

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 018-868-5511
FAX 018-868-5577
HP www/jkk-sotohp.or.jp/sotohp/

<外旭川病院ホスピスの理念>

1. 癌患者と家族のQOL（生活の質）の向上を目指して、チームアプローチによる全人的ケアを提供します。
2. 在宅でのホスピス緩和ケアの実践を継続し、量的質的に前進させます。
3. 地域連携を構築し、緩和ケア提供システムにおける中核的役割を果たします。
4. ホスピス緩和ケアの教育と研究に取り組み、秋田県における医療の質の向上に貢献します。

第41回日本死の臨床研究会年次大会を経験して

外旭川病院 事務長代行 佐渡悠記

私が外旭川病院で仕事をするようになって早く7年が経過しました。入職当初は社会人1年目ということで病院での仕事を習得することに必死の毎日でした。請求業務を担当していたため患者さんと直接接する機会は多くはありませんでしたが、患者さんのご家族とは窓口でお話しすることはあります。その際、外旭川病院に来院したご家族が1番最初に応対する職員として、少しでも不安を和らげができるよう心掛けています。

そのような中昨年10月に開催された第41回日本死の臨床研究会全国大会で大会事務局の一員として運営に携わりました。これまでにも学会等のお手伝いをした経験はありましたが、2,000人規模の大会に携わることは初めてであったことや当院だけでなく複数の病院の職員と連携して運営するということに少し不安な部分もありました。しかし、毎月コア委員会を開催し、進捗状況をメンバーで確認しながら準備を進めていくことでその不安は解消していき、徐々に開催当日のイメージが持てるようになりました。そして、大会準備のため初めて参加した年次大会で、ある事例検討会場に足を運びました。様々な職種の医療関係者が集まり、患者さんやご家族に対する対応が本当に良かったのかなど、真剣に議論する様子に胸が打たれました。この時、秋田大会を参加者にとって有意義な大会となるようにしたいと決意しました。その後、行程表に沿って、広報活動や講師との調整、抄録の作成など準備を行いました。

大会当日はアトリオンの運営責任者として対応に追われました。時間の経過とともに参加者で混み始め、スタッフの皆さんには受付、会計、発表者や講師の対応、弁当配布、クローケ、会場案内などそれぞれの持ち場で笑顔で対応していただきました。大会初日はあいにくの雨でしたので、会場外の誘導をしていただいたホスピスボランティアの皆さんには本当に頭の下がる思いでした。事例検討会場では収容可能数を超える参加者のため空調が追い付かないといった事態もありましたが、これも参加者が多かったという証拠だと思います。多くの参加者に「秋田に来てよかったです」「おもてなしの対応がよかったです」などの評価をいただき、本当にありがとうございました。大きなトラブルもなく年次大会を盛会に終えることができたのは、スタッフの皆さんに助けていただいたおかげと心から感謝しております。

これからもホスピスのある病院で働く一員として、患者さんやご家族のためによい仕事ができればと思います。



満席の第2会場（アトリオン音楽ホール）



外旭川病院ホスピスの皆様へ

ご遺族様から

父がそちらで息を引き取ってから2週間が過ぎました。葬儀が終わり、一息つきましたが、ひとつだけ心残りがありました。また病院に戻るつもりだったので、病院の皆様に感謝の気持ちを全く伝えられないままにお別れしたことです。どうしてもお礼を伝えたく、手紙を書かせていただきました。

本当に、本当に、（父が）お世話になりました。ありがとうございました。最後が外旭川病院ホスピスで、本当に良かったと、この間、母と何度も話していました。

父の病状の進行に合わせ、どこも適切に対応くださったとは思っています。ただ、皆様にお世話になった外旭川病院は、特別だったと感じています。

そちらに転院した4月17日、父がかなりの情緒不安定に陥り、疲れた母から何度も電話がありました。これからどうなるのか、とても不安でした。ところが10日後、父の元を訪れると、とても落ち着いていたので意外でした。もともと、初めての場所に慣れるのに時間がかかるひとだったので。さらに驚いたのは、私が部屋に入るとすぐに、父がナースコールを「とって」といい、渡すと押して（すみません、寂しがりやなのかすぐにナースコールを押したがる人で…）、来ていただいた看護師さんが、いやな顔もせず「先生、どうしたの？」と声をかけてくださったことです。さらに、「散歩に行く？」と誘ってくださり、ランジまで父を連れ出してくださったのにも驚きました。

身びいきかも知れませんが、教師としての父はとてもフランクで敷居が低く、卒業生が年末年始に団体で家に飲みに来たり、ひとりふらっと悩み相談に訪れたりしていました。スタッフの皆様から「先生」と呼んでいただき、英語も聞いてください、ボランティアの方にも「やりましょう」ではなく、「教えてください」と下手に出て囲

碁に誘っていただいたり。お蔭で父も、教師時代のいい精神状態で皆様に接することができたのだろうと思います。これだけきめ細かに、しかも親身に寄り添って対応していただいたところはなく、言葉どおり「有り難い」ことだと心から感謝しました。

緩和ケアという仕事は、治療ではなく死に向かう患者さんに寄り添い、最後を見取る、とても大変な仕事だろうと思います。しかし、壁に貼ってあった病院の理念の言葉どおり、本人の尊厳を尊重し、最後まで温かく見守って下さる、本当に貴重な仕事をなさってくださっていると思います。これまでの父の6年間を見ていて、治療にかかる看護師さんと終末期医療の看護師さんの患者に対する接し方のちがいを痛いほど実感してただけに、そう思います。

私自身、終末は外旭川病院のホスピスで迎えたいと思ったほど、看護師さんひとりひとり、とてもしっかりとお仕事をしてくださいました。

病院に寝泊りさせていただいた3日間、高齢の母が疲れない和室の宿泊室があるなど、施設も充実していることがわかり、それも心強かったです。それ以上に、看護師の方々と松尾先生の対応の温かさ、きめ細かさに本当に頭が下がりましたし、仕事へのプライドも感じました。

父の病室で寝ている夜中、父が苦しがる姿を見て慌ててナースステーションに飛び込んだとき、「落ち着いてください」と冷静に対応してくださった看護師さん、父が他界する前夜、「辛くないですか？」とこちらにまで気を遣ってしばらくお話しに付き合ってくださった看護師さん…。本当にありがとうございました。

皆様、お体に気をつけて、大変だと思いますが、これから多くの患者さんとご家族に、私たちのように幸せな終末を迎えさせてください。（拝）。



春の楽しみ

4月に入り、桜の季節となりました。私の通勤路の桜の木を見て四季を感じながら外旭川病院で働き始めて今年で4回目の春を迎えました。

4年前、新人看護師で初めて所属した病棟がホスピス病棟という事で、不安と緊張の毎日でしたが、温かく見守ってくれる先輩や、患者さんやご家族からの「ありがとう」という言葉を励みに今まで頑張ることができたと思っています。

春の私の楽しみとして、先日、新橋演舞場で開幕された、滝沢歌舞伎を鑑賞してきました。歌舞伎と聞くと難しい舞台を想像するかと思いますが、滝沢歌舞伎は歌舞伎だけではなく、歌やダンス、和をモチーフにしたエンターテイメントショーで楽しめます。舞台化粧では自分で作成し

2階ホスピス看護師 田中 里奈

た化粧台の前に座り、出来上がる過程を見ることができます。舞台は毎年進化と共に成長し、これまでとはまたひと味もふた味も違う姿を魅了させられます。その舞台からエネルギーをもらい、頑張るぞと気合が入ります。

まだまだ未熟ですが、患者さん、ご家族に寄り添い、自分らしくできるように支える看護ができるよう成長していきたいと思います。



私のリフレッシュ

ホスピスに配属になり、早いもので3年目に突入しました。毎日の業務はとても忙しいですが、たくさんのこと学びながら充実した日々を過ごしています。

忙しい中でも休みの日に出かけることが私のリフレッシュになっています。特に季節を感じることを楽しみにしています。例えば、春は桜を見に千秋公園や草生津川に散歩に行ったり、秋にはぶどう狩りや紅葉を見に遠出したりと季節ごとに旬なものを楽しんでいます。1番最近では羽後にイチゴ狩りに行き、制限時間30分のなか80粒のいちごをお腹いっぱい食べました。私はフルーツが大好きなので“〇〇狩り”という文字を見て、今度の休みに行ってみよう！と次の楽しみを作りながら仕事に励んでいます。

また、温泉に行くことも楽しみにしていて少し遠出した時には温泉に入ってリラックス

5階ホスピス看護師 横山 佳奈

して帰ってくることが多いです。自宅のお風呂とは違って、広いお風呂や露天風呂に入るととってもリラックスできて、日頃の疲れが吹っ飛んでいくような気がします。

今年は去年いけなかった桃狩りと、冬は苦手ですがかまくら祭りや犬っこ祭りなど秋田ならではの祭りにも行ってみたいと思います。

これからもいろんなところにドライブに行き、旬なものを満喫して時々リフレッシュをしながら仕事を一生懸命に頑張っていきたいと思います。





平安の状態を願う

ホスピスピボランティア 神谷 美津子

以前、ホスピス医師であり、牧師でもある方の本を読んで感銘を受け、私もホスピスに身を置いて何か力になればと思ひ、ここ外旭川病院ホスピスでボランティアを始めました。

活動を始めた頃は病室に入るのはとても緊張しました。先輩のボランティアの方について一緒に病室に入り、声かけや愛の心遣いを学びました。そして患者さんの話に耳を傾けその方のこれまでの人生から多くのことを教えられ、力になるよりも力をいただいて活動を続けてこられました。

そうこうするうちに、希望される患者さんに牧師として病室を訪れ、患者さんの話を聴き、聖書のメッセージを伝える機会を時々与えていただくようになりました。

希望を失い恐れで震えおののいておられる

方の心に寄り添い、祈りつつ希望のメッセージをお伝えします。反応は様々で、力になれなかつたと反省することもありましたが、話を聞きそれを自分の心に受け入れた方の中には、心に変化が見られ、病状が厳しくなる現実の中で、「平安です」、「感謝です」、と口にする方もありました。そんな平安な状態が最後まで保たれてほしいと願い、出来る限り訪問し、与えられている希望を確認する時を持っています

ホスピスにおられる患者さんの上に神様の恵みを祈りつつ、微力ながら活動を続けて行きたいと思います。

(左は、病室で聖書の一節を朗読する神谷牧師さん)



嬉しい瞬間

ホスピスピボランティア 田中 真理子

したり、思わず胸がいっぱいになつたりします。そして、絵手紙を完成して笑顔になられる患者さんを見て、思わずいっぱい拍手をしてしまいます。本当に嬉しい瞬間です。

部屋に帰られる時、「ありがとう」とお礼を言つていただくと、「こちらこそ、ありがとうございます」の気持ちになります。こんな日は、帰りの車もスイスイ進むような気がします。その反面、つい、義母にも辛さを忘れる一時を過ごさせたかったと思つてしまひます。

これからも仲間の皆さんや活動に参加させてくれる家族に感謝しながら、「嬉しい瞬間」に出会えるようにお手伝いを続けて行きたいと思っています。(左の絵手紙は患者さんの作品)



19年前義母を胃ガンで亡くし、もっと他にしてあげることがあったのではとずっと想つ続けていた時、「ホスピス緩和ケア市民公開講座」の開催を知り参加しました。そこで、「ホスピスの大切さ」を教えていただき、「これだ!」と思いホスピスピボランティア活動に参加することにしました。

いざ活動を始めたら、患者さんにぎこちなく接してしまつたり、言葉かけの難しさを感じて、毎回反省の連続でした。そのため、活動を続けること自体が不安でしたが、先輩ボランティアの皆さんからの助けのお蔭で活動を続け5年を経過しました。

でも、嬉しい事も、患者さんの姿に学ぶこともあります。

その一つに、絵手紙教室での体験があります。患者さんが一生懸命描かれている絵手紙をじっと見つめていると、患者さんが最後にそこに添え書きされる「ことば」にホッコリ



私の看護観

2階ホスピス看護主任 山平 恵

幼稚園生の頃のなりたいものが書かれたメダルには「かんごふさん」と書かれていました。幼い頃の私は身体も小さく、よく体調を崩し病院に通う機会が多かったです。その当時の記憶はあまりありませんが、「かんごふさん」に助けられたという思いから、なりたいものになったのかもしれません。

また、看護学生の時に担当させていただいた患者さんとご家族との関りや、急性期看護より慢性期看護の方が向いているという自分の特性、ホスピスに興味を持ったということから、ホスピスで勤務している今現在の私がいると思います。

自分自身年を重ね、看護師としても様々な経験を重ねるにつれ「人が人として、その人らしく最後まで人生を全うすること」ができるように関わることが、私が看護師として大切にしたいことです。この言葉には様々な事柄が含まれますが、最後の時まで尊厳をもった一人の人間として過ごすことは、「大切にされている」という感覚となり、患者さんのケアだけではなく、ご家族のケアにもつながると考えるため、大切にしたいと思っていることです。

食事や排泄、口腔ケア等の保清など、人としての基本的欲求となる部分は特に細やかなケアや関りができるように心がけています。また、看護師としての関わりを通して感じることが多いのは、人は最後まで自律した存在であるということです。自律を尊重してその人に関わること、それがその人を支えることになるのだと思います。

「自律」という意味は、個々人によって異なると思うので、その人がこれまで歩んでこられた人生や、大切にしていることなど、その人の背景を知ることが自律を支えるケアにつながり、その人らしさにつながっていくものだと思っています。そのため、限られた時間の中で自分ができる精一杯の関りを丁寧にするよう心がけています。

私はここ数年、大切な人の別れを経験し、考えていたよりも、最期にどう過ごしたかということは患者・家族にとって強く心に残るものだと感じました。

ホスピスという場所では、人の人生の最期に関わる機会が多いため、普段の関わりを「自分の家族だったら」と振り返ることも忘れずに実践していきたいと思っています。

患者さんの願いを叶えて下さった佐藤祐幸（民謡歌手）さん

先日、3月19日に秋田を代表する民謡歌手の佐藤祐幸さんが急きよ来院し民謡を披露して下さいました。その月の計画にもない行事が急きよ実現したのは、民謡が大好きな患者さんが居られたからです。その患者さんに、是非、生の民謡を聞かせてあげたいという病棟スタッフの強い熱意を受け、当方のボランティアでもあり民謡を唄っている古谷博子さんにお願いしたところ、古谷さんと一緒に師匠でもある佐藤祐幸さんも来てくださいました。その患者さんが大変好きだという「本庄追分」と「江差追分」をはじめ、秋田民謡を中心に約30分

間唄って下さり、参加してくださいました患者さんたちが大変喜んで下さいました。

大変お忙し中、

患者さんの願いを叶えて下さった佐藤祐幸さんと古谷博子さんには心から感謝しております。そして、患者さんの希望を何とか実現しようという病棟スタッフの強い熱意には敬意と感動を覚えました。



熱唱する佐藤先生と古谷さん

（文責：寺永守男）

平成30年度ホスピス緩和ケア市民公開講座を開催

今年度も、4月14日と21日の2回にわたり、ホスピス緩和ケアの啓蒙とホスピスボランティア募集を目的とした「ホスピス緩和ケア市民公開講座」を開催しました。

1日目の会場はにぎわい交流館AUで、参加者は約90名でした。佐藤医療ソーシャルワーカーの司会の下、嘉藤ホスピス長の開会の挨拶に始まり、まず前半赤木郁子看護師（がん専門看護師）が「ホスピス緩和ケア一般」と「当院ホスピス」について紹介、後半は松尾直樹医師（日本緩和医療学会 緩和医療専門医）が、「知っておきたいがんの症状とケア」について具体的に説明しました。参加された皆様、それぞれのお立場でこのような情報を必要としておらる様で、とても真剣に聞いていらっしゃるようでした。

参加者全員にアンケートを依頼したところ、62名の方が協力下さいました。結果を見ますと、前半と後半ともに、9割以上の方が「理解できた」「役に立つ」と答えて下さり、この講座が大変意義深いものであった思います。

2日目の会場は外旭川病院で、ボランティアを希望する7名の方が参加して下さいました。冒頭、ボランティアの吉田さんに活動体験をお話して頂き、まず、嘉藤ホスピス長から「ホスピスボランティアに期待するもの」について説明があり、最後に、寺永ボランティアコーディネーターが実際の活動を写真で紹介し、すべての講座を終了しました。

アンケート（1日目のみ）では、沢山の方が下記の主旨の感想を記述して下さいましたので、一部を紹介します。

「家族も自分もがん体験者で、参加して良かった」

た」「その人らしさを尊重した取り組みに感銘を受けた」「ホスピスケアについてよく理解できた」「ホスピスケアの様子を知ることができた」「ホスピスではボランティアを含め様々なケアをしていると感じた」「一般市民のホスピスへの認知度をあげてほしい」「松尾医師のそばにいる人は偉せだと思う」「医療用麻薬のモルヒネなどの正しい知識を知ることができた」「患者さんの最期の状態や麻薬の良い面を聞けて、イメージが変わった」「いろいろ悩んでいたが少し気持ちが楽になった」「これから生き方に自信がつき、参考にして前進したい」「生きる意味、支える意味を知った」「ターミナルケアについて、考え直すきっかけになった」「がんになっても安心して生きていいかと思った」「体の変化について理解できた」「自分の人生のために役立つ生き方講座でした」（文責：寺永）



嘉藤ホスピス長



松尾医師



赤木看護師



熱心に聴講する参加者の皆様

編集後記

主治医から診ると退院できる病状だけれど、どこか不安もあり病院に留まりたい場合は、これまでそのまま入院継続でした。しかし、4月から診療報酬が変更され、可能な方に対しては退院を励ます方針に転換しました。退院可能な根拠をデータで示し、退院後の支援のありかたを具体的にじっくり説明することで、笑顔で退院を決意する人ができました。全面的な意思尊重の結果としての入院継続と、軽く背中を押すことで実現する自宅生活への復帰。前者は後者に勝るわけではないという気づきは、驚きました。対人援助の奥深さと難しさをあらためて感じつつ、散り始めた桜を眺めています。（S.K）