

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

# さんぽみち

TEL 018-868-5511  
FAX 018-868-5577  
HP [www//jkk-sotohp.or.jp/sotohp/](http://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。
5. ホスピス緩和ケアの実践を通して、いかに生きるかについてともに考える場と機会を提供します。

## 「コロナ禍を経て思うこと」

5階ホスピス 看護師長 山平 恵

5階ホスピス病棟で看護師長をしております山平恵です。当院に勤務し19年になりました。療養病棟での勤務を経て5階ホスピス病棟立ち上げの年にホスピス病棟へ異動となりました。ホスピスで勤務するなかで緩和ケア認定看護師の資格取得の機会をいただき、現在ホスピス外来や緩和ケアチームでも関わらせて頂いています。

さて、未だ話題になっている新型コロナウイルスですが、数年になるコロナ禍を経て思うことを書いてみようと思います。当院ではコロナウイルスが5類に移行した後も面会制限が続いています。面会制限は安心できる医療の提供のために必要な対応ですが、予後が短い患者さんが多いホスピス病棟では面会制限に伴いスタッフは様々なジレンマを抱えており、カンファレンスの場で話し合ったり、思いを吐き出したりして日々悩みながら対応しています。面会制限がなく自由に面会できていた時には当たり前に行っていた家族ケアの時間も今は設けにくくなっています。しかし、厳しい状況下でも患者さんとのふれあいや寄り添うケア、患者さん・ご家族の大切な時間の確保などホスピスとして大切にしてきたことを忘れずに、どうすればできるのかを考え、日々話し合いを行っています。

コロナウイルスの流行に伴い、私たち職員にも行動制限があった時期がありました。私は旅行やイベントで県外によく出掛けていたので、それができなくなったことは何よりも苦痛でし

た。また、自宅待機期間で仕事すらできない時期も経験し、仕事ができることや好きな時に好きな場所に行ける、逢いたいときに逢えることは、当たり前ではないということを改めて実感しました。そして、様々な場所に出掛けることは私にとっては生きるための活力を得ることだったとも感じました。コロナ禍を経て当たり前が当たり前ではないということに気づけたことは良かったですし、以前よりは何事にも感謝する自分になったと思います。日々様々なことが起こり、あっという間に時間が過ぎていく日常ですが、日々皆さんに元気をもらい助けられて勤務しています。師長という立場での悩み・葛藤は尽きませんが、患者さん・ご家族・スタッフ・関わるすべての人・事柄について“自分だったら”と自分事として考え、行動することを実践していきたいと思っています。

ボランティアの活動も縮小して再開となり、病棟には活気と穏やかな空気が流れ始めました。まだまだコロナ禍は続くので、大変なこともあると思いますが、ケアする側が元気でなければ良いケアはできませんし、話を聴く余裕も生まれられないと思います。だからこそ私たちが心身共に健康である必要があります。個々に合ったりフレッシュを行いながら、一緒に元気に過ごしていきたいでしょう。



## ＜ご遺族からのお便り＞ 外旭川病院ホスピス担当看護師の皆様

拝啓 その節は母が大変お世話になりました。A病院からの転院で、ホスピス病棟は初めての経験でしたが、母も私もご担当の小谷野先生や、看護師の皆様の温かいケアに、ただただ、感謝し頭の下がる想いでした。

亡くなる寸前まで、母は毎日電話で「先生が毎日病室に来て、いろんな話をしてくれて嬉しい。看護師さんたちがみんな優しく、ありがたいよ。」と申しておりました。おかげさまで、それまでは自宅で介護しない自分を責めていた気持ちも少し緩ませることができました。

息を引きとった時に可愛いお花のハンカチと小さな花束を胸において下さったこと、

看護師さんが一緒に化粧して下さったこと、ほかにもいろいろ胸に響いたことがたくさんあり、私は一生忘れないと思います。

あらためて、本当にありがとうございました。母の残りの最後の時間が幸せだったので、私も嬉しいです。よろしければ、ご担当して下さいました小谷野先生、最期を看取って下さった松尾先生にもよろしくお伝え下さい。

病院でのお仕事は大変かと思いますが、看護師の皆様のご健康をお祈りしております。

どうかお元気でお過ごしください。

2022 2月27日

感謝をこめて

## 新型コロナ下での「患者さんとボランティアのつながり」

現在、新型コロナ下での活動のため、ボランティアは一切病室へ入ることはできず、ボランティアの皆さんは患者さんと接する機会がほとんどなくなっています。そのため、患者さんとボランティアとのつながりが大変薄くなっているのが現状です。

そんな中、お一人の患者さんとの「素晴らしいつながり」が実現しています。

毎週水曜日にご希望の患者さんにボランティアが点てた抹茶を甘いお菓子を添えお届けしているのですが、ある患者さんの飲み終わった抹茶茶碗に、毎回感謝の気持ちを表す暖かいメッセージが添えられています。そのメモを見て、ボランティアの皆さんが感動するばかりか、その患者さんとのつながりを直接的に感じるといいます。

受け取ったボランティアからは、患者さんにご負担をかけない範囲で、お届けする抹茶にボランティアの心をこめたメッセージや、家から持参した珍しい花一輪を添えたりしています。

このような患者さんとボランティアのや

り取りは、たとえ直接接する事が出来なくても強いつながりをもたらしてくれていると感じ、ほっこりとした気持ちになります。

コロナが早く収まり、ボランティアの入室が許され、そのつながりがますます強くなる日が来ることを願う毎日です。（ボランティアコーディネーター 寺永守男）



甘いお菓子とお花、そしてボランティアからのメッセージが添えられた抹茶



患者さんからのメッセージが添えられた飲み終わりの抹茶茶碗



## 2つの思い出

2階ホスピス看護師 本間 実奈美

この夏、私には2つの忘れられない思い出ができました。1つ目は広島旅行です。大好きなあいみょんのライブを観戦し、原爆ドームや原爆資料館にも行ってきました。ライブに関しては一生分の運を使い果たしたかもしれませんが、最前列が当たり現実とは思えないほどの幸せな時間でした。また、当時の原爆の影響を受けた衣服や建造物、人々の映像などを実際に自分の目で見る事ができたのは私の人生にとって、とても意味のあるものとなり、改めて今の日常が当たり前ではないことを考えさせられました。2つ目は母の実家の群馬県へ帰省したことです。コロナ禍で5年ぶりの帰省となりましたが、祖父母やいとこ達もみんなが集まることができ、とても楽しい時間を過ごすことができました。群馬県は海に面して

いない県でニュースにも取り上げられるほど夏はとても暑い所ですが、草津温泉や湯畑など有名な観光地でもあるので機会があればぜひ行ってみてください。

私は2階ホスピスに異動してきてから様々な縁があって、毎日周りの先輩方や患者さん家族から多くのことを学ばせていただいています。私の好きな言葉の1つに「人生の豊かさは出会った出来事にどれだけ心を動かされたかで決まる」という言葉があります。その言葉の通りここではたくさんの心を動かされる出来事があります。これからもその1つ1つと大切に向き合いながら看護師としても人としても成長していきたいと思います。



## 私の目指す看護



5階ホスピス看護師 永田 智子

私がホスピス病棟で働くようになり、1年半がたちました。30歳を過ぎ、子育ても落ち着いてきたタイミングで自分の看護を振り返った時、人に寄り添い、その人が安心して最後を過ごすことが出来るような看護がしたいと思い、初めは当時勤めていた病院から老健へ転職しました。そこでは認知症の方が老衰で亡くなるが多かったです。そのため入所者・家族と関わる時間が長く、どうしたら穏やかに過ごすことができるのかを入所者の希望を聞き、家族と一緒に考えてケアを行っていました。しかし、関われば関わるほど、自分の知識や経験、技術のなさを感じ、もっと勉強したいと思い、外旭川病院へ転職しました。

ホスピス病棟では、はじめて経験することも多く、勉強になることが多い反面、出来ない自分へのふがいなさで落ち込むことが多かつ

たです。しかし、師長や主任、指導担当者をはじめ、まわりの先輩スタッフが丁寧に、根気強く指導してくれました。現在もまだまだ勉強中で、うまく出来ないと落ち込む日もありますが、心強い先輩スタッフと一緒に働くことが出来て幸せだなと日々感じています。

何気ない日常を最後まで穏やかに、安心して過ごすことが出来るように、病棟スタッフや相談員、リハビリスタッフなど多職種で話し合い、協働していけるこの環境がホスピスの強みであり、魅力だと思います。私もその一員としてこれからも努力していきたいと思うので今後ともよろしくお願いします。

（写真は、ペットボトルを利用した花瓶に生けた季節のお花。）





## こころの花束

ホスピスボランティア 佐藤 たつ子

この7月、ようやくボランティア活動に復帰することができました。3年半という長い月日、いつになったら活動できるのか、自分の年齢を考えるともう無理かな、とコロナの終息が見い出せないまま不安な日々が過ぎて行きました。

そんななか、ボランティアの大先輩であるSさんが天国へ旅立たれました。私は、ご遺族から連絡をいただき、ご遺体との対面を許されました。その安らかな枕元に寄り添うようにひっそりと置かれた小さな可憐な花束、なぜか愛おしく自然に涙が溢れました。

この小さな花束には、主治医の先生の懸命なご尽力、看護師の皆さんの献身的な優しさ、看護師の方々の温かい眼差しや言葉掛け、そしてボランティアのささやかなお手伝い、そういう目に見えない心遣いがいっぱい詰まっていたのです。まさにこころの花束だったの

です。幾度となく目にしている私でさえ感動で涙してしまったのですから、ご家族の皆様にはどんなにか慰められ癒されたことでしょうか。

人様のために何かできることを、その思いで始めたボランティア活動でしたが、活動を通してありがたいことに、それは自分自身のためであることを気付かせてもらいました。楚々としたお別れ花が人様の心を打ち癒してくれるのを目のあたりにしたとき、私自身もその花束を心に抱き、この先もう何年できるか分かりませんが可能な限り患者様に寄り添って活動させていただきたいと思っています。

写真は、ボランティアが準備するお別れの小さな花束。



## 音楽と私

ホスピスボランティア 北島 伸二

子どもの頃両親の実家には蓄音機があった。濃い茶色の四角い箱で蓋を開けるとその内側にスピーカーとそれに耳を傾ける犬の絵柄が描かれていた。専用のレコードで音楽を聴くことができた。数ある中から豪華な装丁の箱に入った五枚組のレコードを選びそれを掛けると「ジャジャジャジャー」で始まるブルーノ・ワルター指揮ベートーベンの「運命」で、これが西洋音楽に興味を持つ契機となった。

中学生頃にはポール・アンカの「ダイアナ」が流行っており、ジャンルを問わず何でも聴き始めていた。そんな中忘れられない一曲に出会うことになった。高校生の頃人並みに悩みを持つようになったある日、知人で年長の大学院生が来宅し一泊した。その夜は満月が煌煌と夜空を照らし、部屋の隅々まで明るくしていた。私たちは色々人生について語り合っていたが、その内年長の彼は立ててある一枚

のレコードをプレイヤーに掛けると、それがベートーベンのピアノソナタ「月光」であった。私たちはその雰囲気酔いしれ、深夜まで話しをしたのでした。

私は自分で楽しむため十代からギターとハーモニカを自己流で始め、今も楽しんでいる。ボランティア活動の中でまさか患者様にハーモニカを聴いていただくとは夢にも思いませんでしたが、これからはまじめにその腕を磨きたいと思っています。



ハーモニカ演奏をする筆者



## ホスピス病棟の栄養士として日々思うこと

栄養科 管理栄養士 藤田 愛

今年の夏は30℃を超える猛暑日が続き、異常気象を身近に感じました。9月中頃になりようやく涼しくなってきたなど安心してるところです。

今年は暑さのせいか夏に咲かなかった庭の朝顔が、涼しくなってから元気よく咲きはじめました。また畑のピーマンもようやく実をつけるようになり、植物にとっても暑すぎるのは辛かったのだなあと思いました。

給食で使用する食材も暑さや水害で影響を受けたこともあり、今後の異常気象への心配は続いています。

そんな中でも食事は変わらずおいしいといわれるものを提供していきたいと思っています。

私が外旭川病院で働き始めてから、もう少して5年がたちます。

最初は仕事を覚えるのにもいっぱいいっぱいだったこともあり、周りを見る余裕もなく毎日を送っていたような気がします。

以前の勤め先ではひたすら献立通りに調理を行ったり、栄養指導をして必要カロリーを説明したりしていましたが、ホスピスという場では自分は何をすべきか、何が必要とされるか、栄養科の先輩や病棟のスタッフの話聞きながら学んでいるところです。

入院前は食事がほとんど食べられなかった患者さんが、入院してから食事を食べれたと聞くと良かったと思うと同時に、病院へ来たことでの安心が食事摂取量にもつながっているのだろうと感じます。

患者さんにお話を伺いに行くときは、食事の量は多かたり少なかりしないか、形態は硬すぎたり軟らかすぎたりしないか、など現在の食事に変更点はないか確認しています。実際提供された食事硬さが合わなかったら、形態の変更を提案し、量が合わなかったら量の調整を行います。

また、患者さんの状態によってもう少し

お話が伺えそうなら、今まで食べてきたお食事内容や好きな食事のことも聞いています。皆さんそれぞれのよく食べている料理や自分で作っていたものがあり、食事提供の参考になります。

患者さんに「わがままばかり言ってごめんね」といわれることが時々あります。できるだけ気を使わずに話していただけるようにコミュニケーションを心がけたいと思います。

すべての食事の希望にこたえられるわけではないのですが、主食を変えたり、食材を一部変更したりと、できる範囲でのことは行っていきたいと思っています。大量調理で人員と食材に限りがある中でも、できる限り希望に添えるように日々考えています。

個人的な話ですが、私は美術館に行くのが好きです。全然詳しくもないのですが、いいなと思う絵を眺めていると、何となく気持ちがゆったりできます。コロナ禍があったからなかなか美術館にも行けませんでした。ホスピスの廊下を通った時に飾ってある作品を眺めて癒されています。

食事でも少しでも患者さんの気分を癒してくれる一助になるように日々考えていきたいと思っています。

写真は今年の敬老の日の行事食です。

病院にいても季節の行事を楽しんでいただけたらと思います。





## 今年も届いた無償の愛（サクランボの贈り物）

ボランティアコーディネーター 寺永 守男

6月末、2パックのサクランボが宅急便で・・・え！今年も届いた・・・。あて名は、「外旭川病院ホスピス入院中の患者の皆様」、送り主は、「湯沢市三関地区 サクランボ農家」、名前、住所、電話番号等は全て空欄。近くのスーパーマーケットには売ってはいないほどの見事な一級品です。

実は、10年以上前から、毎年欠かさずこの贈り物は届いているのです。送り主のお気持ちを知らずにはできませんが、近親者が入院して世話になったというお礼のお気持ちなら、宛先は病棟スタッフになるはずで推測の域をでませんが、当ホスピスで愛する人を亡くされ、その大切な人に対する気持ちを、現在ホスピスに入院中の患者さんに対しても同じように持っておられるのではないのでしょうか。

まったく見知らぬ患者さんに、「この美味しいサクランボを一口でも食べて欲しい」という送り主のお気持ち、これこそが究極の愛と言われる「無償の愛」ではないのでしょうか。

辞書を引くと、「無償の愛とは、見返りを求めず相手のためを思う気持ちや行動」とあります。また、相手がどんな人であろうが無関係に愛し続けるという「無条件の愛」もあります。一般的に愛の対象者は、家族、友人、知人等となり、このような人からは何らかの自分に対する反応があり、それを知ることができます。しかし、この送り主の場合は、送り先の相手を全く知らないばかりか、どんな

ルート、あるいはどんな形にでも、相手の反応が返ってくる可能性がゼロで、そのことを承知の上での愛の行動なのでしょう。

私を含め、普通の方なら、「よし、無償の愛を実践するぞ！」と心に決めても、心の中では相手の反応を期待し、それを知りたいと思ったり、挙句の果には「こんなにあなたを思い、こんなに尽くしているのに・・・何故、少しの感謝も出来ないの？」と、落ち込んでしまうことさえあり得ます。このような愛の心を持つことはとても難しいことですが、それに向かって努力することはできると思います。

他者を愛するという事は相手のためという前に、実は自分自身のため、すなわち自分の心に平安と豊かさをもたらし、その結果として他者への真の奉仕の実践が可能になるのではないのでしょうか。

この送り主にあやかり、「無償の愛」「無条件の愛」に少しでも近づけるよう努力したいものです。下の写真は、送られてきた二段重ねのサクランボとその中身です。



### 編集後記

「コロナ禍が終わった」と言われたりする最近ですが、医療機関では変わらず慎重な感染対策が必要な状況が続いています。とは言うものの、少しずつ、ホスピスの日常も戻りつつあります。まず、ホスピスボランティアが徐々に活動を再開しています。まだ以前のように直接、患者さんのお部屋でお話するような活動はないのですが、コーヒーや抹茶のサービスや、お花のサービス、ハーモニカ演奏など間接的な関りをもっていただいています。ボランティアの皆様には感謝です。廊下にエプロンを着たボランティアさんの姿があると、これぞホスピスだ、と感じるのは私だけでしょうか。医学生の実習や他の病院からの研修受け入れも始まっています。こうした交流が刺激になって、ホスピスケアが活性化するのだと感じています。皆様の人との交流は戻りつつありますでしょうか？

(N.M)