

目次

まえがき 2

第1章 脳梗塞 ～母のこと～

父の電話	12
夜校と生活の見直し	15
祈り	18
脳梗塞について	21
リハビリと母の日	24
自宅介護に向けて	27
母の誕生日と最後の正月	30
母の死	33

第2章

余命宣告

〈父のこと〉

涙雨

2年後の桜

わずかな予兆

いきなり余命宣告

がんという病

がんを知る

抗がん剤治療

母の一週忌

最後の九州

故郷

後始末

36

40

44

47

49

52

55

58

61

64

67

第3章 直腸がん宣告 ～家内のこと～

役目の終わり
70

なんかおかしい
74

ごめん
77

慟哭どうく
80

青い空と風
83

暗闇の中
86

病院の変更
89

まさかの事態
92

深夜の緊急手術
95

想定外
98

嵐の中
102

第4章 必死に生きる 〱 家内のこと〱

新たな人生

セカンドオピニオン

生活の見直し

またか……

不安定なお腹

明日をも知れぬ命

神仏に頼る

1年後の風

闘ってきた

それでも生き抜く

第5章 苦難を越えた先 へ新しい人生へへへ

心と体はつながっている	144
生活習慣の改善	147
食事について	150
運動について	154
ストレスの解消	156
正しい情報を得る方法	160
出会いを増やす	163
病院、医師の選択	166
最後は自分が決める	169
いつかは旅立つ	173

あとがき

参考文献

176 180