

特集 口から食べるへの援助の専門性～実践を深める～

共に食べ、共に生きる —「食べる」ことの意味

六車 由実 民俗研究者・デイサービスすまいるほーむ管理者



PROFILE

六車 由実

1970年静岡県沼津市生まれ。民俗研究者、デイサービスすまいるほーむ管理者・生活相談員。介護福祉士、社会福祉士、博士（文学）。2008年に東北芸術工科大学の准教授を退職し、翌年、静岡県東部地区の特別養護老人ホームの介護職員に転職する。介護民俗学を提唱し、利用者への聞き書きを中心とした活動をしている。2012年10月より現職。著書に『神、人を喰う』（第25回サントリー学芸賞）、『驚きの介護民俗学』（第20回旅の文化奨励賞）。

はじめに一山里の祭りから

もう15年ほど前になるだろうか。大学院で民俗学を専攻していた私は、祭りの調査のために、宮崎県西都市の山間部にある銀鏡神社を訪れた。九州とはいえ、12月中旬の山は凍みるような寒さで、夜通し練り広げられる野外での神楽を、寒さに身を震わせ、そして時折襲ってくる睡魔と闘いながら観ていた記憶が今でも鮮明に残っている。

この祭りで私がひととき目を引かれたのは、神楽が舞われる外神屋そとこうやと呼ばれる舞台にしつらえた神棚に、まだ血の滴る猪の頭がいくつも供えられていたことだった。山深いこの地域では畑作と共に、狩猟が盛んに行われており、豊猟を祈るこの祭りには、毎年、獲れたばかりの数十頭の猪の頭が猟師たちから奉納されるのだ。だから、猪の頭は神への供え物、つまり神饌しんせんなのである。

そして、更に面白いことは、神楽で神をもてなしている間ずっと、この生々しい神饌が神棚に供えられており、空が白む頃に神楽が終わりを迎えると、今度は、祭りの場にいたすべての人々に振る舞われることだ。神棚から下されてきた猪頭の肉は削がれ、米と共に「シシズーシー」という雑炊に炊き込まれる。夜通し神楽を見学して消耗した体には、温かいシシズーシーが深く沁みわたり、減退していたエネルギーが一気に回復していったような感覚を覚えたのだ。

「『口から食べる』への援助の専門性」という特集テーマで依頼された論考の冒頭で、いきなり血なまぐさい祭りの思い出を披露したのには訳がある。そもそも「食べる」というのは、人間にとっていかなる意味があるのか、ということを考えてみたかったのである。もちろん、食物を食べる、ということは第一義的には栄養を体に摂取し生命を維持することであるのは言う

までもない。だが、長い歴史をかけて文化を築いてきた人間にとって「食べる」とは、人が人として生きていくこと、そして人が人と結びつき共に生きていくことに深く関わった文化的な行為として考えることもできるのではないかと思う。

1. 「食べる」とは何か？ — 共食の民俗

食べるという行為の文化的側面が象徴的に表れるのは、祭りの場面である。祭りというと、現代では神輿担ぎや喧嘩囃子など賑やかな場面ばかりが注目されるが、実は祭りの本来の意味は「^な直会」にあったとされている。直会は、その時その地域で最高の食べ物を神に供え、そこに会した人々も共に食べることで、神が食した食物を介して、霊力が人々に付与されるという神人共食の思想に基づく重要な会食の場であったのだ。

銀鏡神社の祭りで、猟師たちが獲れたての猪の頭で神をもてなし、そして直会でその肉を炊いたシズーシーが振る舞われる、というのは、まさにこの神人共食を体現している。そして、先ほどまで生きていた猪の肉を食べるということは、猪の生命力を体に取り入れることであり、それによって、より一層強く、神の霊力を身につけたような感覚を人々の心身に呼び起こしたのではないかと思う。また、神人共食の思想に基づく直会は、より身近な習俗にも見られる。たとえば、正月に鏡餅を供え、鏡開きをして汁物や雑煮などにして食べるのも、正月に訪れた年神が食べた餅を共に食べることによってその霊力を身につけ、一年の健康を祈る神人共食だと言っていいだろう。「食べる」ことは、祭りという象徴的な場面では、まさに神饌を介して神と人とが一体化し、人が生命力を回復させ、幸せに生きていくための力を得る行為だったと言えるだろう。

しかし、直会における共食とは神と人との一

体化ばかりを意味するわけではない。たとえば、「同じ釜の飯を食う」などと言って、同じものを食べるということが親しい間柄を表現するように、祭りという同じ場で、神饌という同じものを食べることによって、その場に会した人々が心を同じくしたり、仲間の団結力を強めたりする意味もある。私も初めて訪れた銀鏡という土地ではあったが、直会の場で食を共にすることで、地元の人たちの祭りにかける思いに少しだけ近づけたように思えたのであった。共食は神と人とを結びつけ、人が生命力を回復させ、幸せに生きるための力を得るとともに、人々との結びつきを強め、共にあることを確認する行為なのである。

2. 介護施設における食事の場の深淵

『「口から食べる」への援助の専門性』ということを考えるとき、私は、この共食という視点からとらえることがとても重要なのではないかと思っている。たとえば、在宅では、介護される高齢者が、家族とは別に自身の居室で食事をとっている光景がよく見られるという。もちろんそこには、家族と高齢者との生活時間のズレや、高齢者が歩行困難であるといった、それぞれの家族の事情や配慮が背景にあるのだろう。しかし、これまで述べてきたように、「食べる」とは十分な栄養を摂取すればよいというわけではない。人が人として生きていくためには、同じものを共に食べるという共食の場と時間こそが重要であり、それによって人は生きる力を得ていくのである。

デイサービスや入居施設等、高齢者介護施設においては、多くの場合、食事は同じ場所で同じ料理が（ソフト食や刻み食など形態には違いはあるが）提供されているだろう。また、月ごと、季節ごとに様々な行事を企画し、そのなかで、日常の食事とは違い趣向を凝らした料理を提供したり、利用者と共に手作りして食べたり、

という工夫をしている施設も少なくない。

こうした施設における食事の場面も、共食という視点から見直せば、その意味合いもより深く理解することができるだろう。日常的な食事では、同じメンバーが共に同じものを食べる、という行為によって、共に生きていく仲間としての意識も強まっていき、それが互いを思いやったり、励まし合ったりすることへとつながるのではないだろうか。特に、行事の時など、いつものメンバーにスタッフやあるいは家族が加わり、一緒においしい料理を作ったり、食べたりすることによって、利用者と家族とスタッフとの結びつきを強め、互いを理解し、受け入れる契機になっていくはずである。

あるいは、民俗行事を取り入れるのもよい。たとえば、正月の鏡餅を単なる飾り物としてではなく、利用者がかつて自宅でしてきたように、実際に鏡開きをして食べてみる。それは、民俗的経験が身についた利用者にとっては神人共食を追体験することであり、新しく迎えた年をまた幸せに生きていけるようにと、生命力を心身に取り込む儀礼として受けとめられていくだろう。

そのようにとらえ直してみることによって、介護施設における食事の場は、どのように食べさせるか、といった食事介助として、すなわち介助者からの一方的な行為としてだけではとらえられない広がりや深みを見せていくことになる。「『口から食べる』への援助」は、人が人として幸せに生き、人と結びつき、互いを受け入れあうことへの援助、であることを理解しながら、それぞれの現場で実践していく必要があるだろう。

3. 思い出の味を共に作り、食べる — すまいるほーむでの試み

さて、そうした思いの下で行っている、私の勤務するデイサービスすまいるほーむでの試み

を、最後に少しだけ紹介しておきたい。

すまいるほーむは、静岡県沼津市にある民家を利用した定員10名の小規模デイサービスである。ここでも、毎月季節にちなんだ行事を行い、行事までの一か月間は、部屋の飾りつけや来客へ披露する踊りの練習などに、利用者とスタッフが経験や才能を活かして取り組んでいる。その行事の一環として最近試みを始めたのが、「思い出の味の再現」である。しばしばデイサービスなどでは地域の郷土料理などを利用者と共に作って食べるという実践をしているところがあるが、特にすまいるほーむで大切にしているのは、一般的な、あるいは普遍的な郷土料理ではなく、「〇〇さんの思い出の味」といったように、利用者個人の経験を聞き書きし、それをみんなで協力して形にしていくことなのである。

たとえば、5月の端午の節句には「ことさんの八丁味噌の豚汁」を作った。杉山ことさん(仮名・97歳)は、愛知県設楽郡の山村で育った女性である。普段は遠慮がちで口数の少ないことさんだが、時折子供の頃の体験や故郷への思いを懐かしそうに語ってくれる。その記憶はとても鮮明であり、豊かな表現力はこちらが映像として思い浮かべることができるほどリアルである。メモを片手に私はしばしばことさんの語りに夢中になっている。

そんなことさんに、端午の節句で作る汁物の相談をしていたところ、子供の頃に八丁味噌を使った豚汁を食べていたと、教えてくれた。静岡に嫁いでからはほとんど作ったことがないというが、とてもおいしかったという。私たちにとっては八丁味噌はなじみの薄い食材ではあるが、私は無性にことさんのいう八丁味噌の豚汁が食べたくなった。そこで、ことさんをお願いして詳しいレシピを聞き書きし、他の利用者さんたちにも、ことさんの八丁味噌の豚汁をみんなで作ることを説明し、快く賛同を得た。

当日、ことさんに指示してもらいながら、利

用者とスタッフとが手分けをして、ゴボウやネギ、えのきだけ、豚肉を包丁で切って準備をし、鍋で煮た。材料に火が通り、いよいよ八丁味噌で味つけをする段になって、ことさんは少し緊張した様子を見せた。どんな味なんだろうと興味津々に見守る他の利用者さんやスタッフのまなざしも気になるようだし、食べ慣れていない味をみんなが受け入れてくれるかどうかも心配しているようだった。ことさんは、他の利用者さん全員に味見をしてもらいながら、慎重に味つけをしていった。最後に味見した101歳、すまいるほーむ最長老のたか子さん（仮名）に「おいしいんじゃないですか」と一言お墨付きをもらって、ことさんも一安心。お椀に分けて、利用者さん、スタッフのみんなでいただき、鍋はすぐに空になった。「おいしかったねえ」という言葉が飛び交い、すまいるほーむは満腹感と満足感と幸福感とで満たされていた。

利用者さん個人の思い出の味を、みんなで協力して再現し、そして共に食べることによって、利用者さん同士の、そして利用者スタッフとの理解も深まり、結びつきも強まっていったように思う。次は、誰の思い出の味を再現するか、みんなで検討中である。

おわりに—『人生最後の食事』から

すまいるほーむでの「思い出の味の再現」では、一つには共食による関係性の深まりを目的としているが、実は、その発想の原点には、『人生最後の食事』というドイツの末期がんホスピスでの試みを紹介した本への感動がある。ホスピス専属のシェフが、いよいよ食べられなくなり、死と向き合っている患者一人ひとりに対して、今食べたい料理は何かを尋ねる。患者は、思い出の味とともに自らの人生について語り出す。シェフは、その患者一人ひとりの人生を深く受けとめながら、人生最後となるかもしれない、思い出の味の再現に格闘し、患者は

たった一口だけしか口にできずとも、思い出の味に至福を得るのであった。

この『人生最後の食事』は、「食べる」ことの意味を問う私たちに対して、深い示唆を与えてくれる。人生最後の食事となるかもしれない、シェフが再現した思い出の味は、決して患者の生命を維持するものにはならないが、しかし、人生の結びを迎えようとする患者の心を幸せで満たすには十分すぎるほどの食事であったはずだ。すなわち、思い出の味とは、患者の人生そのものを象徴するものであり、それについて語り、食べるということによって、患者は死を前にして自らの人生を受け入れることができるのである。

もちろんホスピスとは異なるが、しかし介護施設に集う高齢者もまた、みな自らの死にそう遠くはないものとしてそれぞれが向き合っている。それはどんなに孤独なことだろう。そうした場所で、ある利用者個人の思い出の味を聞き書きして再現するということは、まさに、利用者自身が自らの人生を受け入れていく契機になるだろう。そして付け加えるならば、その思い出の味を、他の利用者スタッフとで協力して再現し、共に食べるということによって、共にここで生きる仲間として、一人ひとり個人の人生を自らのものとして共有していくことにつながるのではないだろうか。「思い出の味の再現」の試みによって、共にここにあるということが互いに確認され、死を前にした孤独な心が少しでも安らぎを得てくれれば、と思う。

《参考文献》

- デルテ・シッパー『人生最後の食事』シンコーミュージック・エンターテイメント、2011年
原田信男『食べるって何?』ちくまプリマー新書、2008年
原田信男『日本の食はどう変わってきたか』角川選書、2013年
六車由実『神、人を喰う』新曜社、2003年
六車由実『驚きの介護民俗学』医学書院、2012年

実践現場のための専門誌

介護福祉士

2013.8
No.

19

特集

口から食べるへの援助の専門性
～実践を深める～