

2015 年度年間テーマ — 「いい人生だったね」と言えるように—

喪中はがきが届く季節になりました。
病死 事故死 老衰死・・・。

一枚一枚をじつと見つめて、そのはがきの背後にどれほどのご苦労や哀しみがあっただろうかと想像する。そしてこれから本当の淋しさと向き合うのだろうか、区切りをつけて新しい一年の始まりとするだろうか。いい出会いと、安らぎが与えられますようにと願う。

妻を亡くした父は、

「はやいもんがち」と言って淋しさを嘆き、「氣力だ!」と言って自分を奮い立たせた。

その父も三十年後「母さんに逢えるからね」という声を聞いて亡くなった。

夫を亡くした親友は「一人で大声をあげている」と言った。生前ご主人から、死を受け入れなければならなかったと別れの手紙をいただいていた。これから家族を守りたいという趣旨。

「ご立派なご主人だったね」という私に「カッコつけただけ」と静かに笑った。

飾らない、弱味を見せ合った夫婦にしか分からない深い愛の言葉だと思った。

こうして死者に守られ、死者と共に生き、やがて死者に導かれ、生れたふるさとに帰っていくのだろうか。

新しい年を迎える前に、ひと呼吸した。(橋詰)

11 月 21 日 (土) 9:30~11:30 会場：福社会館 視聴覚室

内容「在宅で暮らすとは？」

講師：柴田睦 岡崎東病院ソーシャルワーカー

勉強会

【内容】



一人暮らしで住み慣れた家で最期を迎えたいと希望する場合、自分の意思を託せる人を決めて依頼しておくことが大切です。在宅主治医・金銭管理・任意後見人・身上監護(身体のこと身のまわりのお世話)ケアマネについて学びました。日頃から口コミや実際介護を受けている人から情報を得て、医療に詳しく適切なアドバイスができる優秀なケアマネさんを探すことは重要です。

当日資料で日経新聞が報じた「患者の望む最期の支援。終末期医療全国に相談チーム」という見出しの記事があり、来年度から厚労省が専門の相談支援チームを全国に整備するとあります。近々に実現するとは思えませんがその方向に進んでいることは確かです。

また、おひとり様シリーズを著している上野千鶴子さんが岐阜の小笠原文雄先生にインタビュー形式で書かれた「小笠原先生ひとりで家で死ねますか」には具体的例があげられて、解りやすい本だと紹介されました。(柴田貞子)

【感想】

- ・私は「たまたま箱」に入っている「お別れ 死が近づいた時(死にゆく状況)」をコピーして息子に渡し、食べられなくなったら最期が近い、耐えがたい痛みがあれば和らげて欲しい、延命治療は拒否、を伝えようと思っています。
- ・老後の心構えができました。しっかり準備したいと思います。

- ・柴田先生のお話はいつも現実を再認識させていただきます。何度もお話をお聞きしたいです。
- ・遺言書の作成は大切ですが、自分の想いを気がついた時にちょっとずつ書きとめて箱にでもいれておき、時々それを見直すのも良いと思います。
- ・本当に毎回必要な事を教えて頂き勉強になりました。
- ・たまた箱の中身を今の状況にあわせて見直したいと思います。
- ・ケアマネージャーやヘルパーさんなどは、気に入らなければ何度でも代えていただくことができると聞き、この人に当たってしまったのだからと我慢しなくていいんだと思いました。
- ・優秀なケアマネさんの存在が在宅ケアには絶対必要だということがわかりました。その条件として
 - ① 病院現場が分かっていること
 - ② 病気がわかってこといること
 - ③ 適切な助言ができること
 - ④ 訪問看護との連携がうまくできていること
 - ⑤ 適切なところに利用者をつないでくれること。



- ・先生が死の臨床研究会で聴いてこられた話の中で、先日愛知病院を辞められた渡辺正先生が「患者さんが、ボランティアとの会話で病気の苦しさから離れて安らぎの時間ができる」と話されたことを是非、ボランティアをされている人に伝えておきたいといってくださいました睦先生、これでいいのかなあと迷いながらボランティアをしていますので、温かい光が灯されました。

あと、柏木先生の良き死の3要素という話。①感謝する人生②散らす人生③ユーモアのある人生。散らす人生とは人のために自分の時間を使うことだと教えていただき本題に入る前から素敵な話を聞けることができて良かったです。在宅では穏やかな時間を過ごすために、元気なうちから大切なことを決めておかなくてはいけないのだと改めて思い、早速「私のたまた箱」を見直そうと思いました。



- ・在宅で介護度が高くなった時、おむつ交換は2時間毎にヘルパーさんを頼むこともでき、また家政婦さんを一日泊まり込みで1万円をお願いできることを知り一人暮らしでも、信用しゆだねることさえできれば、全く無理な話ではないことがわかり嬉しかったです。
- ・ヘルパーさん 訪問看護師 ケアマネージャー シルバー人材センターなどとうまくいかなかった時、我慢しないで代えていただいてくださいと言われ、へーいいんだと希望が持てました。

- ・レスパイトケア（在宅で家族が幼児の世話、高齢者の世話で疲れてしまった時、患者さんを入院させてくれる）のできる病院や施設あることを知りました。
- ・エンディングノート作成 食べられなくなった時、鼻から管を入れるか？高カロリー点滴をするか？水だけにするか？胃ろうをするか？痛い時には？人生の最終段階をどこで過ごしたいか？財産の覚書、遺言、葬儀、墓、法要・・・自分がどうしたいか具体的に決め、縁起でもない話を、元気なうちにしていこうと思いました。

緩和ケア病棟ボランティアの報告

ティーサービス・アロママッサージ・季節の模様替え・楽器演奏
毎週金曜日 1:30~4:30 愛知病院緩和ケア病棟
アロママッサージ 毎週火曜日 1:00~3:00 練習第4金曜日 11:00



家族会（遺族会）

10月24日地域緩和ケアセンターにて、ご家族31名に医師看護師12名が加わり4テーブルに分かれて行われました。在りし日の笑顔の患者さんたちが写るスライドを見た後、静かに会が始まりました。今だ癒されない悲しみや淋しさを抱えて参加して下さったご家族を思うと切ない気持ちでいっぱいになりましたが、その心に寄り添う思いでティーサービスをさせて頂きました。用意したお茶 手作りのマドレーヌ 各テーブルに置いた小さな花、皆さんの心をいやすお手伝いのできたのであれば幸いです。（神尾弘美）

アロママッサージ

火曜日と金曜日のアロママッサージ。患者さんにとって待ち遠しい時間だと言われたことがあります。患者さんが私たちをお部屋に入れてくださること、そこで嬉しかったこと、悲しかったこと、辛かったことなどを伺う日もあれば、すやすや休まれている呼吸に合わせてゆるゆるとマッサージする時もあります。いつも患者さんの心に寄り添いながら、私たちが大切な時間をいただいているのだと感じています。（柴田由紀子）



“つどい”の報告

患者・家族・遺族（誰もが遺族）の集まり
第3木曜日 10:00~12:00 事務局（橋詰宅）

1. 他人を批判しない
 2. 指導的なことは言わない
 3. 秘密は守る
- 「安心して話せ互いに支え合う場となりますように」
13年間変わらない“つどいのルール”です。（山崎明美）



“手縫い”の報告

愛知病院・市民病院・国際病院・施設へ雑巾や依頼された品を作り届ける。
・第2火曜日 10:00~12:00 愛知病院地域緩和ケアセンター・各自宅

市民病院で使われるアイスノンカバー・尿パックカバー等7種類 総数217枚を11月5日ボランティアサポート委員会で届けることができました。ご協力ありがとうございました。これから患者さんの傍で役立ってくれるでしょう。ご協力ありがとうございました。
愛知病院での手縫いの会は人数が少なくなり、ひっそり行っていますが丁度12時に終わるので、帰りには一緒にお昼ご飯に行ったりと交流しています。一度覗いてみてください。（勝川）

第三十九回日本死の臨床研究会に参加して

柴田 睦



いくつかのテーマの中に「あなたの最後に聞きたい音楽は」がありました。三千人の回答の中で同じ曲を選んだ人はごくわずかで約三十人の人が同じ曲を選びその中で複数の回答者の曲を生演奏で紹介されました。ヴァイオリンとチェロとピアノとオカリナで演奏されました。最も多かったのは①アメイジン ググレイス②ふるさと等十曲ほど紹介されました。その時「ああ生演奏はいいなあ」と心がわくわく感じました。

今度の大会では特別講演に僧侶の方が演者として招かれていました。一人は円空上人について話されましたが、人がいつぱいで入室できませんでしたが、扉のところで少しだけ聞かせていただきました。もう一人は玄侑宗久様です。「あさきゆめみし」のテーマで話されましたがどちらも「いろは歌」について話しておられました。お釈迦さまがチベットの中の山の中で修行をされている時唱えておられたお経の文句を平安時代の人が仮名文字に翻訳されたもので、内容は全く同じもので素晴らしい翻訳です。とおっしゃっていました。

岐阜医療センターの小児科の医師の講演は涙なくては聞けない話でした。妊婦さんの命を救うために、帝王切開で生まれた二百グラムに満たない赤ちゃんがお母さんと同じ手術室で生まれ、一時間はもたないと思われていたが頑張って五時間生きて、お母さんにもお父さんにもおじいちゃんにもおばあちゃんにも抱っこされて天国へ旅

立った話など。小児科医は救命を最優先に治療をしていると話されました。余談としてさだまさしさんの友人として彼の作品の監修もしているので「眉山」や「風に立つライオン」の著書を機会があれば見てほしいと話しておられました。

渡辺先生は「死」の社会的側面を考えていくことが死の多様性を尊重して生き抜くことになる。地域の中の一人として生きることを援助することが地域との連携になる。デイケアでボランティアとの会話で病気の苦しさから離れて安らぎの時間を過ごすことができる。(これは体験から出た言葉と関わった)渡辺先生と一緒に働いた経験をもつ大会長の一人の看護師さんは渡辺先生の患者さんに接する態度に学ばされました。「穏やかな時間を過ごす事は周りへの感謝と自分自身の許しの時間」

柏木先生(淀川キリスト教病院)は、「死は生の延長線上にある」と思っていたのに実は死を背負って生きていた。」

生と死は一枚だと津波や地震、豪雨の時に思いました。良き生と良き死は感謝です。周りに感謝しながら生きること「良き生の基本」だと思う。「良き生は感謝する人生、散らす人生、ユーモアのある人生である」これが良き死の三要素だと思う。とおっしゃっていました

◆お知らせ：ご寄附をありがとうございました。柴田睦さま

◆あながき：早くもお店には来年の干支（申）が並び始めています。今年も残り1ヶ月、私は今からお家も心も大そうじ。来年もどうぞよろしくお願い致します。

3月19日の総会でお会いしましょう。（永谷美雪）

