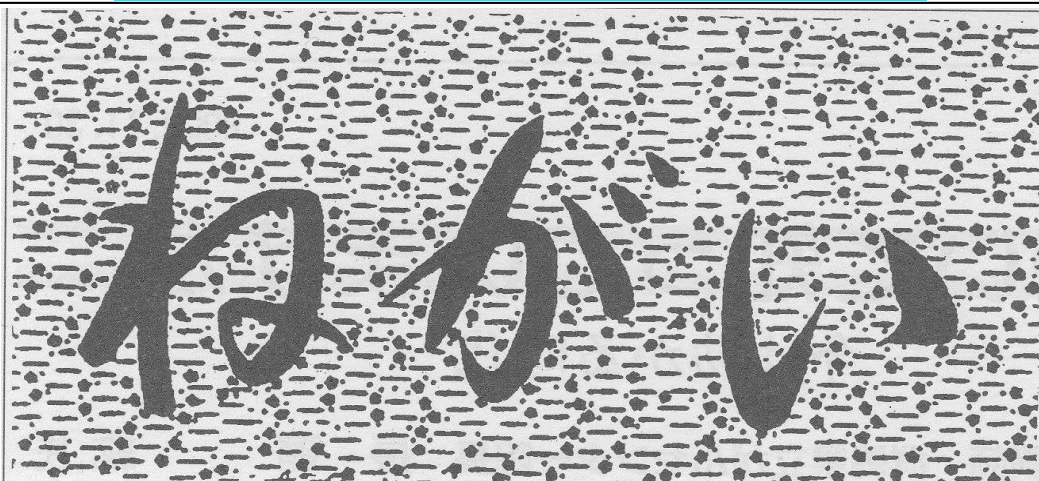




春爛漫の里山風景

撮影者:森下悦子 撮影地:群馬県中之条町

会のホームページ

<http://www.normanet.ne.jp/~gun-hosp/>

グラフ	渋川医療センター緩和ケア病棟ボランティアだより(10~2019.1月)	2~3
寄稿	看取りの記	東吾妻町 剣持政幸 4
〈随想〉	あの日 あのとき	吉本明美 土屋徳昭 土屋富子 5
	臨床仏教師として、ボランティアスタッフとして	眞木興遼 6
	新たなスタート	吉本明美 7
	インフォメーション	8
	地域がんサロンのご案内	8
	死別体験者の分かち合いの会予定	8
	寄付御礼	他
		8

10月 しみじみと 秋と心を謳う 歌：早坂華織 ギター伴奏：眞木興空

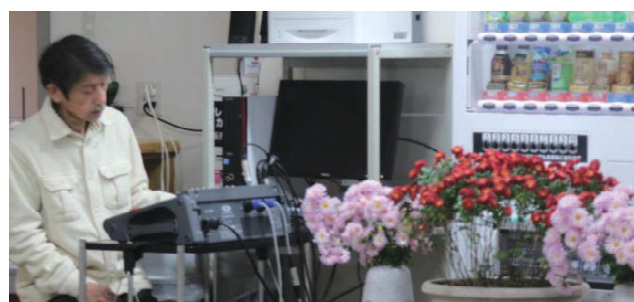


歌の早川さんは普段、プロ活動をしている歌手。伴奏は前橋で寺の住職をしている眞木さんと、異色コンビのお二人です。早川さんは、ちょうど、前後して近辺の町でコンサート活動をしている合間をぬってのボランティア参加でした。しみじみと心に届く歌、そのお声が聴く者を魅了します。伴奏の合間の語りも味わい深いものがあります。

11月 秋深まり、紅葉が暮れ行く陽差しに照らされキラキラ輝くこの季節に、毎年歌を運んでくれる 独特の酉田サウンドで酉田ワールドを醸し出す 心が和み 潤う そんな世界に ひと時 引き込まれる



きれいな音楽を作るには、たくさんさんの音響機材と陰の人の力が必要。ボーカルで森島さん(左)、ミキシングの高田さん(右)も必ず一緒に来て酉田サウンドを作り上げる重要な役割を果たす。ありがたくて嬉しい。



12月 師走 年の瀬 クリスマス お正月の準備 そして お餅つき



ソプラノの中野さんは年々成長の成果を聞かせてくださいました。ピアノの青柳さんはもう10年も、夏と冬に演奏と伴奏をしてくださっています。クラシック音楽を病棟に届けてくれるサンタさんです。

ボランティアのメンバーが初めて公開したハンドベルの演奏。まだ大勢の聴衆が集まる前の前座に済ませた。2-3度の練習にはマアマの出来栄だった。次にはもっと練習して皆さんに聴いていただきましょう。



2019. 1月 渋川アコーディオンサークル 松尾美紀子さんとその仲間

の演奏で、病棟の”歌いはじめ”です



松尾さんをリーダーとする渋川アコーディオンサークルの昨年に続き二回目の演奏会となりました。曲目は、懐かしい「昭和歌謡」が中心ですから、比較的に高齢者の多い観客にはぴったりです。「青い山脈」「リンゴの唄」「北上夜曲」など、一緒に口ずさみ、楽しいひと時を過ごしました。

寄稿 看取りの記

東吾妻町 剣持政幸

父が他界して、この6月で丸10年を迎える。あまりにも歳月の速さに付いて行けず、戸惑いを隠せない。

とにかく慌ただしい時間の中で、病院と職場と自宅のトライアングルな生活ではあったが、今思うと、点と点を繋ぐような動きをしていたのにも関わらず、あの頃はなんとなく余裕があったような気がした。

当時H病院の紹介でN病院に入院し、胆管細胞癌の手術で、一度は奇跡の回復を遂げた父だったが、今度は脳梗塞を引き起こし、半身不随となってしまう。幸い言語障害は免れたが、低酸素脳症で、意味不明な行動があったりして、病棟のナースステーションでお世話になることも度々あった。一度言い出したら退かない頑固者ゆえの性分なためか、関わられた担当医や師長をはじめとする病棟看護スタッフの皆様には、多大なご迷惑をおかけした。

居室も体動が活発なため、個室で低床マットを敷くなどして、ベッドからの滑落落下防止のため厳重体制で、完全看護を行っていた。

一度リハビリ病院に転院となるものの、昔から患っていた肺気腫が元で呼吸不全に陥る事となり、亡くなる半年間は、N病院で葛藤の歳月を過ごす事となる。わがままな性格であったがゆえに、随分手を焼いた患者だったと思う。本来は認知症専門の病棟でないため、足手纏いでありながら、最後まで根気強く面倒をみていただいた。亡くなる2週間前に抗癌剤治療を打ち切り、緩和ケア病棟へ移動。一番切望していた念願の床屋と入浴が叶い、本人も満足だったと思う。後は、亡くなる数日前までうどんが食べたいということで、コンビニや病院内の売店などで購入していた。そのうち意識が朦朧となり、だんだん食べられなくなり、あとは時間の問題となってきた。

この間、たった一人の姉であった伯母が急逝してしまい、そのことが、生きる気力を削ぐかたちになってしまったようだ。

また最終的に父の最期を立ち会い、面倒をみてくれたのは、父からすると私以外は、直接の血縁でない人々で、金銭的な支援等で溺愛した甥っ子などには裏切られる羽目となり、正に“生き様は死に様”の見本となった。

最期は誰にも看取られず、ツツジが見える病室で、すうーと穏やかに息を引き取った。病室に駆けつけたときには、厳つい顔が、水戸黄門を演じた俳優さんのように安らいだ表情だったので、家族としては、納得出来た別れとなった。

ただし、長年連れ添った母には、とうとう最後まで詫びの一言がないまま逝ってしまった。ことあるごとに母の意見を封じてきた男の意地というか面子というか、変なプライドは高かったように思う。「女子供に何がわかるか」という昔の凝り固まった保守的な主観の持ち主であった。

そう言う性格であったためか、父の葬儀の後、何かと当てつけな嫌がらせなどがあり、生前の我流だった父の口出しや行動に面白くない人々の反応を見聞きする事になる。

特にそのしわ寄せは、年々身体が思うように動かなくなってきた母にかかってきており、父の新彼岸辺りから、体調に異変を感じるようになった。

最初は、葬儀等の疲れからかと思われていたが、既に体内は蝕まれて来ており、一周忌を後20日とした時点で、直腸癌を発見。かなり進行していた模様で、病院嫌いであった母をなんとか説得しようにも、「はあ死にゃあいいんだ」の繰り返しで、息子である私とは、烈しい口論となり、火に油を注ぐかたちになりやすいため、女は女同士が効果があるのか、実とか義理とか関係なく、姪っ子軍団である従姉たちに母に受診を促すきっかけを最後は彼女たちに依頼した。

そのおかげで、やっと母は承諾し、病院に通うことになるのだが、病状は刻一刻を争う状況になっていた。

(つづく)



分かち合いの会は…吉本明美

新たな年がスタートしました。3日が過ぎ、4日から仕事も始まってからは、もうあつという間に普段と同じような日々に戻りました。昨年の会報から既にお知らせをしていた、死別体験者の分かち合いの会が場所を変えて新たに始まります。参加者減少の現実には色々迷い、悩んだりもしましたが、とにかく続けていくことにしました。場所を変えたからと言って大きな変化が起きるとは思っていませんが、私達スタッフには、新たな気持ち芽生えています。

遺族ケア、グリーフケアという言葉がホスピスケア、緩和ケアと同じように、世の中で浸透し始めてしばらく経過しています。当然のことながら、その考え方、方法は幾つもの形があり、実際にそれぞれの思いで色々なケアの展開が進められています。それでも、根底にはまず、当事者の思い、痛みを無条件で受け入れる姿勢は変わりないと思っていますし、そうでありたいと願っています。死別の精神的痛みを理解する事と死別の痛みに寄り添う事とは別のものだという基本に忠実でありたいと考えます。理論、分析、解釈が先行した先には結局は自分の考え、自分のやり方、速度の押し付けとなり、却って当事者を混乱させます。分かち合いの会は、根気よく何度も何度も行きつ戻りつする道のりに寄り添うところです。その一人一人の遺族に必要な時間が満たされた時に、参加者は自然と卒業を迎えると思っています。

自らの傷を自らの思いと忍耐と力で癒せるのが我々人間であることを信じたいと願います。新しい場所で、気持ちを引き締め、漫然と繰り返すことの無いように自分の姿勢を正してまた一年、会を続けていきたいと考えます。スタッフも高齢になりました。家庭の環境も変わり、介護も始まっています。色々な変化に順応しながら、それでもやっぱり、今年も大切な人を亡くした方達と共に進みたいと思います。よろしくお願いします。

前橋から高崎へ

土屋富子

「分かち合いの会」は2019年1月より会場を高崎に移します。20年来前橋で実施してきたのは、主催者側の都合より、群馬県全体を視野に参加者の利便性を考えてのことでした。現にこの間、両毛線で宇都宮や足利から見え方、長野から高速道で来られた方など広域からの参加がありました。

宇都宮のTさん、足利のSさん、太田のHさん、長野のOさん、その後いかがでしょうか?お元気にお過ごしでしょうか。懐かしく思い出しています。

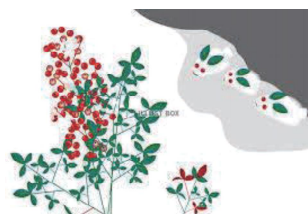
彼は東京の一流と言われる有名私立大学に現役で合格し、4年で卒業した。卒業以来会うことはまれで、数年に一度の同窓会がその機会であった。しかし、現役で仕事をしている時代、結婚、子育てと続くそのころに同窓会に集まるチャンスはなかった。それぞれが忙しく時を過ごし、かつての友人や恩師のことなど眼中から遠のいていた。10数年後、当時の担任であったN先生の訃報で、多くの同級生が集まった。葬儀は雪の舞い積る信州佐久にある先生のご自宅で行われた。昭和52~53年ころは自宅葬が当たり前の時代だった。そこに彼の姿があったかどうかという記憶も薄れて今は定かでない。

彼と年間2,3度会うようになったのは、高校卒業後40年も経っていた。彼は大学卒業後、大手旅行会社に就職し、文字通り世界を股にかけ活躍していると風の便りに聴いていた。その彼に相談を持ち掛けたのが10年ほど前、お互いに現役をリタイヤしてからのことだった。私は群馬という地に根を下ろしたため、日本の首都東京に疎い。親戚もなかったので、年に何度か行くことはあっても、そこは、子供が目的の動物園や有名なアトラクション会場であり、たまたま東京にそれがあるというだけで首都東京の歴史、経済、生活感、空気感を肌身で感じたとか知ることなくこの年まで来てしまった。そのことに少し負い目を感じていたせいか、彼に「東京散歩」のアイデアを持ち掛けた。結果、職業柄培った経験や知識は大いに私たち同級生の好奇心を満たしてくれる一大イベントとなった。

その日の企画、コース、名所・旧跡等見どころ案内は私が提案し最寄りの駅集合、解散とかなりのアバウトな計画でこれまでに10回ほど、毎回十数人の参加で実施してきた。実は、アバウトな計画でもできたのは、彼の存在が大きく働いていた。

東京の学校に通い、その後結婚して東京都民となり、50年、その間、仕事としても小中学校の修学旅行のプランニングなどで、隈なく東京を知った彼が後ろ盾で支えてくれたのでこの企画は実行できた。

年末に訃報を知らされた。彼は、「次の「東京散歩」を心待ちにしていた」と、一度も面識のないご遺族が言っていたということを別な友人から聞いた。春、温かくなったら追悼の祈りを込めて「東京散歩」を再開する。



臨床仏教師として、ボランティアスタッフとして



前橋市

眞木興遼

渋川医療センター緩和ケア病棟のボランティアスタッフに参加させていただくようになり、およそ一年半が経ちました。私は、普段は前橋市内にある天台宗寺院の副住職を務めておりますが、その傍らで、「臨床仏教師」として病院での活動しております。現在は東京の大学病院の緩和ケアチームに所属しており、渋川医療センターでのボランティアともご縁をいただいております。

「臨床仏教師」とは、臨床現場におけるケアの専門家の仏教者を養成する資格制度で、その活動領域は医療現場でのホスピスケアやターミナルケアをはじめ、不登校・ひきこもり支援、生活困窮者支援、障害者支援、自死防止など、医療・教育・福祉の多岐にわたります。

2015年に第一期生が認定されたという、比較的新しい資格制度なので、あまり聞きなれない名前かと思えます。中には、「病院にお坊さん？」と不思議に感じる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。確かに、一般的な感覚では病院と僧侶はすぐには結び付かないかもしれません。しかし、それでも私は、「仏教者だからこそ臨床現場で果たせる役割があるのではないか」と信じ、病院という現場に関わらせていただいております。

東京の病院では、医師の依頼に応じて、面談を希望されている患者さんの病室まで伺います。さすがにお袈裟でというわけにはいかないの、白衣を着用しています。私は決してそこに布教や法話をしに行くわけではありません。そこで私がすることは、患者さんが語る苦しみにしっかりと耳を傾けることです。患者さんから語られる苦しみは、身体的苦痛だけではありません。どうして自分が…という怒り、今までずっとがんばってきた仕事や家族としての役割が果たせなくなってしまった辛さ、そして、死への不安や恐怖など…。そういった患者さんの言葉を少しずつ少しずつ紡いでいながら、一緒に悲しんだり、一緒に怒ったり、時には一緒に笑ったりして、患者さんが自身の苦しみと向き合っていくお手伝いをするのが、臨床仏教師である私の役割です。

時おり、「自分は患者さんの役に立てているのだろうか…」と無力感に苛まれることがあります。そんな時に思い出すのが、臨床仏教について指導してくれた先生の、「苦しんでいる人を救おうと思ってはならない。臨床仏教師の役割はその人の中の仏を信じて寄り添い続けることである」という言葉です。患者さんの悩みや苦しみに明快な答えを出せなくとも、その方が少しでも安らかでいられるよう念じ、側に居続けることが大切であると、胸の中で何度も繰り返し、病室まで向かっています。

そしてその想いは、渋川医療センターでのボランティアを通して、更に強いものへ変わっていきました。ボランティアスタッフの方達は皆、緩和ケア病棟の患者さんの力になるために集まっています。けれども、皆が皆、患者さんと直接関わりケアをするわけではありません。持ち前の知識を活かして草花の手入れをする方や、道具を持ち込み歩道を整備する方、草刈りを一生懸命する方、イベントの案内のために素敵な絵を描く方…、挙げ始めればきりがありませんが、スタッフの方それぞれが自分のやり方で患者さんに寄り添おうとし、出来ることを続けていくことで、そこにケアの空間が生まれているのだと、共に作業をさせていただく中で実感しました。

天台宗を開いた伝教大師最澄の言葉に、「一隅を照らす、これすなわち国宝なり」というものがあります。一人一人が目の前のことに全力をつくすことで、灯りが集まり温かな光となるように、それらは大きな力につながる、という意味が込められています。渋川医療センターのボランティアはまさにこの言葉を体現しているように思います。

私の灯りはまだまだ小さいですが、少しでも多くの方を照らせるよう、等身大の自分を見つめながら、これからも自分の出来る役割を果たしていきたいと思っています。



新たなスタート

吉本明美

この原稿を書いている今は1月中旬。新しい元号はまだ判らないが、ともかくも新年は迎えた。昨年の漢字一文字は「災」だった。様々な地域で災害が繰り返される度に、容赦ない自然の猛威を前にして人間の力の限界を思う。被害にあわれた各地の方達はこれ迄とは状況の違う年末年始となった事だろう。少しずつでも、前に向かい、生活が落ち着いていくことを願わずにはいられない。大事な家族を喪った方達も心身の痛みは計り知れないだろうが、近くで、遠くで多くの人が祈っていることを信じてもらいたい。

年末年始を病院で過ごす患者さんも勿論沢山いらっしゃる。大事をとって外泊を控える人、痛み、辛さのピークで暮れや正月どころではない人、帰りたいけど、見てくれる家族がいない人…色々だ。仕事納めの28日は、何人もの患者さんが年末の挨拶に来てくれた。「良い年にしましょう」と互いに言い合って別れた。明けて4日の仕事始めも同様に、外来受診に来られた患者さんや年末年始を病院で迎えた患者さんが顔を見せてくれた。「こうして年始の挨拶が出来てよかった」、「一年一年が戦いだ」、「最悪の年末年始だった。とことん落ち込んだ」、「家族も俺がこんなじゃ正月気分じゃなかったかもな…」など、いずれも患者さん達の本音だ。頷いたり、苦笑いを一緒にしたり、黙って聴き続けたりと、私自身の役割もまた、始まった。この大きな病院の小さな一室で、今年もまた多くの患者さんや家族の言葉を拾っていこうと謙虚に自分自身に言い聞かせた。

暮れにある患者さんと話した時の事。私達日本人にすれば、母国語の日本語以外の言葉について話していた。例えば、英語。日本語では言いにくい言葉も英語なら言いやすい。感情移入が母国語程強くなくて、どこか客観的な感覚で話しているからだろうか。英語を話す時、英語で考えて言葉にするか、日本語で考えて英語に置き換えるかは人々だろうが、その時間差が微妙に感情に影響を与えているように思うとの事。「照れくさくて言いたいけど言えない言葉って結構ありますよね」等、取りとめもなく話して、病室を出る時に患者さんが「会えてよかった、又、来てくれるのを待ってます。いつか必ず、自分が歩いて吉本さんの部屋に行きます。」と、英語で言った。「私もお会い出来てよかった。話せて嬉しかったです。年が明けたら必ずまた、会いましょう」と伝え握手をして別れた。その日彼は、言いにくいことを英語で置き換えて自分の中で反芻したり、英語で話す時と日本語で話す時の何か違う感じのある自分を分かち合ってくれた。英語を使っている時の自分が好きだという彼はその時、つかの間、心身の苦痛を忘れてお喋りするつい先日まで教鞭をとっていた英語の先生という存在だった。

病人だって日々、色々な事を感じ、考える。病気の事だけではない。寝ながら家族の事、仕事、過去、現在、未来…と色々な事が頭の中を縦横無尽に走っていることだろう。その中で悩み、心配し、不安になり、悲しくもなる。これらの思いを何はともあれ、自由に感じ、考える為にはともかくも身体之苦痛を解決していかなければ無理だ。痛みは多くを人間から奪う。身体的苦痛の只中にある時に、過去も未来もあったものじゃない。ただ、今のこの苦痛だけが自分の存在を証している。

痛みは人間が権利として自由に行使することのできる「考える」という事「感じて、思う」という事さえ奪っていく。否応なしにこの苦しみの時間を耐えている患者さんには、自分などは全く成す術もない。何の役にも立たない。それでも、思う、祈る。祈るというと宗教的かもしれないが、人が他者を思う気持ちは祈りと同じだと思っている。「そうであって欲しい」と心から思うその気持ちがあらゆる宗教において祈りの原型だと思っている。休みの間、何人かの厳しい状況にいる患者さんの顔が目の前に浮かぶ。朝に夕に思う「痛みが治まっているかな…食べられたかな」その思う気持ちを「どうか少しでも楽になっていきますように」という思いに換える。相手に届かなくても自分が思う。それだけでも良いと私は思う。

ギリシャ神話の初めの部分でクロノス（時）の話がある。「時はすべてはじまりのあるものに結末をつける。」という文章がある。はじまったものには必ず終わりがあるという事だろう。パッと読んでしまえば何という事もない文章だが、妙に心に残る。当たり前の日々は全く当たり前じゃない事は前にも何度か筆にした。同様に、始まった事はやがて必ず終わるという事、今年、少し意識して考えたいと思う。新たな年は過去の年の積み重ねで迎えているわけだし、自分の過去が今を引き付けて来て今はその先の未来を予測する何ものかを含んでいるという事。それを踏まえて一日を大事にしていきたい。出来ますように…。



インフォメーション

2019年1月から 高崎へ

変更しました

“死別体験者の集い ・ 分かち合いの会”

死別の悲嘆ケア22年

新前橋の県社会福祉総合センターから

時間：毎月第2日曜日 14:00～16:00

場所：高崎市社会福祉総合センター3F 高崎市末広町 115-1

☎ 027-370-8822（お部屋は受付でご確認下さい）（無料駐車場あり）

■誰でも予約なしに参加できます。参加費無料。

地域がんサロンぐんまの開催

高崎会場 高崎市総合福祉センター3階

開催日 毎月第3日曜日

時間 13:00～15:00

前橋会場 群馬県立図書館 前橋市日吉町 1-9-1

開催日 毎月第4日曜日

時間 13:00～15:00

太田会場 太田市福祉会館 太田市飯塚町 1549

開催日 毎月第1日曜日

時間 13:00～15:00

富岡会場 ふれあいの居場所「よりみち」

富岡市上黒岩 1879-1

開催日 毎月第2日曜日

時間 13:00～15:00

新町会場 自遊空間「みちくさ」高崎市新町 2147-18

開催日 毎月第2火曜日

時間 13:00～15:00

★どのサロンも誰でも予約なしに自由に参加できます。

これからの 死別の悲嘆ケア
分かち合いの会 予定

3月10日 高崎会場	4月14日 高崎会場	5月12日 高崎会場
6月9日 高崎会場	7月14日 高崎会場	8月は お休み

寄付の御礼

(2018. 10～2019. 1 まで)

ありがとうございました。(敬称を略します)

鈴木将亮 丸山幸枝 依田一枝 入会 1 名

郵便振替 00560-4-5287 群馬ホスピスケア研究会