

発行責任者
外旭川病院ホスピス 嘉藤 茂
〒010-0802
秋田市外旭川字三後田142

TEL 010-868-5511
FAX 018-868-5577
HP www.h5.dion.ne.jp/~teramori



医療者のもうひとつの役割

ホスピス長 嘉藤 茂

「緩和ケア」という言葉が一般化するにつれ、「緩和ケア」は看取りのケアであり、死を前提としたケアと受け止められるようになりました。その結果、緩和ケアは暗く、希望のないものとなるわけです。これに対し、「早期からの緩和ケア」、「がんと診断された時からの緩和ケア」のような説明を付記することで、暗いイメージを改善しようとする努力もなされています。

私が医師になった1980年代には、緩和ケアは「ターミナルケア」や「ホスピスケア」と呼ばれていました。ターミナル（終末）やホスピスではあまりにも語感がよろしくないなどの理由で、これらに代わって、「緩和ケア」と名称変更され、現在に至っています。

死のイメージを私たちは嫌います。これはとても自然な感情で、誰しも若く元気でありたいと願いますから、名称変更を悪くいうつもりはありません。医療においては、患者さんや家族の繊細な感情への配慮が求められるゆえに、受け入れにくいものを柔らかく表現するのです。

ここでひとつ気になっていることがあります。医療者が配慮しすぎているのではないかという懸念です。

人は生まれ、育ち、やがて老い、病を得、そして死を迎えます。人生のありのままの事実です。しかし、私たちは人生の春夏秋冬のうち、冬、すなわち死の到来を先に延ばそうとします。あるいは冬は来ないかのように振る舞います。死を否認する文化です。ところが、秋田で冬を無視し、春の桜や秋の実りのことばかりを考える人がいたら、皆がとても心配するでしょう。秋田の冬も人生の終末も、誰も避けることはできません。県外に引っ越すという手もありますが、雪のない冬を体験するだけでしょう。

乱暴を承知の上で、医療者の立場から、世の中の人たちを三つに分類してみます。すなわち、患者、患者の家族、そして、患者でも家族でもない健康な人たち。このうち、患者と家族は病や試練の当事者ですから、行き届いた配慮が必要です。

では、健康な人たちにはどのように接すべきでしょうか。死の否認の文化に同化して、医療者は沈黙を守ればそれでよいのでしょうか。医療者が健康な人たちに配慮しすぎてしまった結果、生と死の現場のありのままを見えなくした面があるのではないか。医療者としての役割を果たしきっていないという思いは拭えません。

早く逝って楽になりたい思いと、ここに留まり、いつまでも家族とともにいたい思いの板挟み。体が弱って何もできなくなる無力感、虚しさ、なきなさ。病気になってみんなの優しさを身に染みて感じた、と流す涙。夫の看病で半年以上も病院に泊まり込んだ、年老いた妻の静かなまなざし。

生きることの光と影を、耳を傾けてくれる人に伝える役割が、医療者にはあるのではないか。死が人生最後の大仕事ならば、それに備えるためのあれこれについて、ホスピスで学ばせてもらったことを語り伝えることで、健康な人たちのお役にたてるのではないか。同時に、それが患者さんたちの生きた証を立てることではないか（もちろん、細部に配慮しながらの伝達でなければいけませんが）。

医療者のもうひとつの役割を果たしたい、と願うこの頃です。





ご遺族からのお便り



想い出のアルバム

中村 和子

十月に入り、東京も急に秋の気配が増しました。九月十一日に皆さんに送っていただいた母は、十三日に葬儀をとり行い、十四日に納骨いたしました。ベッドの枕元に添えて下さった「小さな花束」と一緒に旅立ちました。

入院中は、松尾先生はじめ、スタッフの皆さんには本当にお世話になりました。母だけではなく、私達にも何度も病室へ来ては、優しく声をかけて下さり、時には体調まで気遣って下さって、心細く思っているのに、心穏やかに看取ることが出来たのは皆様のおかげです。

私と弟も、アイスクリームを口にしたときの母の笑顔を見れたのは大きな喜びでしたし、皆さんにほめていただいた母自身も、どんなにか嬉しかったにちがいありません。その時の写真を入れた小さな“想い出のア

ルバム”はバッグに入れて持ち歩いています。作っていただきありがとうございました。生前の母をよく知っているお寺の住職さんにも見ていただきました。亡くなつた母しか見ていないのでとても喜んでくれました。写真の中の母を見ていると、悲しみよりも優しい気持ちになれます。

ホスピスでの二週間があったからこそ、母の明るい表情が見れたのだと思います。さいごの一夜を、母と弟と三人で過せたのも、ゆっくりと母を看取ることが出来たのも、何度も連絡を下さった皆様のおかげです。本当にありがとうございました。



誠心誠意の看護

狩野 陽子

父の入院中は、スタッフの皆様には大変お世話になり、心から感謝申し上げます。

父も、心あたたまる看護により、静かに旅立つことができました。

余命宣告はうけており、覚悟はしているつもりでも、日々衰えていく父の姿を見ることは辛く、悲しく、苦しいものでした。仕事帰り、外から病室を見上げ、見舞うこともなく帰宅したこともありました。

そのような日々の中、スタッフの皆様はいつも笑顔で声をかけてくださいました。父ばかりではなく、家族の心にも寄り添つてくださったこと、忘れることができません。

父が旅立った日の前日、にぎやかに誕生日を祝っていただいたこと、微笑む父の顔を思い出します。

誠心誠意の看護をしていただき、本当にありがとうございました。

天候不順なおり、スタッフの皆様方のご健康とお幸せを心より念じております。ありがとうございました。





私の趣味は写真撮影です。7年前から始めました。ここで少し私の写真への思いを書きたいと思います。

私はこのデジタル時代にフィルムカメラを使用して写真撮影をしています。フィルムカメラだと手間暇ばかりかかるイメージですが、やはりデジタルとは違う良さがあると思います。私は写真の師匠に「物事のあるがままの姿を写しなさい」と習いました。フィルムだと、自然や人のあるがままの姿を写真の中に残せているように感じます。春の草花の芽吹きや、夜空の星がめぐる様子、人の見せる一瞬の笑顔など、微妙な色の違いや‘味’のようなものを写真の中に映し出せるように感じるのは。

また、写真には見る人を感動させる力があります。私はまだ腕が未熟ですが、自分なりの感性と思いを込めて写真を撮つ

写 真

2階ホスピス病棟看護師 夏井 李奈
ています。だれか一人でも、人の心に残る写真を撮れたら良いと思って撮影しています。

私のいるホスピス病棟でも、患者さまやご家族の写真を撮る機会があります。皆さんそれぞれに素敵な表情をされます。これからも写真を通して一人でも多くの人に感動を伝えたり、その人の思いをくみ取っていけたら嬉しいです。



Photo by Rina Tanaka

筆者の写真作品



年度はじめに宿題

5階ホスピス病棟看護師 熊谷 久美子

花の春4月、本年度のスタートです。職場や学校など新しい生活をスタートする皆さんも多いと思います。

そこで4月、年度はじめに目標というよりは、半世紀・・・生きているにもかかわらず習得できていない基本的な事について、自分自身に宿題（目標）を出しています。

- ①優しい思いやり、感謝を常に忘れず。
- ②いつも微笑みを絶やさず。
- ③感情のコントロールができる。

ありきたりの事ですが、これがなかなか「言うは易し、行うは難し」。

年度始めのスタートとは云っても、いつも同じように、日常でも、自分自身に常に大切なことはあるはずです。

皆さんも、本年度スタート、常に意識してできる宿題（目標）を持ってはいかがでしょうか？

今年度こそ私も、長年の宿題を済ませ、あらたに宿題を次年度に出せるよう努力したいと思っています。



5階病室から見る草生津川の桜並木

ボランティアに参加して



私がボランティアに参加しようと思ったきっかけは、母の介護の手伝いでした。

ホスピス病棟は、患者さん、家族の方にとつては「限られた大切な時間」です。痛み、不安、苦しみを知らない私が、ボランティアでできるかと不安でいっぱいでした。でも、先輩に手順を教えて頂き、今まで活動ができたと思います。

いろいろ失敗もありますが、患者さんや家族の方が、一杯のコーヒーを飲んで、辛いことなど一瞬でも忘れ、「ほっと」してほしいのです。おいしい、ありがとうと笑顔を見られた時が、私の一番うれしい時です。

患者さんからは、人として時間を大切にすること、命の重さも学び感謝しております。

仏教の言葉ですが、「足るを知る」「一息に生きる」とあります。ボランティアに参加

ホスピスボランティア 中野 加代子

して少しわかるようになりました。

また、ボランティアに参加していちばんびっくりしたことは、手作りでした。病室の手作りカバー、ペットボトルの花器、折り紙の飾りなどです。私も何かと思い、今は、きものリメイクを学び手作りを楽しんでいます。

まだ反省ばかりですが、言葉遣いに心がけ、今自分のできることをさりげなくお手伝いして行きたいと思います。



病室で飾っているペットボトルのお花



ボランティアと私

ホスピスボランティア 佐藤 佐都美

う」の言葉や「お話ができる気持ちが楽になりました」と言っていただいた時は、本当に嬉しくホッとします。

また、「傾聴」は本当に難しく完璧などありませんが、ボランティアのみならず、私生活でも仕事でも大変役に立っています。人それぞれボランティアとの関わり方があると思います。私は、人生半ばに差し掛かり、ホスピスボランティアを通して自分や家族、そして「生き方」など、多くを見つめ直す素晴らしい機会をいただいているように思います。



何より、人生の先輩である患者さんから教わることは本当に多く、色々とお話を聽けることを逆にありがたく思います。若輩者の私が、患者さんやご家族の気持ちをどこまで受け止められているのか、など容易に想像できるとは思いますが、お話の最後に「ありがと



H25年度の相談件数について

医療ソーシャルワーカー(MSW) 下間 愛

H25年度の相談件数は804件で、過去最高だった前年度をさらに43件上回りました。内容は、現在かかっている病院の医師などからホスピスの説明を受け、入院を申し込みたいというご家族からの連絡が最も多くなっています。

入院を申し込む方には必ずホスピス外来を受けていただくのですが（ほとんどがご家族のみの来院です）外来の予約をお取りした際、事前にMSWがこれまでの経過や現在の状況などをお聞きし、その情報をホスピス医に伝えた上で外来を受けていただくという流れになっています。

お話を伺っていくと、以前入院したことのあるご親戚や知人の方から入院して良かったと聞いた、と話してくださる方が多くいらっしゃいます。その一方で、ホスピスは何もないところ、最期を待つ暗いところというイメージを持っている方が多いのも実情です。中には医療者からそのような説明を受けて来る方もいらっしゃいます。

ホスピスは癌そのものを治す治療はできませんが、癌がもたらす様々な症状に対する治療を行います。ご本人やご家族に寄り添い、病気によって失われたその人らしさを回復するためのケアを提供していく病棟です。

これまでかかっていた病院を離れること、ホスピスに入るということについて、不安や戸惑いを感じている方は多いと思います。直

接ご相談いただいたり見学していただくことで、その不安を少しでも和らげることができます。外来予約の有無にかかわらず、お気軽にご相談ください。

また、ホスピスの日常の一部をお伝えする『さんぽみちBLOG』を開設していますので、インターネットを見られる環境にある方はこちらもぜひご覧ください。

自身はホスピスの担当となって半年が過ぎました。このわずかな期間でも、患者さんやご家族の様々な想いを伺いました。相談件数の増加と比例して、平成25年度に新たにホスピス外来を受けた方が371名（前年度比+43名）、入院された方が292名（前年度比+39名）と、こちらも年々増加しています。この多くのご相談に対し、患者さんやご家族が安心できる対応を心がけると同時に、お話ししていただいたことを入院後のケアにつながるよう病棟に伝えていきたいと思います。どうぞよろしくお願ひします。

2014年4月15日火曜日

涙々・・・オカリナ

今日はホスピスでメロディーの会12名+看護師1名によるオカリナ演奏がありました。



患者さん、ご家族など20名が参



曲は

春らしく「さくら さくら」
優雅な気分の「エーデルワイス」
秋田ご当地ソング「秋田県民歌」など
一緒に口ずさむ家族の歌声に涙・・・

昔を懐かしみ涙・・・オカリナの音色は本当に不思議です。心に響きますね。
ちなみに、今回の投稿での「さんぽみち☆BLOG」も100回目！！感謝です♪ お陰様で、閲覧者も徐々に増えています。少しでも、ホスピスや緩和ケアの普及に繋がれば嬉しいです。
今後ともよろしくお願ひ申し上げます。



病院ブログへのアクセスは外旭川
ホスピスホームページにア
クセスいただくか、「ホスピス
さんぽみち」でも検索可能です。

ホスピス緩和ケア市民公開講座を開催しました

4月5日（土）と4月12日（土）、秋田拠点センターアルヴェと外旭川病院を会場として、外旭川病院主催による「ホスピス緩和ケア市民公開講座」を開催しました。今まで、ほぼ毎年、ホスピスボランティア募集を目的に「ホスピスボランティア養成講座」を開催していましたが、今年度は、一般市民の皆様に対する「ホスピス緩和ケア」の啓蒙活動を主眼にし、市民公開講座とし、ホスピスボランティア養成講座も兼ねて開催しました。

1回目の講座は、三浦進一病院長の開会挨拶にはじまり、高橋加代子師長による「ホスピスケアの紹介」、伊藤貴子看護師による事例「ホスピスにおけるコミュニケーション」発表、佐藤由美子看護師の事例「家族ケア」発表、齋藤千賀子看護師の事例「患者さんの心と体」発表、緩和医療専門医である松尾直樹先生による「患者さんの身体と心」と続き、約130名に及ぶ参加者は2時間半（中で15分休憩）に及ぶ長時間、熱心に聞いておられました。

アンケート結果から、全体を通しての感想として、「ホスピス緩和ケアについて知ることができた」「癌の進行についてよく知ることができた」「家族・遺族もケアされていることが分った」「松尾先生のお話がとても分かりやすかった」「看護師の事例発表がよかったです」等、認識が変えられた点について、「モルヒネに対する誤解」「レスパイト入院」「ホスピスに対する認識」「傾聴の大切さ」「ボランティアの必要性」「家族へ声かけ支え合いの大切さ」等の趣旨の記述が多く、中には「癌になったら自分もホスピスに入りたい」という思いを伝えてくれた人もいました。

2回目は、ボランティア活動参加を検討されている約30名の方が参加され、冒頭、ホスピスボランティアの松本照子さんの「体験発表」があり、嘉藤茂ホスピス長による「ホスピスボランティアに期待するもの」、ボランティアコーディネーターによる「外旭川病院ホスピスボランティアの紹介」と進み、2日間の講座を無事終了しました。

実際に、ボランティアへの参加手続きをされた方は、17名で、後日の個人面接を受けていただく予定になっています。（寺永守男）



アルヴェの多目的ホールでの講座風景



外旭川 病院での講座風景

編集後記

5月1日に県南に緩和ケア病棟が新しく開設されます。長い冬が終わり、野山が色づく春がやっと来てくれたように、緩和ケア病棟という人々を和ませてくれる場が花開くのです。私たちはこの日を待ち続けてきました。先日、新病棟を見学しました。真新しい病棟をスタッフの方々が案内する姿に、これから活動への意気込みのようなを感じました。開設に向けて入念な準備がなされたとお聞きしています。今後も着実に前進していかれることでしょう。そして、願わくは県北にも設置されますように。秋田県のどの地域でも緩和ケア病棟を利用できる日を、早く実現させましょう。

(S.K)