

アルツハイマーの力を借りて 解放される母、を撮る

—— 介護とは、介護をする人が自らの人生を問い直されるとき



映画監督 関口祐加さん

● 聞き手 太田美由紀 (ライター)

認知症の母・宏子さんの日常を、ドキュメンタリー映画『毎日がアルツハイマー』として制作した関口祐加さん。インターネットの動画サイト「ユーチューブ」で、昨年夏の映画公開に先駆けて随時投稿してきた何本もの映像には、現在、のべ40万人以上がアクセスし、話題を集めている。認知症の認識が大きく転換する、関口監督の「視点」について話を聞いた。

ドキュメンタリーとしては 想像以上の反響

—— 昨年の夏に映画『毎日がアルツハイマー』が公開され、現在でも全国で上映会が行われています。とても大きな反響ですね。

関口 たくさんの方に観てほしいとは思っていましたが、今はドキュメンタリー映画も劇場映画もなかなか厳しい状況ですから、本当に驚きました。おかげさまで自主上映の申込みも後を絶たず、上映会と講演のセットで依頼をいただいています。認知症を取り上げた

映画は今までにもあったと思いますが、きつと視点やアプローチが新鮮だったんでしょうね。

一般的に、認知症にはあまりいいイメージがありません。日本では、昔から長老は大切にされてきたはずですが、認知症に関しては「いろいろなことのできなくなると本人も辛い。介護はとにかく大変だ」ということばかりが取り上げられます。今は「アンチエイジング」という言葉がよく使われますし、いくつになっても元気なことが理想的だとされています。

私が長年住んでいたオーストラリアでは、「若くない」ということに対する

PROFILE ●せきぐち・ゆか●

1957年生まれ。日本で大学を卒業後、オーストラリアに渡り在豪29年。2010年1月、母の介護のために帰国し、現在は、横浜で母親と二人暮らし。

オーストラリアで映画監督となり、1989年『戦場の女たち』で監督デビュー。メルボルン国際映画祭でグランプリを受賞した。1992年に『When Mrs. Hegarty Comes to Japan』(日本未公開)、2007年に『THE ダイエット!』を発表(日本公開2009年)。2012年7月に『毎日がアルツハイマー』を公開し、大ヒットロングラン中。

る社会の目は厳しく、老いていくことを素直に受け入れるという考え方はありません。50歳くらいになるとミッドライフ・クライシス(中年の危機)に陥り、うつ病になる人も多い。認知症についても「自分らしく生きられないのなら生きていても仕方がない。尊厳死を選ぶ権利がある」という議論が繰り広げられているくらいです。

今、英語に翻訳されて英語圏の上映の準備も進められています。海外では日本以上に驚かれると思います。

介護する側の 価値観の問題が大きい

—撮影を始めたのはいつ、どのようなきっかけからですか？

関口 2009（平成21）年9月22日、母の79歳の誕生日からです。お祝いの様子が映画のファーストシーンですが、まさにあれがカメラを初めて回した日です。

母は、自分にも他人にも厳しくて、とても口うるさい人でした。家業は米屋でしたから忙しかったと思いますが、家事も仕事も姑との関係も、すべて手を抜かなかつた。私はそんな母に「だらしない」と言われ続けてきました。私がオーストラリアに行ったのも、母から離れたかつたからなのかも

Aしか答えが出せない人は、Aに固執してBやCを考えられない。それが介護の問題の真髄じゃないでしょうか。

記憶は残らなくても 感情は残っている

—映画の中で、認知症やアルツハイマーの東西の大家である二人の医師のインタビューがありました。

関口 順天堂大学大学院の新井平伊先生と、国立長寿医療研究センターの遠藤英俊先生ですね。私は認知症について何も知らないところから母の撮影を始めました。ご縁が重なってお二人に出会えたことに本当に感謝しています。

新井先生は、「認知症は初期が一番大変」とおっしゃっています。これまでできていたことができなくなることに對して恐怖感が生まれ、心も不安定になるからです。最も大切なのは認知

しれません。もちろん、毎年、短期間は帰国していましたが、約30年ぶりに一緒に暮らすことになってあらためて認知症の母を間近に見ると、とてもさばけていて魅力的。「アルツハイマーの力を借りて解放されている」という言葉がぴったりハマりました。ドキュメンタリー監督は、いつも魅力的な被写体を探しています。私は「認知症」について撮りたかつたわけではなく、「認知症になり魅力的になつた母」を撮りたいと思つたんです。

同じ映画でも、見る人によつて全く違う感想を持つように、認知症の介護も人によつて違う受け取り方があると思います。介護はされる側の問題ではなく、する側の価値観の問題が大きいのだと感じるようになりました。

例えば、きちんとした生活をしたと思つている人が介護をしていると、「お風呂に入りたくない」と言われると困るでしょう。「毎日お風呂に入る

べきだ」という価値観が正しいと思ひ、一歩も譲れなくなる人もいます。そこでちよつと視点を変えて「なぜお風呂に入りたくないのかな」と考えると、例えばお風呂のボタン操作が難しくくてできないとか、一人きりになると不安だとか、いろいろな理由が考えられると思ひます。

—撮影を始めたころ、母は「外出したくない」といつて家に引きこもつていました。それを無理矢理連れ出すのではなく、「じゃあ、誰かを家に連れてこよう」という発想ができるかどうかだと思ひます。この考え方は長年の映画制作で鍛えられたことです。映画の現場は思い通りにいかないことだらけなので、「プランAがベストだけど、それは破綻する可能性がある。その場合を考えて常にプランBを持つ」ということを叩き込まれてきました。

認知症の介護の現場ではそういう発想の転換が求められます。自分の中で



◀ 2009年9月22日。母・宏子さんの79歳の誕生日。大好きなモンブランのケーキでお祝ひするシーンから始まる。



▲ハンディカメラで撮影。監督がお風呂から出てカメラを持っていない瞬間に「これは撮りたい！」と思うこともあったとか。 ©シギー吉田

長編映画

『毎日がアルツハイマー』

2010年にアルツハイマー病であると診断された母と過ごす毎日を、2年半にわたり撮影。100時間以上の記録がYouTubeに動画としてアップされた。母の＜喜怒哀楽＞を通して描いた劇場版・長編映画『毎日がアルツハイマー』は、笑って、怒って、泣いて、そしてまた笑う、まるでコメディのような世界。全国各地で劇場公開、自主上映、講演会などさまざまな形で公開され、共感を呼んでいる。家族のあり方、人間の尊厳とは何かを問う関口監督の渾身作。ホームページmaiaru.comにて最新情報公開中。

©2012 NY GALS FILMS



DVDも発売中

『毎日がアルツハイマー』

企画・製作・監督・撮影・編集
／関口祐加
販売元／紀伊國屋書店
3,150円（税込み）

上映申込み、
問い合わせ先

シグロ
TEL 03-5343-3101・FAX 03-5343-3102
e-mail siglo@cine.co.jp

症の人の心の安定で、まずは「何が不安なのか」と考えてみる必要があるのだということ。新井先生によると、家に閉じこもるのも認知症の症状ではなく、自分で選択しているということでした。「外に出ると不安になるから出たくない」と思うのは正常な脳の働きとのこと、なるほどと理解できます。アルツハイマーの軽度から中等度では、脳の機能の5%程度に障害が出るだけで、95%は正常。人格が崩壊するわけではないというお話でした。

目から鱗ですよ。私たちは認知症というレッテルを貼ることで、その向こうに居る関口広子という母の人間性を見るのができなくなってしまう。それは介護士や医師にも多いのではないのでしょうか。この映画でそんな今の常識を覆したいし変えていきたい。認知症の人を人として見ることが人の尊厳であり、大切なことだと思います。ただ、家から出ようと思わない母の意

志を尊重しつつも、一方で、このままでもいいのだろうかという疑問もありました。遠藤先生に、「行きたくないのを無理に連れ出す必要があるのでしょうか」と伺ったら、「本人が知らない幸せがあるかもしれないよ」とおっしゃいました。私にはそれがとても大きなメッセージでした。

私たちは「自分の幸せは本人が一番知っている」と思い込んでいます。母はデイサービスで、「ちいちゃんばばはやりたくない」とよく言っていたので、最初は無理をして行かなくてもいいかなと思っていました。でも、遠藤先生の言葉に考えさせられました。

そこで、「イケメンの介護士さんが、母を誘いに来てくれないかな」とケアマネージャーに相談してみたくて、イケメンな青年だったら母も楽しく外出できるんじゃないかなと(笑)。

デイサービスに行くという同じ行為でも、私が大変だからデイに行つてく

れというと、「やっかい払いだろ」ということが本人に伝わります。「母に楽しい時間を過ごしてほしい」という気持ちでアレンジをすれば、その気持ちも伝わるのではないのでしょうか。ボランティアでイケメン介護福祉士が何度も通ってくれ、ついに連れ出すことができたのです。ちょうど中等期に入って自我意識が少し落ちたことと重なったのもあり、今ではデイサービスだけではなく、この喫茶店(近隣のショッピングセンター)まで私や孫と来て、コーヒを飲んだりできるようなことではなかったけれど、簡単なことではなかったけれど、あきらめないであれこれ試してみてもよかったです。ネバー、ネバー、ギブアップですよ(笑)。

記憶は残らなくても、嫌な感情はしっかり残ります。何かするたびに「こんなこともできなくなったの?」と言われ続けるのと、何度も同じことを話

していても、孫に「おばあちゃん、今でも英語も分かっていますよ」と言われるのでは、本人に残る気持ちも全く違う。いいところを見つけてもらえると、いくつになっても人は伸びるものです。

介護をする人が自分をさらけだせるかどうか

— 視点をええたり、相手の立場に立って考えられるようになるにはどうすればいいのでしょうか。

関口 認知症の介護は、介護する側が



人生どれだけ鍛えられてきたか、人としての器を問われると思います。私は、オーストラリアでマイノリティとして29年生きてきた。そういう弱者の立場を自分が体験したことが大きかったかもしれない。

相手の立場に立つて考えるためにはイメージーションが必要です。年をとると我が強くなって対極が見えなくなりがちですから、どう柔軟性を保つか。認知症になった本人は解放されて本能的になっていくのに、介護する側はかたくなで、自分が犠牲になっていると思うと許せない。特に子の場合、



かつての立派な親の姿を求めて、目の前の親を受け入れられない場合もありますよね。

介護者がイメージーションを鍛えるには、認知症の勉強よりも、感性を磨くことのほうが大切だと思うんです。ルーティーンの日常生活だけを送って、いろいろなことを我慢していると、許容量がどんどん狭くなっていきます。そんなときには、映画を観たり、本を読んで感動したり、音楽を聴いたり、歌を歌ったり……。追い込まれている人がいたら、ぜひそのことを伝えてあげたいですね。



日本でもうひとつ辛い点は、世間から見た自分はどうなのかを非常に気にするということです。そうすると、「ヘルパーさんに来てもらうために掃除するのが大変」というおかしなことも起こる。私はこの映画で、「家が汚いまま撮影していて素晴らしい」と先輩の監督にほめられました。それには逆に驚きました。人からどう見られるかを気にして介護をする、人生を生きるのは、かなり苦しいことです。

映画で、母の足の爪をずっと切つていなくて爪がボロボロになっているシーンもあります。世間から見れば、あれは娘である私が「いい介護」をしていないことになるわけです。私は不器用ですし、いい介護なんてするつもりもありませんから、看護師にお願いするというだけのこと、恥ずかしいとは全く思っていない。要するに、できない自分をさらけ出せるかどうかです。できないことを認めるといのは



関口監督と仲良しの姪っ子、中学生の樹子（ことこ）ちゃん。おばあちゃんの宏子さんとの掛け合いは絶妙。

みんな苦手です。特に日本の文化では、「できないことを努力して克服する」とが美しい」とされていますから。

また、認知症では、それまでの家族関係が今の状況に出るということも問題を複雑にしているのだと思います。認知症になると、今までは自制して言わなかったことでも、解放されて言い

ているので、姪っ子や甥っ子たちも何かと顔を出します。「おばあちゃん

は認知症になってもおばあちゃん」という姿勢で、接し方も変わることはありません。母は母で、老いる、ぼけるとはどういうことを子どもたちに見せてくれているので、子どもたちもある意味鍛えられていると思います。大好きなおばあちゃんのそういう姿に対して子どもたちはビビりませんよ。同じ話をリピートされても平気だし、いろいろと答え方を変えて楽しんでいくらしいです。

先日、ドックセラピーの専門学校に通っている20歳の姪が、課外実習でデイサービスに行ったときに同級生はみんななかなか落ち込んだという話をしてくれました。「何回も同じ話された」とか、「年を取るの嫌だ」とか言うそうです。姪は慣れたもので、「犬と間違えられておじいちゃんに頭をなでられたよ」と笑っていました。とても

誇らしく思いました。

自分を容認できていないと、人を容認することはできません。私は好き勝手に生きてきたから、自由の素晴らしさが分かる。母がこれまでずっと抑えてきたことが、ついにふつきて解放され、自由になった。それが死ぬ前の母にとつてどれだけ大事なことが、よく分かるんです。

一生懸命に介護を頑張ってきた人が、この映画を見て「安堵しました」という感想をくださいます。私の映画には、「そんなに頑張らなくていいよ」というメッセージもありますから。

介護をする人も、自分のやりたいことをやったほうがいい。あきらめなくていい。健全な精神を持って自分を大事にできる人は、介護の相手も大事にすることがきつとできるはず。介護とは、介護をする人が自らの人生を問いただされる時間なのだと思います。「残った人生を楽しく過ごしてほしい」と思

たいことを言うようになったりします。家族の今までの何十年という歴史が凝縮されて出てくるんですよね。家族は苦しいですよ。でも、本人もずっと何かを我慢してきたのかもしれない。そういうところが人間関係の面白いところです。

そんなことも含めて、勇気を出してカミングアウトできるかどうか。「中にはできないので、助けてほしい」と言えば、いろんな人が助けてくれます。介護をする人が、できない自分を認め、できない自分を受け入れられる環境を整えることが必要だと思います。

残った人生を 楽しく過ごしてほしい

映画では関口監督の息子さんの先人くんや姪の樹子ちゃんも、とても自然に会話をしているのが印象的でした。

関口 私の妹の5人家族が2階に住ん

うことができれば、認知症の介護も、幸せな時間になるはずです。母は今、「ストレスフリーよ」とはつきり言います。「デイサービスも楽しい。みんなやさしくしてくれる。友達もいっぱいいる。お金の心配もしなくていいし、こんなに幸せなことはない」と。まあ、お金の心配は私がしてるんですけど（笑）。

『毎日がアルツハイマー』



関口監督のこれまでの人生をはじめ、映画で泣く泣くカットされたエピソード、ツイッターでつぶやいた裏話など盛りだくさん。映画に登場した新井平伊先生と遠藤英俊先生のインタビューも全収録され読み応え充分。認知症の捉え方が大きく変わります。

著者／関口祐加
パドウィメンズオフィス
1,575円（税込み）