとして今の僕があります。

現在、僕は訪問歯科診療の目的を次のように考えています。

「食べるという行為は、生物的な栄養供給だけではなく、文化的、人間的な営みである。この極めて単純かつ重要な行為が、医療の発展とともに軽視される傾向がある。このような時代だからこそ、食べることの重要性を社会に訴え、食べる喜びを失った方をサポートし、その方の生きることをもサポートすること」。

この小説を書く動機になったのは、単に訪問歯科診療の風景を知ってもらいたいという気持ちだけではありません。

現在、介護を受けている方、介護している方を含め多くの人に、食べることをあきらめないでほしかったのです。技術や手技だけであれば、ハウツー本やガイドブックでもいいかもしれません。しかし、そのようなものでは、僕の情熱を伝えることはできないし、皆さんにも伝わらないでしょう。

介護に携わっている方にとって、当事者が口から食べるということは、喜びの一つだと思います。しかし、医療者からむげに「もう口から食べられません」と宣告されると絶望し、あきらめの中でチューブ栄養を選択させられます。

僕は、どんな状態であっても必ず次の一歩はあると信じているし、実際「奇跡が起きた」と言われる方もおられます。

もっと人間の生きる力を信じてみましょう。そして、直接的にはないしろ、僕

は皆さんを必ず応援します。日本に一人はあなたを応援する人間がいることを信じてください。

また、多くの専門家たちに、この問題に取り組んでもらいたいと考えています。僕は自身は特別な技術を持つ歯科医師でもないし、並外れた知識を持つ人間でもありません。ただ、現場で多くの人と接し、いろんな経験を人並み以上にしてみました。

そうした経験は、マニュアルには決してできないもので、なかなか人に伝えることもできないものです。だからこそ、多くの専門家にこの問題に現場で取り組んでもらいたいのです。

その現場は、必ずこう教えてくれるはずですよ。「医療は技術と知識だけでは何もできない。そこに情熱がなければ人は動かない」と。奇跡は起こるものではなく、起こすもの。現場に情熱を注げば、必ず何か動くことを信じて、今日から始めましょう。

訪問歯科診療を始めて約十年。この間「週休ゼロ日」が続いています。

訪問歯科診療を始めるときも、つらかったときも、成長しているときも、そして今も、傍らにいつも妻の登世子がいます。同じ訪問歯科医として、夫婦として歩んできたこの十年は、二人で築き上げた一つの勲章でもあります。この本の完成の喜びを、二人で分かち合おうと思います。

また、僕が小さいころから診療バッグ片手に正月から往診に出ていた父、仲幸は、僕の人生の師です。並外れた体力と“そこそこ”の知性を僕に与えてくれた両親に感謝します。

さらに、このようなすばらしい機会を与えてくれたのは、数年前からこの本を企画してくれ、執筆中には叱咤激励し、今回の出版を取り仕切ってくれた一橋出版の柴村登治さんです。心から御礼申し上げます。

これからの目標は、とにかく前を向いてやり続けること、社会の一員として、地域の一員として、そして一人の人間として、正しいと思うことをやり続けることだけです。

\*

この物語はフィクションであるが、訪問歯科診療という事実である。

「こんにちは、訪問歯科の五島です」

「まあ、いらっしやい。入れ歯が痛くて噛めないのよ……」

そんな会話とともにこの物語は続いている。

今も、そして未来も。

本書は二〇〇七年三月に一橋出版から  
刊行されたものを底本にしています。



## 変わったこと 変わらないこと

本書は七年ぶりの復刊である。今でも毎月のべ約一〇〇人の訪問診療を行っている。年間約一二〇〇人。ということは、『愛は自転車に乗って』を執筆していた時から約八五〇〇人の診療経験をしてきたことになる。実はこの七年で僕はさらに二つの階段を上っている。

初めて訪問診療に触れたのは一九九七年。世はまさに高齢化時代の幕開け。そんな中で飛び込んだ在宅医療の世界。とにかく「来院できなくなった高齢者への歯科治療」をすることが目的だった。当時の高齢者の多くが歯のない方だったので、僕にとっての訪問歯科診療とは「患者さんのお宅で入れ歯を調整すること」であり、それ以上でもそれ以下でもなかった。

最初の転機は、入れ歯が治ったのに食べられない人の出現。いわゆる摂食嚥下障害（口から食べられない）との遭遇だった。今では大学のカリキュラムとして摂食嚥下障害について学ぶが、僕は卒業までにそのような言葉すら聞いたことなかった（一九九一年卒業）。それもそのはず。摂食嚥下障害へのアプローチが日本で始まったのは僕たちが

訪問診療を始めた直前だったのだから。

とにかく訪問の現場に摂食嚥下障害患者は多く、毎日がその対応だった。そのうち、いくつかのアイディアも生まれ、スルメや棒付きキャンディーなどの登場となる。それによって成果が出ることも多くなってきた。まさに、この本の初版を出したのがそのような時だった。

しかし、次なる課題が立ち上がった。現場の家族に「先生が来てくれて食べさせてもらえるのがうれしいの」と言われた。つまり、僕がいない時、この人の生活は何も変わっていないかったのだ。二週間に一度来る足長おじさんでは生活は変わらない。やはり歯科医師、歯科衛生士にできることには限界がある。地域で活躍する多くの医療、介護職と協力しなければ生活ができないんだ、と。中でも大きかったのは管理栄養士との出会い。現場で「口から食べる」を実現するためには必須の職業でありながら、地域で活動する管理栄養士は少ない。それでも、一緒に仕事ができる仲間ができたことにより、「食べる機能が向上する」から真に「食べられるようになる」へと目標が変わった。

多職種が関われば確かに結果が出る。食べられるようになった人も少なからず出てきた。正直それは満足だった。しかし、いったい何人中何人の人に対して結果を出した

のだろうか。僕たちが活動する新宿区の人口は約三三万人。高齢者は約六万人。高齢者が摂食嚥下障害になる確率は約一六％と言われている。そうであるならば、摂食嚥下障害のある高齢者は、この新宿区に約一万人。月に数人にアプローチして結果を出したとしても、それは宝くじに当たった人だけに対応しているレベルに過ぎない。だとすれば、地域で「口から食べること」を推進していかなくてはならない。専門職だけの活動では自己満足に過ぎない。まさに「食べられる街づくり」こそわれわれの目標である。この目標達成のために結成した「新宿食支援研究会」は各職種の精鋭が集まっている。僕が考えたモットーは「最期まで口から食べられる街、新宿」である。これからの新宿を変えていけるだけの能力ある集団である。

たしかに僕はあれから二つの階段を駆け上がった。他職種との協働、そして食べられる街づくりの段階へ。現場で走り回り、汗をかいて探し求めた今の道は正しい道であると信じている。しかし、大切なことは何も変わっていない。それは「口から食べる」ことの意義である。口から食べるということは人間の尊厳であり、権利であり、生きる意欲でもある。個人的には、栄養経路としての胃ろうに関しては否定しないが、最期の最期まで口から食べることがあきらめない姿勢に対しては昔も今も一ミリのブレもない。だからこそある多職種連携であり、だからこそある街づくりである。

そろそろ僕がこの世に誕生して半世紀。活躍できる期間には限りがある。課題は最終章に移ってきた。僕の目標は、「最期まで口から食べられる国、日本」を作ることである。それ以上の目標はない。

二〇一四年一〇月吉日

五島朋幸

この作品は、著者である五島朋幸氏が、  
実際の訪問歯科診療の体験に基づいて  
書き下ろしたフィクションです。

ドクターごとうの訪問歯科シリーズ①

## 愛は自転車に乗って

歯医者とスルメと情熱と [新装版]

2014年12月25日 第1刷発行

著者 五島朋幸  
発行者 大隅直人  
発行所 大隅書店  
〒520-0242  
滋賀県大津市本堅田5-16-12 コマザワビル 505号  
電話 077-574-7152  
振替 00930-9-272563  
<http://ohsumishoten.com/>  
装画者 村上千彩  
装幀者 北尾 崇 (HON DESIGN)  
校正者 上念 薫  
印刷所 共同印刷工業  
製本所 藤沢製本  
協力 小菅リゲル

### 五島朋幸 (ごとう・ともゆき)

歯科医師、ふれあい歯科ごとう（東京都新宿区）代表。新宿食支援研究会代表。一九六五年広島県生まれ。日本歯科大学卒業。博士（歯学）。一九九七年より訪問歯科診療に積極的に取り組み、二〇〇三年ふれあい歯科ごとうを開設。地域ケアを自身のテーマとし、〈ふれあい歯科ごとう〉を拠点にさまざまな試みを行い、理想のケアのかたちを追求している。二〇〇三年よりラジオ番組「ドクターごとうの熱血訪問クリニック」パーソナリティーも務めている。日本歯科大学生命歯学部臨床准教授、東京医科歯科大学、慶応大学非常勤講師など役職多数。著書に、『口腔ケア〇と×』（共著）、『食べること生きること——介護予防と口腔ケア』（監修・共著）、『安全においしく食べるためのガイドブック』（共著）などがある。

Copyright © 2014 by Tomoyuki Gotoh  
Printed in Japan  
ISBN 978-4-905328-08-7



---

## Dies ist ein WWF-Dokument und kann nicht ausgedruckt werden!

Das WWF-Format ist ein PDF, das man nicht ausdrucken kann. So einfach können unnötige Ausdrücke von Dokumenten vermieden, die Umwelt entlastet und Bäume gerettet werden. Mit Ihrer Hilfe. Bestimmen Sie selbst, was nicht ausgedruckt werden soll, und speichern Sie es im WWF-Format. [saveaswwf.com](http://saveaswwf.com)

---

## This is a WWF document and cannot be printed!

The WWF format is a PDF that cannot be printed. It's a simple way to avoid unnecessary printing. So here's your chance to save trees and help the environment. Decide for yourself which documents don't need printing – and save them as WWF. [saveaswwf.com](http://saveaswwf.com)

---

## Este documento es un WWF y no se puede imprimir.

Un archivo WWF es un PDF que no se puede imprimir. De esta sencilla manera, se evita la impresión innecesaria de documentos, lo que beneficia al medio ambiente. Salvar árboles está en tus manos. Decide por ti mismo qué documentos no precisan ser impresos y guárdalos en formato WWF. [saveaswwf.com](http://saveaswwf.com)

---

## Ceci est un document WWF qui ne peut pas être imprimé!

Le format WWF est un PDF non imprimable. L'idée est de prévenir très simplement le gâchis de papier afin de préserver l'environnement et de sauver des arbres. Grâce à votre aide. Définissez vous-même ce qui n'a pas besoin d'être imprimé et sauvegardez ces documents au format WWF. [saveaswwf.com](http://saveaswwf.com)

---



SAVE AS WWF, SAVE A TREE