

2018年度年間テーマ 20周年を迎えて「原点を見つめてみよう」

創立二十周年を迎えて 安江満吾（顧問）

二十年前、私は県立愛知病院副院長として「死の準備教育」というテーマに取り組んでいました。そうした縁でこの会の創立に参加できたことを懐かしく思い出しています。

現在は、紀州の山奥の診療所を起点として、在宅平穏死を進める活動に取り組んでいます。

近年、医学を含むあらゆる分野でのテクノロジーの急激な進歩が、人間の利己的な欲望と結びついて、人間が幸福の原点として当たり前に享受していた人間どうしの結びつきを崩壊させています。

人口授精ビジネス、育児ビジネス、教育ビジネス、貧困ビジネス、介護ビジネス、葬式ビジネス、人が生まれるから死ぬまでの全ての生活が金儲けの種にされています。

失ったものの穴埋めに、次々と新しいシステムを創り出すことより、大自然の中で神の意思を知る事、そして失ってしまった人間の絆を取り戻す努力をしてみることが大切ではないでしょうか。

この四月に八十歳になります。今、まさに山奥の春、私は樹を育てながら、自分が死ぬときに、スピルチュアルケアを他人のお世話になることなく、自分でできるようになる為に「死の準備勉強」を続けています。ますます、あの世に行ってしまった気分になっており、人前で「負け犬の遠吠え」話をするのが苦痛になり、今回はこのメッセージを送らせて頂きます。「安江先生が来なくて良かった」と思っていただければ幸いです。

創立二十周年を迎えて 橋詰清子

二〇年前、自宅で近所の人や友人と、ホスピスや病院で使っていたため雑巾を縫っていた。

「一針一針に心を込めて雑巾を縫って、一瞬一瞬を大切にできる人生を送りたいね」と話しながら。

その後人数も増え、どのような会にしたいかを話し合った。

ホスピスの語源は修道士がした「おもてなし」。

巡礼者に宿と食事を与え・看病し・看取りもした。それでみんな嬉しかった。修道士も・・・。

● 人からどんなおもてなしを受けたい？

・ 医療者との勉強会をしよう

● 人にどんなおもてなしができるかなあ

・ ボランティアをしよう

● 自分自身にできるおもてなしって何だろう

・ 病気や死を受け入れるってことかなあ

『今を大切に生きながら「いい人生だったね」と言えるように患者・家族・遺族・医療者・宗教家・ボランティア、どんな立場になってもホスピスケアの原点である【温かいもてなし】をし合いながら、ホスピスケアってなんだろうって、ずっと考えていこうよ』これが「ホスピスケアを考える会」の始まりです。

看病してくださる人に微笑む・病気と仲良くする・花を愛でる・孫と遊ぶ・お仕事に励む・樹を育てる・・・小さな気づきや配慮こそホスピスケアだと思います。

次年度計画の意見を言い合い、その後温かい豚汁で昼ごはん。
近況報告では、親の在宅死、意思表示書を書いた経験、緩和ケア病棟で母が受けたボランティアに感謝、他看護している人たちの経験談が多く語られた。

【2018年度画案】

- ・『たまたま箱』を知らないのでもう一度内容を勉強させて欲しい。
- ・会の宣伝方法を工夫して、会を拡げてほしい→広報 東海愛知新聞などへ
- ・死を語る なぜ怖いのか どのように考えているかを話し合う。
- ・緩和ケア病棟の存在をもっと知らせる。
- ・認知症の勉強会。
- ・在宅の勉強会→岡崎のことを知る。
- ・在宅看護・病院死など身近に経験している人の話が聞きたい。

**【感想】**

- ・何かをして欲しいのではなく側にいてくれるだけでいいと思う。
- ・生かされていることをいつも感じています。
- ・生死の問題についての話し合いは小さなグループに分けて進めると得るものが多いのではないか。
- ・おしりふきの実物を見ることができ良かった。
- ・在宅死は良かった。余命宣告され、ある日突然枯れたように亡くなった母は自分の意思を貫いた。
- ・久しぶりに出席でき感謝しています。私ももう少し元気でいたいと思います。
- ・この会の存在の大切さを一層感じました。愛知病院緩和ケア病棟でご両親の看取りをきっかけに入会された方が多いのも7階の活動を続けているお陰です。
- ・たまたま箱をもう一度開いてみようかなあ。
- ・宣伝の工夫をして会を拡げてほしい。
- ・「いい人生だったね」と最後に言えるように人に優しく生きていきたい。
- ・皆さんの色々な経験を聞かせていただいて元気を頂きました。一日一日を大事に生きていかなくては・・・と改めて思いました。今はまだ手縫いの会やティーサービスへの参加はできませんが近い将来是非参加させていただけたらと思っています。
- ・皆さまの優しい心をありがとうございました。状況に応じて活動されていること、人とのつながり今日お聞きした全てを自分の「栄養」にして人生を豊かに周囲と共にしていけたら、と思います。



総会は2017年度の活動報告・2018年度の計画すべて賛同いただき終了しました。
 ありがとうございました。その後20周年ということで、創立に携わった人たちがたくさん来てくださり当初のことを話してくださいました。

【感想】

- ・温かい総会でした。「お一人様の孤独死、それは外部がつけた名称。どんな最期を迎えても怖くない、すべて受け入れる」という人が複数いた。それはこの会が積み重ねてきた勉強会での実績ではないだろうか。最後の支度はある程度するし、希望もある。でもそうならなくてもいいんだ、という思いもある。それはすべてお任せ。自分の力の及ばないところに無意味な執着を持つ気はない。だから、一見悲しいと思われる最期を迎えても誰も悲しまないでほしい。「よく生きました、あっぱれ！」と送ってください。
- ・今日の総会では懐かしい人にも会えました。この会に飛び込んできた人その後ずっと会員でいてくれました。嬉しかったです。子供たちは大きくなったことでしょう。守ってきたはずの子供たちに、もしかしたらお母さんの方が今は守られているのかもしれない。あなたのその後をずっと心配していた人がいました。今日の話を聞いてとても喜んでいました。この会は、目に見える繋がりだけでなく、見えない所でも繋がっている、そんな嬉しい会です。
- ・お二人の仲間が天国に召されました。「いい人生だった」とつぶやきながら・・・。お一人に関わらせていただけたこと感謝します。「思いわずらうな今を生きよ」最近のお気に入りです。みなさま似たような事をいわれホッとしています。今を大切に生きていこうという気持ちでいっぱいです。
- ・「息を吸う吐く」生まれた時から、今も、「息を吸えない吐けない」時が最期です。その時まで「誰かのために生きる」ことが私自身を最後まで大切に愛おしく思うことになるのかと。
- ・どうしてボランティアに携わったか、また今まで生きてきた人生のお話など一人ひとりの思い出の違いを聞くことができました。まだ生かされている自分も先のことは未知数ですが成すがまま生きていけたらと思っています。
- ・早いもので20周年。みなさまの想いを沢山聞けてありがとうございました。「いい人生だったね」と言えるようになるにはまだ途中のようです。みなさまの一言が大切です。
- ・創立20周年の総会にふさわしく素晴らしい交流ができました。成田さんが20年の資料をもってくださり感激です。お仲間山崎さん、立派に生き切ってくださいありがとうございます！
- ・今日は久しぶり（17～18年ぶり）に出席させていただきましてありがとうございました。皆さまの中で話すこと、あがってしまってたない語りになってしまい、なんだか自分って変わってないなあと逆に感心した次第です。みなさまも20年近い時間を忘れる変わらない様子に、驚きながらとてもうれしく思いました。皆さんの貴重な体験を通しての言葉をたくさん聞かせて頂き、どんな本を読むより増して感動しています。高齢化しております。来年も同じメンバーが集えるように願っています。



- ・会が出来て20年、雑巾作りから始まりその雑巾が患者さんと看護師さんの潤滑油となって役立っている。そんな小さなことから始まった会に関わらせてもらい幸せです。
- ・みなさまの考え方生き方を聞かせていただきこれからの参考と勉強になったと思います。この会が長く続くことを願っています。



- ・みなさまのお話を伺いし感動の一日です。残念ながら日々の生活で感動は薄れ、改めて心洗われ元気をいただきました。
- ・20年ってすごいですね。「たまたま箱」作るために皆さんと話し合ったり事務所へ行ったり、本当に忙しくしていた時代を思い出しました。「たまたま箱」を作ることで、多くの事を学習させていただき本当に有難い事だと思っております。母を自宅で看取れたのも今までの学んだ事が役立っていたのだと本当に感謝です。20年変わらず「いい人生だったね」と引き継いで会を支えてくださる皆さんに感謝です。
- ・この会に入れていただいて知識を得たり体験させていただき、役立ち支えていただきました。夫と娘を失いました時は病気になりそうでしたが、立ち直って現在に至ったのも皆さまのお陰です。看護師ケアマネの方々の話は大変参考になりました。
- ・20年前発足当時、母夫私の3人暮らしでした。20年が過ぎこの世にあるのは私ただ一人。お友達、ボランティアのお仲間、庭の草花、鳥の声、流れる雲等々楽しい日々を過ごしてきました。私にはよく分かりませんがこの世とあの世はどこか繋がっているような気がしてなりません。この世に生かされていることを感謝しています。私の洗面台に可愛い少女と猫の絵が描かれた小さな銅板が置いてあります。そこには「**count your blessings not your troubles**」(愛されているから心配しないで)と書いてあります。この文字を読みながら毎朝「一人でも大丈夫」と声を発しています。これから先もみな様とご一緒させていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いします。
- ・会を作る時、みんなが若かったから夜ご飯を持ち寄って集まって会議をした。それがとても楽しい時間だった。心穏やかで季節を感じさせるような人が一人いてくれたらいいなと書いた15年前と気持ちは変わらない。「風のおくりもの」作ってくれたのは難波さん。
- ・発足当時の話を聞き一番心に残ったのは、手縫いの雑巾の話。手縫いの雑巾を看護部長さんが病室を見廻りながら患者さんの今日の調子をそれとなく聞き感じる。雑巾が雑巾として使われるだけでなく、患者さんと看護師さんを繋ぐ大切なものであると教えてくれたという話。今もその手縫いの雑巾作りがされている。これからも手縫いの雑巾と共に、末永くこの会が続きますように



“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。
愛知病院地域緩和ケアセンター・各自宅

20 年前、橋詰さんの家で 20 代から 80 代 7 人ほどがおしゃべりしながら雑巾を縫っていました。そのうちに会場が愛知病院に移り、外来に来られていた患者さんや付き添いの方も、一緒に病院内で雑巾作りをしたことは懐かしい思い出です。

雑巾を一緒に縫いながら、辛い経験を話される人の側にいるだけの手縫いの会が、こんなに大きな会になってしまうとは思っていませんでした。

その原点を忘れないでいたいと思います。



※4月より 4月6月9月11月3月の第2月曜日 10:00～12:00 に変わりました。（勝川俊子）

“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）

「つどい」を作ろうという話が持ち上がった。悩みを持つ人が話せる場が欲しい。でも専門家でもない私たちにできだろうか。そこで愛知大学で心理学を教えていた木村易先生の名前が挙がった。先生と知り合いだった私は橋詰さんと一緒にお願いに行った。そして「つどい」が誕生した。参加できる対象をどうしようか。病気の人は勿論だが、その家族、身内を送った人も悩みを抱えているかもしれない、と「患者・家族・遺族」となった。

会で大事にしていることは次の3つです。

- ✧ ここで話されたことは他で話さない。
- ✧ 批判しない
- ✧ 指導しない。



相手の気持ちにじっと耳を傾け、その気持ちを聴き取ります。そしてもっと理解したいときにはちょっと質問をしてみたりします。それは時として話された人の気持ちの探りになることもあります。時として気づきになることもあります。安心して何を話してもいいのです。『つどい』はこんな形で始まりました。

3月に逝かれた山崎さんが『通信 54 号』（2013 年 7 月）でこんなことを書かれています。
『もうすぐお盆です。主人が亡くなり、人は「寂しいでしょう」と言ってくださいます。亡くなったといっても遠く離れて行ってしまったものではありません。いつも側にいて助けてくれます。身体とはしばしの別れです。永遠に逢えないものではありません。先に逝って待っていてくれます。逢うのが楽しみです。（山崎）』

◆「つどい」の係はソーシャルワーカーの縄田昌子さんが引き継いで下さいます。

（難波清子）

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 練習日 第4金曜日 11:30



ボランティアを始める前に、必ずリーダーが言う言葉があります。
「私たちを受け入れてくださった患者さんの温かいおもてなしに、応えられますように」

13年前、緩和ケア部長の渡辺正先生はボランティアをする時に心がけていたい
4つの「ホスピスケア」を教えてくださいました。

- ①蝶のようにひらひらと
- ②力まない
- ③目立たない
- ④患者さんのエネルギーを奪わない



患者さんから「どうぞ入っていいよ」と温かいおもてなしを受けてから、お部屋に伺います。
ラウンジから流れるピアノやハープの演奏を聞きながら「静かに、ゆったり」アロママッサージ
とティーサービスをさせていただいています。
一杯のお茶やコーヒーがご家族の緊張を和らげたり、小さな器のアイスクリームやかき氷が口を
潤し、手作りのゼリーが思い出を引き出す名脇役になったりするかも知れません。
温かいタオルと優しいアロマオイルの香りで「気持ち良いひとときを」と・・・。

出会いは一期一会の時として、すべてを置いて帰ります。

(小野祐子)

◆お願い

2018年度が始まります。

振込用紙を同封させて頂きました。会費をよろしく願います。



◆あとかき

交流会や感想文をまとめていると、この会の発足時に携わった会員さんの情熱が強く伝わって
きます。この気持ちが今も消える事なく続いているんですね。

今いるところで、ちょっとしたホスピスケアを心がけて幸せな気持ちで生きていこうと思います。

(永谷美雪)