

安江流の生き方

柴田由紀子

十一月に入り二泊三日で安江先生の紀州の कोरोコロランドに主人とお邪魔しました。

十一年前に橋詰さん、大澤さんと三人で訪れた時に植樹した榎は大きく成長して先生の森の中にいました。至る所に名前の書かれた木々があり、杉林だった山には落葉樹が植えられ、桜も十二種類で五十本はあるそうで森が変わっていました。

その森の中に二人のお孫さんが植樹した桜の木があり、

その間には

ご自身が眠る場所まで

決めておられました。



部屋は暖かく快適に眠れるようにしてくださり、全ての行程は食べることから観光まで先生のおもてなしは完璧でした。

ポケットに手を突っ込み山歩きをする足取りは八十六歳とは思えないほど。

色川を案内して頂いている時には先生のドクターイエローの車を見かけると車を止め先生は想像通り

色川でも人気者。

「先生お元気ですか？」高台からは「先生上がって来て下さい」と声をかける方。お客さんがみえるならマドレーヌを焼いて下さった方。

先生は想像通り色川でも人気者。

大きな伊勢海老をはじめ先生の男の手料理の数々。

塩分が多いからインスタント物は使わないからね！

一人暮らしなのに流石です。

ほろ酔いでも必ず後片付けを

終えて次の朝に備える。

自分のやり方があるからと

手伝いは無用と

据え膳にしてくれる優しさ。

休むことなく動き回る先生が

「明るいから寝てたらもったいない！暗いのに起きてたら

もったいない！」と言われました。

朝、目覚めたらストーブに薪を入れ暖める。

草刈りをして、お腹がすくからご飯も美味しい。

体を動かすからよく眠れる。

すべてが理にかなっている。

歳を取ることとたくさんの病気も受け入れ、安江流で自然の中でピンコロを目指す先生の生き方は凛として素敵でした。



〔10月勉強会〕「私のたまたて箱」の終末期における私の意思表示書 10月5日（土曜日）

2001年に作成した「私のたまたて箱」を今、2025年の総会時に改正販売する準備をしていると難波さんから報告があり、その後14ページを開き、終末期にどんなことが起きるかを、円座になって安江満悟顧問と共に全員が体験談などを話しました。

〔感想文より〕

★主人の介護で疲れはてていたのですが、少し落ち着き、会に参加することができました。安江先生のお話を伺い、心がとても軽くなりました。気持ちを入れかえてまた日々、穏やかに暮らすことができそうです。



★久しぶりの参加でした。大げさに言うなら、人生観が変わったかな。元気でいるための食事など心がけていたけれど、食べたい物を食べる、食べたくなければ食べない。もしかして、それで逝くならそれでいいと言う感じ。自然体で生きることを思い出した。

★いつ死んでもいい。死ぬのは怖くない。と言い切れる安江先生のいさぎよさはとても気持ちよかったです。そうなるには、自分の人生を自分の思い通りに好きなように送ることなんだと思いました。主人に休肝日を設けていましたが、撤廃しようと思います。



★皆様の考えやご意見を聞かせて頂き大変参考になりました。自分のこれからの生き方をみつめるよい機会でした。ありがとうございました。

★自身の健康を維持すること、他はすべて自然におまかせ。嫌なことはしない嫌なことでも楽しいと思えば楽しくできる。



★新たに考える機会を作って下さってありがとうございました。皆さんの経験した事はとても参考になりました。たまたて箱の必要性は、思い教えられました。

★皆様全員、誰もが、死を迎えた人と関わり、お世話をして生きてらっしゃることを知りました。自分の意思表示は、しっかり、たまたて箱に書き留めていきたいと、切に思います。

★久しぶりに会えて、話せる場所があって嬉しかったです。今まで、勉強してきたことが、どこかで、支えとなっていると思います。

★『たまたて箱』について、今さらながら主人と話し合っておくことの大切さを実感しました。主人に『たまたて箱』を渡しても書いてくれそうにないから、残された人に迷惑をかけないようにしておきたい。今のうちに…。

『なるようにしかならない』自分ではどうしようもできないことにまどわされず、残りの人生は『楽しく生きていきたい』

★皆さんのいろいろな意見や今の状況をお聞きできありがとうございました。

先生のお話しとても楽しかったです。私も元気にお酒たしなんで明るく生きてゆきます。



★意思表示の大切さを改めて感じました。皆さんのお話が聞けて良かったです。

★皆さんの意見が一言でも聞けて良かったです。

★病気になった時の意思表示、難しく考えなくても、伺ったお話の中にあったように「口から食べることが出来ないなら延命治療はらない」と家族に伝えておきたいと思いました。そして、いつ意思表示が必要になるか分からないので、家族の会話の中で普通に話していきたいと思います。安江先生のように後悔なく今を生きていきたいです。

★色々の経験をお聞きして勉強になりました。自分も他の人を見習って行動し、常に健康に気をつけ、家族のものをちょっと意識して毎日を過ごしたいです。

そして、皆様方が常に幸せになりますように毎日感謝して生きていきたいものです。

★今日は良い1日であり、ありがとうございました。

★先生のように、自分の意思を周りの人に伝えられるように、これから勉強したり、考えたりしていきたいと思います。★皆さんの顔が見える机の配置と名札は、皆さんの話をよく聴くのに良かったと思います。

★国によって「終末の生死」への考え方が違うことがよくわかった。

「患者の基本的な人権」について考えさせられた。★私にとっては、この福祉会館は交通が大変不便なところで、次回参加できるかどうか危ぶまれます。

アロママッサージの報告

社会福祉センター 第1水曜日 1:00~3:00 誰でも参加OK 材料費 300円
熱いタオル6本 バスタオル1枚 大きなゴミ袋(可燃不燃ポリ何でも可)

普段はハンドマッサージをしています。11月はフットマッサージを練習しました。ホットタオルでしっかりと足を温めた後、皆さんのお悩みやお好みを聞いて選んだストレスケアブレンドと、こむら返り対策ブレンドでマッサージ。じんわり温まるホットタオルの気持ち良さやハンドよりも範囲が広い足先から膝までのマッサージで、いつも以上に癒やされ度も高かったかなと思います。最近「こんな症状があるんだけど・・・」

「家族が〇〇なんだけど、アロマで何かできるかな？」など相談していただくことが増えて嬉しく思います。

これからも皆さんの生活やお悩みに、取り入れていただけるようなアロマをお伝えしていければ、と思います。(羽田小百合)



緩和ケア病棟ボランティアの報告

岡崎市民病院緩和ケア病棟ボランティア室
毎週金曜日 2:00～2:45 ピアノ演奏のみ



緩和ケア病棟 加古看護長がボランティア講座を開いて下さいました。

- ・緩和ケア病棟について ・ボランティア活動の心得
- ・感染予防 ・手指消毒について
- ・ボランティアメンバーの力が必用など他にもいろいろお話を聞かせて頂きました。
- ・車椅子移送は実践して、乗る側、移送する側と体験をして細かな注意点を教えて頂き、ほんの少しでもお手伝い出来ることが増えたように思えました。そして、再び患者さんやご家族に寄り添うことの意味を教える時間になりました。

(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4木曜日 10:00～12:00 社会福祉センター（第2活動B室）

絵本「くまとやまねこ」では、突然大切な友だちの「ことり」を亡くしてしまった「くま」が、家の扉に鍵をかけ部屋にひとり閉じこもってしまいます。でもある日バイオリン弾きの「やまねこ」と出会い、バイオリンの音色を聞きながら話をするうちに、大切な「ことり」の思い出がよみがえってきます。やがて「くま」と「やまねこ」は、共に新しい旅にでかけるのです。大切な人との思い出が人生を支えてくれる。「くま」の「心」の変化を通して、「時」の流れと大切な人との思い出の重要性を教えてください。

つどいはいつも通り開催しています。参加してみませんか。お待ちしております。（神尾弘美）

“手縫い”の報告

岡崎市民病院・国際病院・施設などへ依頼された品を作り届ける。

第2月曜日 10:00～12:00 カトリック岡崎教会



手縫いの会ではタオルから雑巾を縫い、着なくなった洋服、タオルケット、シーツなどから清拭布、フローリングワイパー用のモップ布を裁断しています。そこから出た小さな布は10センチ四方に切ります。それは子ども食堂で食器を洗う前に汚れを拭き取るのに使われます。スタッフさんだけでは拭き取り用の布を切るところまで手が回らないそうです。知らなければ、ただゴミになってしまう小さな布が役に立っています。布で汚れを拭き取ってから洗えば、洗剤も少量で済むし環境にも優しいはずですよ。

今では、私もプラスチックのポットに小さく切った布を入れておいて食器洗いに遣っています。皆さんも始めてみませんか！

(加藤典子)

あとがき 活動計画日程に書きましたが、**1月19日**は宮道弁護士が具体的な遺言書の書き方（財産土地生命保険など）を具体的に教えて下さいます。書いてみましょう。

2月15日は藤田医科大学岡崎医療センター内で脳神経内科伊藤信二教授に、終末期でなくても選ばなければならない意思表示書の具体的な内容を教えていただけることになりました。

岡崎市民病院以外でここ岡崎にこのような病院ができたのは私たち岡崎市民の喜びです。ここで会員以外の方々にも声をかけて、勉強できることになりました。見学がてらお越し下さい。

寒くなりましたね。お互いにお身体に気をつけて過ごしましょう。

(橋詰清子)