

# 七つ森

第12号



表紙・さし絵：西館様

今から30年ほど前のことです。まだ医学生だった頃、帰省した折に何気なく父が話しかけてきました。「『そったくどうじ』っていう言葉、聞いたことあるか？わかったら意味を教えてください」と。どういう脈絡でそのような言葉に巡り合ったのか、なぜ自分にそんなことを聞いてきたのか、未だにはっきりと知る由もありませんが、そんな禅にまつわる言葉が当時の自分にわかるはずもなく、「知らない。いつか調べてみるよ」と言ってその時はそれきりになりました。

その言葉は「啐啄同時」と漢字を当てることが後日わかりました。卵の中のヒナ鳥が殻を破ってまさに生まれ出ようとする時、卵の殻を内側から雛がコツコツとつつくことを「啐」といい、ちょうどその時、親鳥が外から殻をコツコツとつつくの「啄」と表現することも知りました。雛鳥が内側からつつく「啐」と親鳥が外側からつつく「啄」とによって殻が破れて中から雛鳥が出てくるわけで、両方が一致して雛が生まれるその瞬間のことを「啐啄同時」というのです。親鳥の啄が少しでもずれてしまうと、中のヒナ鳥の命は危険に曝されるわけで、早くてもいけない、遅くてもいけない、とても大事な一瞬は両者が意図せずとも同じにならなくてはいけないということを教えてくれているのだそうです。

大学病院に緩和ケアセンターができることになり、緩和医療に携わるようになって早いものでもう10年経ちました。がんを患い、懸命に治すための治療を続けてきた患者さんたちが、「もしかしたら自分はもう助からないかもしれない、命には限りというものがある自分もまた例外ではない」と悟るとき、生きることへの執着から解放されたとき、人は限りなく優しく、しかもしなやかに見えるということを経験させてもらいました。できればすべての患者さんに穏やかに、「ありがとう」の言葉を周りの人たちに残しながらお別れをしていただきたいものだと思っていますが、病気そのものに対する考え方を切り替えるタイミングを今ひとつ掴み切れないまま最期の大切な時間を過ごされる方もいらっしゃるような気がします。ひょっとすると患者さんたちはがんの告知、治らないことの宣告を受けた後、自分の殻を破ろうとコツコツと内側から「啐」いておられるのかもしれませんが、我々が外側からおすおすと「啄」くのを意図せず待ちながら…。

あれから30年。自分も当時の父親の年齢になりました。2月10日は父の4回忌。「『そったくどうじ』の意味が、ようやくわかった気がしたよ」と報告したいと思いましたが、天国からこんな声も聞こえてきました。「オヤドリの立場で語るとは不遜もいいところだ、まだ30年早いよ」と。



## 私と緩和医療と

緩和医療科 医師 T.T.

厳しい寒さが続きますが、皆様お元気でおすごしでしょうか。昨年6月に、仙台市立病院から大学病院の緩和医療科に転属して参りました。どうぞよろしくお願いいたします。

平成5年ころから、緩和の仕事にも携わるようになりました。当時はNTT東日本東北病院勤務でした。この病院は、当院前教授のY先生が第2代麻酔科部長として麻酔とペインクリニックと両方に力を注がれた病院でした。麻酔科の仕事の一環としてがんの患者さんの痛み治療に取り組んでいたのです。

その後平成13年4月に宮城県立がんセンターに転任し、主に緩和医療に従事しておりました。県内で3番目となる緩和ケア病棟の立ち上げに参加する機会を得たのです。さらに緩和ケア病棟機能評価をオプションで受け、スタッフ一同の力を合わせ、無事認定を受けることができました。その後仙台市立病院に移り、再びペインクリニックと麻酔科の両方に関わってまいりました。

仙台市立病院では、緩和チームメンバーとして麻薬処方も行っていました。しかし、外傷など救急患者さんの受け入れを求められつつ、緩和ケアを提供していくことの複雑さ、難しさを実感することも多かったのです。私自身の方向性をもう一度考えたいと思っていたところ、大学病院緩和医療科への異動となり、喜んで赴任してきた次第です。

## たのもしく心地よいリハビリテーションを目指して☆☆☆

リハビリテーション部 作業療法士 H.T.

こんにちは、作業療法士の高橋と申します。緩和ケアセンターの皆さんのリハビリテーションの調整役として関わり始めて約1年半になります。入棟した皆さんはじめご家族のご希望に添えるリハビリテーションを提供することを目標にして活動しています。さて、今日は私たちリハのスタッフ(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)が緩和ケアセンターの方たちとどんなことをしているのかその一部をご紹介します。

皆さんからのご希望でよく聞かれるのが「トイレに行きたい」「歩きたい」「お風呂に入りたい」と言うことです。これらのことを安全に達成するために、病棟の先生や看護師さんから皆さんの体調について教えてもらい、その上で私たちの専門性を生かしながら進めていきます。どれくらい力があるのかな？動いたときに痛みはないかな？歩行器があった方が良いのかな？少し関節を動かしてから動き始めた方が動きやすいかもしれない…。こんなことを考えながら同じ目標に向かって皆さんとともに取り組みます。

また、ベッドで過ごす時間が多いと体が硬くなりがちです。関節を動かし体を動かしやすい状態にすることやマッサージの心地よさにも定評があります。

今までリハビリテーションなんてうけたことがないという方も多いと思います。興味がある方は先生や看護師さんに声をかけてみて下さい(^^)/







## 見守る技術と優しさ

東北大学大学院 歯学研究科口腔生物学講座 歯内歯周治療学分野

医師 H.I.

歯科の往診を担当させていただいております。これまでのおよそ2年間、主治医の先生をはじめ、看護師の皆様、センターに携わるすべての皆様のご支援をいただきながら患者様の口腔治療をさせていただいております。以前は重症患者の口腔内は惨憺たる状態と云われましたが、近年は口腔内プラークが誤嚥性肺炎の原因の一つであることが認識され、また咀嚼機能の維持が患者様のQOLに加え、中枢機能の維持にも寄与することが解明され、病床における口腔ケアへの関心が高まりつつあります。私が伺う以前からこの考え方をいち早く取り入れられたセンターの皆様の尽力のおかげで、当方が拝見する患者様の口腔内はいつも驚くほどきれいに整えられていることに敬服しております。一方で、緩和ケアの管理下にある患者様の状態は、歯科治療に対しても様々な影響を与えることもわかって来ました。長期間鎮痛剤等を服用されている患者様は、ちょっとした抜歯等の観血処置でも止血に長時間を要することや、鎮痛剤によっては唾液分泌を抑制するケースもあり、味覚異常や義歯の不調といった訴えに反映されることがあります。口腔内の不調は、患者様は勿論のこと、見守るご家族にも気になるようです。ベッドサイドであっても口腔ケアを可能な限りレベルアップできるよう、これからも考えて参りたいと思います。

このように、私は緩和ケアセンターでは歯科臨床の観点からも貴重な経験をさせて頂いております。しかしそれ以上に往診のたびにいつも有り難く思うのは、患者様とそこご家族様の皆様の表情です。

両親のがんと闘病を見た私にとってみれば、緩和ケアセンターにお越しになる方々の殆どは、まさに闘いの末で疲れ切っておられるに違いないのですが、にもかかわらず皆様の表情が明るく穏やかなのは、センターにある特別な雰囲気が厚く形成されているためと思われます。それは間違いなくスタッフの皆様の沢山のご腐心や試行錯誤を経て培われたものであり、とても言葉では説明できない





のですが、一方で、そこに携わる皆様の敬虔さ、行き届いた仕事ぶりや十分な配慮があったとしても醸成できないもののようにも思えます。ずうっと考えておりましたが、その要素の一つには、アットホームな家族同士の生業としてごく自然に存在するような、干渉しすぎず、かといって放任するわけでもない、単なる優しさとは違った、互いをいたわる“技術”があるように思えます。患者様とご家族には手厚い支援が必要だとは誰もが考えることでしょうが、心身とも疲弊しきった患者様が望むのは“支援”よりむしろ病床に入る以前のごく普通の生活が再現できる“環境”にあるような気がします。その意味ではおそらく患者様の表情の中に終の棲家を得た安堵感があるように感じます。その心持ちを作り出すのはまさしく技術であり、患者様のパワーの源になっていることは間違いのないと思います。往診の毎、この家から新たな人生を始めるのだと言わんばかりの患者様の気力は、私にも間違いなく力を授けてくれています。





## 寄稿 最後の仕事場

璋子が逝ってから半年経ち、自ら最後の仕事と言って取り組んでいた『遊びの力』が、仲間たちの尽力で2009年6月末に無事出版された。「遊び場づくり30年の歩みとこれから」とサブタイトルの付いたこの本は、かつて、世田谷区公園課におられ、『羽根木プレーパーク』づくりにともに汗を流した本田三郎さんの記録を、その死後、璋子たちが引き継いで本にしようとしていた。

数年前東京で始まったこの企画は、病状が悪化し、璋子が仙台に来てからは、メールのやり取りで継続され、読んだり書いたり難しくなると、大勢来仙しての作業になり、最後は緩和ケアセンターに持ち込まれた。

本作りにかかわった共著者たち、出版関係者、座談会出席者など、ほとんどの人が少なくとも1回は、星陵の西17階病棟を訪れ、編集会議だったり、口述筆記や座談会に出席した。

璋子は七つ森の見える病室から、車イスで青葉山丘陵と仙台市街地をのぞむ明るいホールに移り、30年来の友人の顔を見つけて顔をほころばせた。古い思い出話が出、ビールもないのにいつもより冗舌になって、ほんとうに楽しそうに見えた。

私は、こんな時間をもっと持続させられないものかと願っていた。

葬儀は、本人の望んでいた無宗教スタイルながら心のこもったもので、本作りや遊び場づくりの大勢の仲間たちに見送られて挙行された。更に、「NGO国際遊び場づくり協会」の仲間が京都で、「NPO日本冒険遊び場づくり協会」の仲間が東京で、盛大なお別れ会を開いてくれた。ほんとうに久しぶりの懐かしい顔・顔・顔があって、この席にもし璋子がいたら、どんなに楽しそうな顔をしたことかと残念に思った。

K.O. 様（お世話になった璋子の連合い）







七夕



クリスマスコンサート

お正月





## 病棟を去るにあたり

看護助手 C.M.

平成元年から長く病院で看護助手として働き、定年を迎え再度お話をいただき、緩和ケアセンターで再出発をすることになりました。

慣れずに戸惑いながら働きまわっていたある日、夕方師長さんに「松浦さんも一緒に行きましょ」と誘われ、ついていくとギターを抱えたN先生。数名の看護師さんが小さなかわいいブーケにメッセージカードを添えて、この日誕生日を迎えた患者さんの部屋を訪ねたのでした。

そこはもう、ミニコンサート会場で、先生が優しく語りかけ、ギター演奏を始めると患者さんの顔がみるみるほころび、もうそこに涙はありません。みんなと一緒になつメロを口ずさみ、そして明るい笑顔に包まれました。次の日、用事でお部屋に伺ったとき、「助手さん、この写真見て。よく撮れてるでしょ。私ね、今までこんなステキな誕生日初めてよ。とってもいい記念になったわ。でもどうして私の好きな曲が先生にわかったのかしらね。」と嬉しそうに話してくれました。後でわかったのですが、担当看護師がそれとなく会話の中から聞いていたのが、先生に伝わったのかと思います。

その他に、体を横たえる広いリフターでの入浴時も、入浴剤で香りを満たし、緊張をほぐしながら介助している看護師の顔は、蒸し暑さで汗ビッショリ。せっかくの化粧が台無しです。

人生の途中で病を抱え、悔しい思いで入院なさっている方々をスタッフ全員で、少しでも心の痛みをやわらげるよう、細かな対応で包み込み、共感しながら活躍している姿と接することができたので、この5年間は私にとって貴重な経験でした。

3月にはいよいよ緩和ケアセンターを離れることになり、改めて、今までお会いした患者さんやご家族の方々、そして仲間の一員としてあたたかく迎えてくれたスタッフの方達に心より感謝の気持ちでいっぱいです。

長いこと本当にありがとうございました。

## 看護スタッフとして新たに加わったメンバーよりひとこと

看護師 J.K.

4月から緩和ケアセンターに勤務させていただいております。病棟の説明をしたとき、東に太平洋、南に私の家が見えるから安心なのよと話してくれた患者様から、家族と離れていても気持ちはいつも一緒だということを知りました。

時が静かに流れ自然と共に出会えた多くの皆様、ボランティアの方の笑顔、育てていけてくださるお花や植木、四季のイベントの作成、展示、コンサート、誕生会ではN先生のギター演奏。クリスマスのきよしこの夜の曲をベル皆さんとで演奏した2分間のハーモニー 一期一会 この気持ちを大切に大事な時間を共有させていただきたいとおもいます。



看護師 N.S.

緩和ケア病棟に勤務してから、まもなく一年になろうとしています。一般病棟と比べると、患者様や患者様のご家族との係わりが密であり、何事も患者様主体であるため、自分のペースで看護ケアが提供できなくて戸惑うことが多くありました。しかし、医療スタッフ・患者様・ご家族の皆様に支えられて、どうにか一年を過ごせたと思っています。ありがとうございました。

これからは、残された時間を有意義に過ごしていただくお手伝いをしていきたいと思っております。





### 編集後記

今年も、皆様の原稿やイラストの協力を得て、無事に「七つ森」を発行することができました。今年は製本に出すことができたので、印刷が少し綺麗になっております。いろいろな思いが詰まっておりますので、一度お手にとっていただければ幸いです。

今後とも、緩和ケアセンターと「七つ森」をよろしくお願いいたします。



## 七つ森 第12号

平成22年1月29日発行  
東北大学病院 緩和ケアセンター  
〒980-8574

仙台市青葉区星陵町1-1

TEL: 022-717-7986

FAX: 022-717-7989

<http://www.pcc.med.tohoku.ac.jp/>