

七つ森

第7号



緩和ケア病棟とボランティア

看護部 副看護部長ボランティア担当 K.S.

今年は寒い日が続いているが、17階からは晴れた日には北側に七つ森がくっきりと見える。緩和ケア病棟は開設4年目を経過し、開設当時からボランティアの方々の活動に支えられて今日を迎えているといっても過言ではない。今でもかけがえのない存在である。

当院のボランティア導入は平成7年1月に看護部の業務委員会がその導入について第1回の話し合いを持ち、平成7年11月9日にボランティア活動員受け入れ実施要項の制定と院内に副病院長を委員長としたボランティア委員会が発足し、総合案内とタオルたたみのボランティア活動から始まった。現在では10種類もの活動に拡大している。

その中で緩和ケア病棟ボランティアは平成12年に新西病棟の緩和ケア病棟設置に伴い、5月から7月にかけて緩和ケアボランティア研修会を2回実施した。94名の参加者があり、その中から、日時の都合などを考慮して活動可能なボランティア46名で出発することができた。コーディネータを中心に計画と活動を継続している。*ボランティア導入目的は、センター内に「社会的環境」「温もりの空間」を作り出し、患者及び家族の家庭的、人間的かかわりを保つ為。である。

現在34名のボランティアの方が、患者様お一人お一人への「その人らしい生き方への援助」をそれぞれの得意なジャンルを活かし、つかず離れずの距離間とタイミングで支援をして下さっている。17階を訪れた方々は「お花はいつもきれいに、場所によってはかわいらしくかざってあって素敵な空間ですね。」と感想を述べていましたし、「七夕にはミニ飾りを病室に飾り付けてくださって本当に季節感を保ちながら過ごせます。」と感謝の声を聞かされた事もある。白衣のスタッフだけでなく、私服のボランティアの方々がおられる事で、地域の匂いを運び、家庭的雰囲気になることや「傾聴」「受容」「共感」の態度・姿勢を患者様とのかかわりを通して実践しておられるのを見て看護師たちは良い刺激を受けている。これからも、一緒に「QOL」「緩和ケア」「その人らしく」についての探求をしていきたいものである。自然の中で協調しながら生きている草木に学べるのかもしれない。

「山桜ただそれなりの美しさ」



ボランティア N. A.

喜びが集まったよりも、悲しみが集まったほうが幸せに近いような気がする。
強いものが集まったよりも、弱いものが集まったほうが真実に近いような気がする。
幸せが集まったよりも、不幸せが集まったほうが愛に近いような気がする。

～星野 富弘～

私ができることはお恥ずかしい程僅少ですが、ご遺族の方にも加わって頂いた活動で、患者さんに「生きている」実感を一瞬でも持って頂けたら……。患者さん、ご家族の真摯な生活や心情の吐露に遭遇したり、医療スタッフ、他の方々とこのセンターで一つの生命を大切に想う時間の共有出来ることは感謝です。(自分自身と向き合わざるを得ないのですが……。)願わくばこの想いが、人が人を傷付け合うことを減らす一歩になることが出来ます様に！！

ボランティア K.K.

緩和ケアの意味もよく分からないまま、17階の活動に飛び込んで1年が過ぎた。しばらくは患者さんに話し掛けることが苦手だった。重い病と向き合う姿は「強い意思を持った特別な人」のように思えたからだ。

ある日配膳に行った病室で「こちらに置いてもよろしいですか？」といつものように尋ねた。すると聞き取れないくらいのかすかな声で「い、いい、です、はんそん」。一瞬の沈黙の後、嘔き出して一緒に笑った。往年のギャグに少し照れたような患者さんの顔は、今も忘れることはできない。

笑いながら病室を出たあと、涙があふれた。起き上がれないほどの苦痛を抱えて、なおユーモアを忘れない。共に笑う姿は、決して「特別な人」ではない。今この時を生きる、自分と同じ地平に立つ人なのだ。挨拶で、笑顔で、常に受容の気持ちを示して下さる。自分を認めてくれる人たちに囲まれているのだ。この幸せに気付いて以来、余計な力を抜いて患者さんと接することができるようになった。

経験不足で緊張する場面も多いが、たくさんの暖かい眼差しに助けられ何とか続けてこられた。ボランティアの仲間とお互いの「良い所探し」をしながら、一緒に少しずつ成長していきたいと思う。

食 べ る

栄養管理室長 F.M.

食べる・この世に生を受けてから何の疑問もなく食べています。

お腹がすいたな！なんか食べたいな！と言う事のすばらしさを、そして体力つけるには**食べなくちゃ！**と言う**生きる底力**をいっぱい、いっぱい教えて頂きました。こんなに純粹に感謝の気持ちあふれる現場に少しでも立ち合わせて頂きありがとうございます。

お母さんには心配かけたくないから内緒にしてね。と、最近食べたくないんだとか、飲みにくいんだとか。自分の事だけで精一杯なはずなのに、もっとわがまま言ったら良いのに。本当に大切な心を教えて頂きました。

「口から食べる事」がどんなに大切なのか、当たり前を忘れがちになる今、少しの期間でも、一口でも食べる事が出来たよ！って笑顔で言うて頂く事を楽しみに、お部屋に伺いたいと思います。



緩和ケアと音楽
—心の扉が開かれるとき—

2004年の6月から緩和ケアセンターの患者様を音楽音響医学分野にご紹介頂くことになり、早くも半年が過ぎようとしています。関わらせて頂いた患者様の人数はこれまでに8人になります。すべての患者様とそこご家族との関わりは音楽音響医学分野の貴重な財産となっております。

音楽療法というと、世間では「癒し系」の音楽やクラシックを聴いてリラックスするものであるとか、アルファ波が出るようになるとか、はたまた昔の呪術使いのごとく音楽で人の心を操るとか、様々なイメージが持たれているようです。ここでひとつだけお伝えしたい事は、これらは随分とかたよったイメージであるということです。実際のところ、緩和ケアでの音楽療法は「何でもあり」です。ある時には、患者様とギターの弾き語りをしたり、ある時には、演歌や懐メロを歌いつつ遠い昔の話をお聞きしたり、またある時には、患者様とご家族の楽器の購入をお手伝いしたこともありました。緩和ケアには、患者様とご家族の人生が集約されており、その人生と共にあった音楽があります。患者様とご家族にとっての「特別な音楽」を通して、患者様の心の扉が開かれる時、私は音楽の力を感じるのです。ただこの音楽の力とは、ハヤリの「癒し系」でも「奇跡」でもありません。全くの他人同士であった患者様と音楽療法士の間を取り持つてくれるとても人間的なコミュニケーション手段の一つなのです。

患者様とご家族のためにできる最良の方法をそれぞれのケースに合わせて模索していく課程において、「これで良いのだろうか」と迷うこともあります。しかし、患者様とそこご家族や緩和ケアセンターのスタッフから「来てくれるのを楽しみにしてるんですよ」とか、「〇〇さん、楽器の練習をご自分でもなさっているですよ」といった前向きなコメントを頂くたびに励まされ、音楽療法士として関わらせて頂くことへの喜びを感じます。患者様の貴重な人生観と「人生の音楽」を分けて頂いているということに常に感謝しつつこれからも患者様とお会いしていきたいと思っています。

東北大学音楽音響医学分野
音楽療法士 M. O.



無題

緩和医療科医師 H. Y.

▼日本人は無宗教だと言われるが、識者らはその反論としてクリスマスや初詣、お彼岸のお墓参りの例を挙げ、特定の宗教のみを信仰する事を日本人が好まないだけだ、と述べる。これには大筋で頷けるが、ひとこと加えると、これらの行事について日本人は宗教行事としての意識を持たずに行っているのだ。それはツリーをよりによってイブの夕方に片付ける、或いはお雛様をいつまでも出しておくという珍景を見れば明らかである。▼祝うなら宗教行事である事を意識せよと今更言っても不可能だろう。マッカーサー様万歳を唱えた戦後民主主義の寵児らも、否定された価値観のひとつであるはずの神社参拝を躊躇なく行うが、宗教行事である事を意識してしまったら自己矛盾に陥る。▼では日本人は信心深くないのか、というところでもない。筆者は、日本人共通の宗教があると考え、宗教という言葉に抵抗感があるならば信仰・崇拝と言い換えてもよい。それは先祖崇拝である。「あの世に行く」、「お迎えが来る」などの多分に宗教的な言葉を患者様から聞くが、では誰がお迎えに来るのかと訊けば、先立った妻(夫)や父母であるようだ。そしてこれを我々は信仰・崇拝と意識せず、非科学的であるのに違和感なく諒解可能なものとして自然に受容れている。「日本人の心」とでもいうか。苦しみを和らげるにはどうすべきか、死を迎えるについての心構えはどうだ、など特定の宗教にありがちな教義めいたものは明示されない。しかし人々の振る舞いは最終的には違和感のない方向へ収束する。親から子へ、祖父母から孫へと無意識に伝えられてきた日本の伝統のひとつなのだと思う。▼ノウハウ本やマニュアル化が咲き乱れている。看取りの手引きなるものが存在すると知ったときは仰天した。明文化されないと(されても)振舞い方がわからなくなっている。今わの際にいる父(母)を前にどうしたらいいかわからないのは無宗教だからではない。「日本人の心」の問題なのではないか。

人生は 駅伝ランナー

ボランティア Y.S.

人生平均寿命が近づくにつれ入滅が少しずつ見えてくるように思います。と同時に自分の人生もいろいろ見えてくるように思います。

私の人生観はかなり以前から「人生上り坂一本」でこれを人生軸として生き抜いてきました。しかしボランティアとして緩和ケアセンターで人生の終末期を迎えた患者さん、それを支えるご家族のみなさま方の人生模様を見たり、聞いたり、関わったりしているうちに、人生には終末期という峠があり、そして往生という再出発の大切な時間があることに気付かされました。

峠道や往生の道程には、自分なりの人生の総決算という最も難しい大変な時期であると同時に、この命を精一杯生かさせて頂いた感謝とお念仏に満ちているように思います。

私の子供の頃、年子で仲の良い弟が小学校一年生になったばかりの昭和17年の夏休み、地域の神社の夏祭りに私と二人で参加し一日楽しんだその夜、急に高熱と激しい下痢を伴う症状で入院し、明るく朝にはお浄土に旅立ってしまいました。あっという間の突然の入滅に子供ながら大きな穴があき何日も涙したことがありました。

母は亡き弟を抱きしめ「代われるものなら代わってやりたい。でも代われないのね、後はすべて阿弥陀様にお任せしましょうね。帰る所はお浄土一つ安心してね」といつまでも離れようともしませんでした。

父は暫らくして言いました「入滅ということは消滅するのではなく、変容することなのだよ。入滅は永遠の別れではないのだ。臨終はご縁の長短はあっても人生の卒業式であり、お浄土への一年生になることなんだ。お浄土はいつかみんなで会える所なんだ。」といった話を、私たち家族に静かにしてくれました。この時の言葉が延々と今日までの私の脳裏に焼付き続けてきました。私の宗教観の原点をなしています。両親は信心深い念仏者でした。

その両親も今はお浄土で弟と三人、下界の私たちを見守ってくれているよう



に思います。毎朝夕お仏壇に向かって観想し一言声かけし報告ごとをしています。婆婆は諸行無常の世界ですが、お浄土は涅槃寂靜で永遠の世界です。

緩和ケアの空間でも色々な状況があると思います。みなさんは夫々人生の終末期を最期まで自分らしく一生懸命に生き抜いておられるように思います。そして自分の「たすき」を次世代の引継ぎ自分史の最終章を綴り終え、同時に永遠の常寂光土の世界に往生し、今まで通りご家族のみなさんの心の奥深く生き続けていくことだと信じてます。

私も両親から引継いだ「念仏申す生活」を大事な「たすき」として子孫に手渡したいと思っています。



『緩和ケアセンター見学実習』 医療短大学生 A. C.

今回の実習を通して私は改めて死というもの、そして生きるということはどのようなことか、ということを考えさせられたように思います。私の祖父は2年前に癌で亡くなりましたが、その時にはできる限り良い治療を受けて長生きし、もっと一緒に過ごせるほうがいいんだと、私はつい祖父の生きることに対する意志よりも生きるという事実ばかりに目を向けていたように思います。それが祖父にとって良かったのか悪かったのかは、今となっては分かりませんが、今日の見学を通して、死という過程もその人の生き方として尊重していくという違う選択肢もあったんだなあと改めて感じました。そして、意志を尊重した上での死というものは家族や残されるものに対し、悲しみだけを残すのではなく、生きることの尊さや生きる力を与えてくれるものでもあるのではないかと感じました。今日学んだこと、感じたことを忘れず今後の自分や今後の看護に活かしていきたいと思っています。

(実習レポートより抜粋)

外来での面接時に心がけていること

緩和医療科外来副看護師長 K . I .

緩和医療科外来では、緩和ケアセンター入棟に関する面接を予約制で火曜日・木曜日の週2日間行っています。申し込みは、院内からの紹介と他病院からの紹介があります。予約して来られた患者様・ご家族には面接の前に、医療に関するお考えのアンケートの記入をお願いしています。その後、緩和ケアセンター紹介ビデオをご覧頂いてから面接の導入を行っています。緩和ケアセンターについての面接時に、私が心がけていることについて述べてみたいと思います。

①いかにうまく話すかということよりも、いかに患者様とご家族の言葉にじっくりと耳を傾けることができるか、が大切である。②患者様やご家族の方が何をどこまで知りたいのかを確認すること。同時に、医師が何をどの程度まで説明しているかを把握しておくこと。③緩和ケアを受ける患者様およびそのご家族の皆様は、残された時間を納得しながら過ごしていただくためにも、治癒が困難なことを伝えるなど正しく状況を伝えていくことが必要である。④患者様が自己決定できるための情報を提供し、考えるべき問題は何かを明らかにし、何が選択肢なのかを整理して示す。患者の自己決定しやすいように、感情に配慮して伝えられれば、多くの患者はその中で現実的な対応ができる。このことを教えてくれるのは、患者とその家族である。」

以上の4点をいつも心して、「出会えてよかった、話を聞いて貰えて来てよかった。」と患者様とそのご家族の皆様と話して頂けるような看護師でありたいと私は思います。

【編集後記】

緩和ケアセンターは今年5周年を迎えようとしています。昨年度から音楽療法や看護学生見学実習が始まり、当センターも新たな“風”が吹き始めております。今後も様々なスタッフの協力により、この“風”が心地よいものとなるように！！と思っております。(E.T.)



七つ森 第7号

平成 17 年 3 月 1 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/>