惜別

生活評論家　吉沢（よしざわ） 久子（ひさこ） さん

入院先の病院で笑顔をみせる吉沢久子さん。ベッドの上でも新聞や本を手にし、日々に楽しみを見つけていた＝今年1月、遺族提供

「十分生きましたので明るく」

亡くなってから間もなく、交友があった人たちの元に自らの名で死を伝える手紙が届いた。

「私は十分生きましたので明るく参ります。住みなれた家は、整理を頼んでおりますので誰もおりません。本当に、あたたかいおつきあいをありがとうございました。心から御礼申し上げます」と結ばれていた。

文面は送り先の住所録と共に10年ほど前、おいの青木恒雄さん(71)と妻の真智子さん(66)に預け、発送を頼んでいた。印刷する紙の質も指定していた。

自分でできることは自分でやる。自立が幼いころからの信条だった。

東京・深川に生まれ、高等小学校卒業後、15歳で就職した。仕事をしながら学び、速記者としても働くようになった。その縁で夫となる文芸評論家・古谷綱武さんと出会う。

1950年に結婚。効率的な雑巾がけのコツといった、日々の暮らしで考えた工夫を新聞に発表したことから、生活評論家のキャリアがスタートした。電化が進み日本人のライフスタイルが大きく変化した時代に、いかに合理的に家を切り回すか、仕事をしながら家事も担う多忙な実生活をもとに発信した。

84年に66歳で夫と死別してからはひとり暮らし。社会の高齢化と軌を一にして、老いをテーマにした著作が次第に増えた。

10年前、私は自宅を訪ね、インタビューした。「このひとりの時間は家族がくれたプレゼント」と言い、失ったものや不安を数えるよりもできることを大切にし、今も発見が多いのだ、とゆったりと柔らかな笑みを絶やさずに語っていた。

「必要な時は人の手を借りるのも大切。ひとり暮らしだけれども、ひとりぼっちではないのです」

前向きに長寿を生きる姿は、老い方の達人と話題を集め、90歳以降、毎年エッセー集が刊行された。平明な言葉で簡潔に表現できる巧みなエッセイストでもあった。

周囲の支えで100歳まで自宅での暮らしを続け、昨年10月に入院した。亡くなる前夜は、ビーフストロガノフのソースをかけたオムライスや杏仁豆腐（あんにん）などの夕食をとり、就寝。日付が変わった深夜の巡回で、息を引き取っているのが見つかった。

生前に「眠ったまま亡くなりたい」と話していた通りの終わり方。遺言で葬儀は行わず、遺体は大学医学部に献体された。

（大村美香）

3月21日死去（心不全）　本名・古谷久子　101歳