

「良書ご案内」

書籍名	エンド・オブ・ライフ	著者名	佐々 涼子
出版社名	集英社文庫	発行年月	2024年4月

茂美は、今日が最後の日になるかもしれないが、家族と潮干狩りに行く決意をする。血中の酸素飽和度70%（正常値は96%）、目的地までの走行距離は180キロ。これを見逃して静かにしていれば、数日、数時間長生きできるかもしれない。必死の思いで退院して、残された時間の中で、家族との最後の思い出を作ろうとしている。今日が最後の日になるかもしれない。夫婦の覚悟は… そして出かけた。途中酸素飽和度は50%台になる。付き添う訪問看護師は、引き返すことを提案するが、「頑張っていく」と言う。「病院には行かない。海で泳ぐという子供との約束を果たしたい」

寝かされていた茂美は水着に着替え、車椅子で海に入った。「あの子を残して、なんでこんな若さで、死ななければならないのかと思うと……」酸素飽和度が40%を切る。帰りの車の中で看取る可能性がある。帰宅する。彼女は家族との約束をすべて果たした。家族とともに思い出をつくり、帰りたかったわが家に戻ってきた。その日亡くなった。彼女を支えたのは、茂美の母親としての強い愛情と、強い意志だった。

クオリティ・オブ・ライフという言葉をよく聞く。そもそも人生の質とは何だろうか？病院へ入院して延命をはかることもできた。残された時間を知った彼女は、死をかけて子供、家族との潮干狩りを決行し、その日に亡くなった。時間よりも人生の質にこだわった。子供へ残したのは、母、家族との思い出。茂美にとっての人生の質とは、家族との楽しい思い出だった。

佐々はノンフィクションライター、したがって本書の内容は実話です。京都の上賀茂神社のすぐ近くにある渡辺西賀茂診療所の訪問診療を取材したものです。「死」をテーマとして取材活動をしていた佐々は、2024年9月に脳腫瘍で亡くなった。56歳の若さだった。佐々の言葉がある。「気を抜いている場合ではない。貪欲にしたいことをしなければ。迷いながらも、自分の足の向く方向へと一歩踏み出さねば」

岩 城

4月は春の季節の始まり、新しい人生がスタートするタイミングです、老いも若さも50代も様々な意味でよいいどんです。さて、「キャリアアンカー」とは皆様ご存じでしょうか？個人が自身のキャリアを形成したり選択したりする際に最も重要かつ他に譲ることのできない価値観や欲求のことを指します。anchorとは船の「錨」、つまり、仕事における不動のポイント、働く上で大切にする拠り所のことです。米国の組織心理学者の、エドガー・シャイン先生によって提唱されたキャリア理論の概念。

ネット等で検索すれば診断方法が出てくるので各自してみてください、要は下記の8タイプに分けられ、1人一つのタイプという訳でもないようで、これを知ること、仕事や人生に求めているものを明確にでき、納得のいく働き方を選択し易くなる。面白い物差しですよ。

スペシャリスト型 プロフェッショナル	ジェネラルマネージャー型 組織をまとめ、ゴールに向かう	保障安定型 経済的安定・保障を望む	新卒、若手社員等の若年層の方々にこの考え方を即当てはめる事は難しいが、キャリアアンカーが確立し始める30歳代以降には有用でしょう。世の中の動きも少し潮目が変わり日々変化するように感じます、このような時は、ちょっと立ち止まり、それぞれが
起業アントレプレナー型 自分のアイデアで創造	キャリアアンカー 8分類	自律独立型 縛られず、自分で決める	
社会貢献型 社会や人の役に立つ	挑戦型(ピュアチャレンジ) 解決困難な問題に挑戦する	ライフスタイル型 生活と仕事のバランスを保つ	少し考える時間を設けるのもいいのでは？その参考になればと思います。

発行所:ライフデザイン研究所 編集人 伊藤

所在地:〒541-0048 大阪市中央区瓦町3-4-87サピビル2F Tel 06-4708-6844 Fax 06-4708-7067

