

大切な決断

新型コロナウイルス上陸。

世間がざわわしてきた頃の二月二十日、運営委員会で緩和ケア病棟でのボランティアをどうするかを話し合いました。

もし、知らない間に感染し無症状でボランティアに参加していたら、とんでもないことが起こる。

アロママッサージは病室に四十分近く滞在します。免疫力、体力の低下が心配される患者さんに感染させてしまうような事が起こったらと不安が大きく膨らみ中止しましたが、マッサージをどれほど待ち望んでいらつしやるかを感じているだけにお休みをする事は心が痛みました。

また、ティースービスをどうするかは、運営委員会ではなく二十一日のボランティア参加者で話し合いました。

病院にいとコロナなどとはかけ離れた穏やかな時間が流れていて結論がなかなか出ません。生演奏を楽しみにラウンジに来られる方、寒くてもかき氷を楽しみしておられる方、引き立ての豆で入れるコーヒーの香り、病院でほんの少し日常を感じて頂ける時間をお休みにしてしまつていいのだろうか？看護師さんがお部屋に運んでくださったら大丈夫じゃないかしら？といういろいろな意見は常に患者さんの気持ちを優先しての話し合いでした。しかし、ボランティアに出してくれる家族からの心配する声も挙がりました。結果、私たちが掲げている「『心と体が健康でない時は休む』を大切にしてください」という青山コーディネーターの助言もあり、これから広がっていく前に、お休みを頂くことも大切なことだと判断し二月二十一日を最後にしばらくお休みを頂くことも決定をしました。

迷うという不安は心と体が健康でないことだと実感したひと時でした。

三月二十八日に予定していた総会延期後の、日程も決められずにいます。一日も早く終息して、また皆さまと穏やかな日常に戻ることを願っています。どうかお身体を大切になさつて、より良い一日をお過ごしくださいませ。

柴田由紀子（代表）



コロナウイルス感染拡大防止を懸念し、総会延期させていただきましたが
せめて通信でも繋がっていたくて投稿をお願いしました。

今年、還暦を迎えました。。

若い人も時が流れ日がたてば、やがて私に続き年を取り、私は少しだけ先にその季節を歩んでいるのでしょう。以前の私は、姑の気持ちが全くわからずにいました。今、二人の息子にお嫁さんと孫たちがいて、自分が姑になりやっと姑の気持ちが理解できるようになりました。老いは、若い時には見えなかったものが見えるようになり、思ってもみなかった心境が生まれ、人生の円熟の時期かもしれないと思うようになりました。そして、今までの人生の一つ一つ、幼少期、学生時代、仕事、結婚、子育て、介護、再就職等、多くの失敗、反省することも多々ありましたが、全ての出来事が私心の成長にとって必要不可欠な出来事だったと思うこの頃です。

これからは、自分のことも人のことも、良いことも悪いことも、これから訪れてくる時代、出来事を、澄んだ眼で見つめ、もう少しゆったりとおおらかに受けとめ、「人も世界も自分も愛する心」を育んでいきたいと思っております。（永谷美雪）

2月25日愛知病院でボランティア懇談会が開催されました。

現在岡崎市立愛知病院には59名の方がボランティア登録されており、内訳は ①JAHA（アニマルセラピー） ②パステル画体験 ③ヨガセラピー ④乳がん患者のためのパット作り ⑤生け花 ⑥車椅子整備 ⑦写真展示 ⑧私たち緩和ケア病棟、その他にも個人で参加されている方もおられるそうです。

懇談会には20名ほどの方が参加され、それぞれの活動報告の後、3つのグループに分かれ、意見交換をしました。私の参加したグループでは毎月の活動スケジュールや内容を詳しく聞いたことから、他のボランティアへの見学や参加ができるのではないかと積極的な意見もでした。

7階の緩和ケア病棟に行く時、1階の渡り廊下にある写真パネルの前を通り、7階ラウンジのテーブルの季節の花を楽しみます。また患者さんのお部屋に何うとパステル画やアニマルセラピーで出会った犬たちと過ごした楽しいひとときのお話を聞かせていただくこともありました。

各ボランティアはそれぞれ別々の時と場所で活動していますが、実は繋がりを持っていることを感じました。最後に橋本先生が「ボランティアの活動によって、病院内で社会の風季節の風を感じてもらうことが出来る。

このまま続けて頂きたい。」と話されました。緩和ケア病棟が市民病院に移転後も必要とされるボランティアができたかと願っています。（神尾弘美）



友人が2ヶ月足らずの闘病生活の末に亡くなって、一年半が経とうとしています。この時期は、二人で河津桜を見ながらウォーキングし、喫茶店に寄るのが恒例でした。

車窓より亡き友似の通行人手向ける桜（はな）と好物の菓子

高齢化が進んでも、50歳を過ぎれば、誰しも亡くなるのが特別なことではありません。私も老い支度を心の隅に置いて生活しています。老いを抗うアンチエイジングが根強い人気ですが、若く美しくには限界があります。「こんなことが出来なくなった」「記憶に残らず探し物ばかり」と一生懸命に頑張って生きて来たのに、終盤になって「死んでしまいたい」と、嘆くようでは、余りに辛いすぎます。自律とは頼れる腰掛けを沢山持っていることだと聞きました。たまたま腰掛けて、老いは面白いと開き直れば違う世界が、老いて益々深い楽しい人生が、開けてくるのではないのでしょうか。

（和田あい子）



年末から2ヶ月余り、自身の怪我に新型コロナウイルスに依る行動制限が加わり、経験した事の無い閉塞感の中にいる。

季節も冬から春に変化、日射しも長く、力強くなって行くのを、ただ眺めるだけの日々が続いた。

主人の生前、私は不満を抱いていた。団塊世代のサラリーマン、家事、子育て、全て私任せ。

家庭、家族に目を向け、協力、かじ取りをして欲しい、いつもそう思っていた。

あの時と同じ環境の中で、退屈過ぎる暖かい日々の中で、ふと気付いた。



主人は、家庭と言う大事な舞台の主人公を私に譲ってくれたのだ。だから私には、多くの思い出がある。愚痴の一つも言わず、マジメに働き、家族の生活を支えてくれた。脇役を装った、真の主人公として召されたのだ。

そう思えた時、黄色に色付いたミモザの枝が、ユラリと揺れ幸福を運んで来た。

（富田多摩江）

「あなたは今、幸せですか？」



昨年末の NHK のテレビ番組で投げかけられた言葉です。私がいちばん幸せだと感じる時は、3 人の孫娘プラス娘の 4 人が揃ってペチャクチャ楽しそうにおしゃべりしている姿を、台所のカウンター越しにながめてる時です。おしゃべりの話か？はたまたアイドルの話か？私には“ちんぷんかんぷん”な話題で盛り上がっています。話の輪に入れない私ですが、それでいいんです。

心の底から『幸せだなあ。有難いな！』と思います。この幸せな気分に関心から浸るんです。そうすると身体じゅうに幸せがひろがります。

これからも小さな喜びを大切にしていきたいと思っています。（竹田美枝子）

すてきな話をききました。

インドの寓話だそうです。彼はご主人さまの為に毎日 2 つのつぼを天秤棒の左右につけて水を運んでいました。しかし片方のつぼはひび割れがありよくこぼれていました。

ひび割れつぼは、水運び人の彼に、こう言いました。

「私は恥ずかしい。ひび割れているので半分しか貴方の役にたっていない」

これを聞いた水運び人の彼は、ひび割れつぼに、こう言いました。

「今度歩くときに道端の花をよくみてごらん。

道端の花は君の側しか咲いていなかっただろう？」・・・

「君の側に花の種をまいておいたんだ。そこを通るたびに君は種に水をやり花を育ててきたんだよ。」・・・

「君のお陰で僕はその花を切り、ご主人さまは花を眺めながら食事を楽しむことができるんだよ。」

老いてゆくということは、このひび割れつぼのように役立たずになっていくことだと感じるこの頃です。さっさと歩けない、重い物を運べない、忘れ物をする・・・しかしゆっくり歩くことで、誰かの玄関先にある花壇を楽しみ、目的先しか見ていなかったことに気づく。重い物は人に頼みコミュニケーションができる。忘れ物をするに気づけば、前日に車の中にいれておくことを覚える・・・

今度、みなさまにお目にかかった時には、「ひび割れつぼ」の自慢話を聞きたいと願っています。（橋詰清子）



先日息子が無事幼稚園を卒園しました。式はコロナの影響でクラスごとの簡略したものではありましたが、3 年間の思い出が詰まったあたたかい時間となりました。

日々、子どものことや家事、仕事や義実家のこと等でバタバタと過ごしていますが、皆さんとお会いすることで、立ち止まって深呼吸することの大切さに気づかせていただいています。

今コロナで世界中が不安の中にありますが、深呼吸して「今」に気づくと当たり前になっていたことに改めて感謝できたり、今できることを考えるきっかけになったりと見方を変えることが出来ると感じます。

病院でのティーサービスもお休み中ではありますが、環境等が変化して心がザワザワする時こそ、小さなことに喜び感謝ができる私でいたいな・・・と思います。（土屋里香）



春を詠む

阿部啓子

市街地を抜けて海辺へ近づけば春風ゆるりと潮の香運ぶ
城下町に模型の恐竜現れて春の大空見上げてをりぬ
新しきパソコン操作にまごつけば待ち受け画面の桜は笑ふ
花を愛で花に酔ひにし帰り道桜木桜木ありてまた仰ぎ見る
ぽつぽつとメタセコイアは芽吹き初め鋭角の先丸み帯び来ぬ

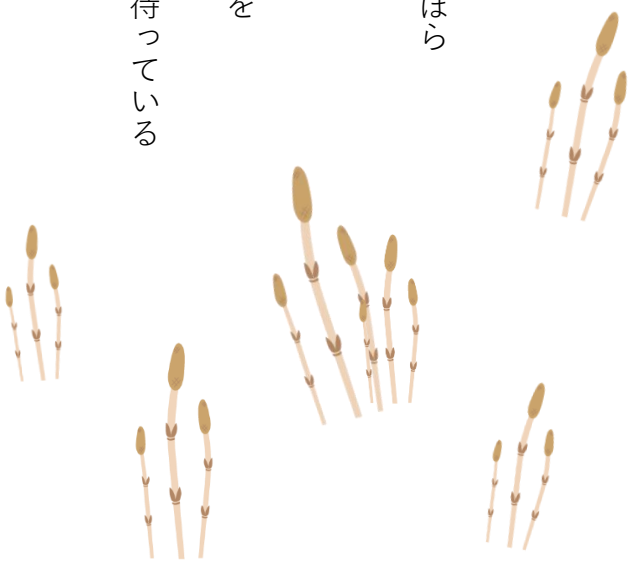
ほら

ほら

ほら

来るのを

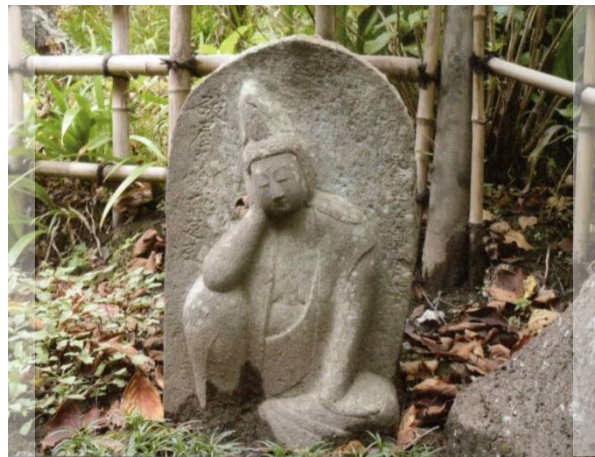
待っている



縁側の猫がゴロンと横になって

日向ぼっこをしている。

別段、人に何かしようという気は



水の側に行けば涼しくなるように

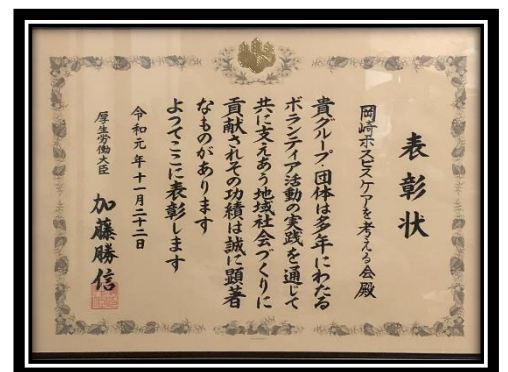
何ら計らいのない

無心・無我のはたらきによって

人は自ずから穏やかになって

♥おしらせ

この度ボランティア功労者として、厚生大臣から表彰されました。
22年間ささやかな、ボランティア活動をさせて頂くことができたのは、会員の皆様のご支援があったからこそと感謝しています。
ありがとうございました。



あとがき

心温かい文をありがとうございました。
これほど世界を身近に感じたことはあったでしょうか。宇宙に漂う生命体が宿る小さな美しい地球。
何としても守っていかなければと感じています。何ができるでしょう？
次回お会いできる総会で、みなさまのお顔が拝見できることを楽しみにしています。
どうぞまたお便りをお寄せ下さい、お待ちしております。（永谷・橋詰）