げんまい新聞

第37号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

旅立ちの「お支度」をお手伝いする専門家
納棺師をご存知ですか？

介護に日々向き合われているご家族の皆様、もしもの時、大切な方とのお別れについて、考えたことはございますか？不安や悲しみが大きいのは当然のことです。今回は、その最後の時間に穏やかさと尊厳をもたらす「納棺師（のうかんし）」という専門家について、ご紹介したいと思います。

映画『おくりびと』でその存在を知った方も多いかもしれません。納棺師は、故人様のお体を清め、身支度を整え、安らかなお顔で棺へとお納めする「納棺の儀（のうかんのぎ）」を執り行う専門職です。それは単なる作業ではなく、故人様への深い敬意と、遺されたご家族の心に寄り添う、非常に大切なお別れの儀式です。

納棺師の仕事：最後の「お世話」を、心を込めて

長年介護をされているご家族にとって、入浴や着替え、お顔を拭くといったケアは、日常の一部であったことと思います。納棺師が行うことは、その延長線上にある、最後の「お世話」とも言えます。
具体的には、以下のようなことを行います。

- **湯灌（ゆかん）**：専用の湯船、またはお体を拭き清めることで、故人様の生涯の疲れや苦しみを洗い流します。これは、来世への旅立ちを前に、体を清めるという意味合いを持つ、古くからの大切な儀式です。ご家族が「お疲れ様でした」と声をかけながら、一緒にお体を清めることもできます。
- **死化粧（しにげしょう）**：闘病生活が長かった方や、急な別れでお顔に変化があった場合でも、納棺師は専門の技術で、生前の穏やかだった頃のお顔立ちに近づけていきます。男性であれば髭を剃り、女性であれば薄くお化粧を施します。そのお顔は、ご家族の記憶に残る大切な最後の姿となります。
- **お着替え**：仏衣（ぶつえ）と呼ばれる旅立ちの衣装のほか、故人様が生前お気に入りだったお洋服や、ご家族が選んだ晴れ着などにお着替えさせることも可能です。「この服、好きだったよね」と語りかけながら、最後の身支度を整えます。

「納棺の儀」がもたらす、穏やかな時間

納棺の儀は、ご自宅や斎場の一室で、ごく近しいご家族だけで行われるのが一般的です。慌ただしいお通夜や葬儀の前に行われるこの静かな時間は、ご家族にとってかけがえのないものとなります。
あるご家族は、長年酸素吸入器をつけていたお母様の口元が生前のように穏やかになったのを見て、「納棺師さんを頼んで本当に良かった。母のきれいな顔をずっと覚えていられます」と涙ながらに感謝されたといいます。
また、ある方は、「父の髪を洗ってあげたのは人生で初めてでした。ありがとう、という気持ちが自然と湧き上がってきました」と語ります。
このように、納棺の儀は、故人様の尊厳を守るだけでなく、遺されたご家族が故人様に触れ、直接お世話をすることで、死という現実を少しずつ受け入れ、心を整理していくための大切なプロセスでもあるのです。

ご家族にできること

納棺の儀では、ご家族にも参加していただく場面があります。

- **末期の水（まつごのみず）**： 脱脂綿などに水を含ませ、故人様の唇を潤す儀式です。「あの世で喉が渇きませんように」という願いが込められています。
- **副葬品を納める**： 故人様が愛用していた品物（手紙、写真、趣味の道具など、燃えやすいもの）を一緒に棺に納めることができます。「これ、好きだったよね」と思い出を語りながら、旅立ちの荷物を持たせてあげるのです。

納棺師は、こうした一つひとつの儀式の意味を丁寧に説明し、ご家族の気持ちに寄り添いながら、穏やかなお別れの空間を創り出してくれます。

もしもの時のために

大切な方との最後の時間は、どのように過ごしたいですか？
納棺師の存在を知っておくことは、いざという時に、より心温まるお別れを選択するための一助となるかもしれません。ご本人が元気なうちに、終活の一つとして「どんな風に見送られたいか」を話し合っておくことも、残される家族の心の負担を軽くすることに繋がります。
「きれいな姿で送り出してあげたい」「ゆっくりお別れを言いたい」。そんなご家族の想いを形にするお手伝いをしてくれるのが、納棺師という存在です。
このコラムが、皆様にとって少しでもお役に立てれば幸いです。