

聖ヨハネホスピス通信

ISSN 0919-0457



NO. **56**

2011.12.20

発行 聖ヨハネホスピス

〒184-8511東京都小金井市桜町1-2-20 TEL 042-388-2888

巻頭言	山崎章郎	…1	コンサートのお知らせ	…4
研究所だより	近藤百合子	2～3	ホスピスの四季の行事	
ホスピス点描	廣川綾子	3	(7月～9月)	5
			ボランティア日誌	川崎あや子 …6

巻頭言

「3. 11を通して思うこと」

2011年3月11日、私たちは千年に一度と言われる、大地震、大津波、そしてその結果としての人災でもある原発事故を経験し、今多くの人々がその大災害が引き起こした困難の渦中のただなかにいる。11月29日現在、1万5840人の死者の他に、3607人の方々がいまだ行方不明である。多くのご遺族や関係者の方々が、突然の不条理の災害に、大切な家族を奪われ、絶望的な悲しみや、やり場のない怒りの中で、途方にくれながらも、日々の暮らしを余儀なくされている。

震災後、日本中に蔓延している「頑張ろう」も「頑張れ」も、そのような悲しみや怒りの中にいる人々には多分、伝わらない。被災者の人々に今以上、何を頑張れというのだろうか。「頑張ろう」も「頑張れ」も、当事者でない人々が無意識か意識的は別にして、かけるべき言葉も見つからない中で、結局は自分自身を鼓舞する言葉として使っているのだと、私は思う。

長崎ウエシレヤン大学研究叢書1「なぜ、私が？一危機を生きる」(エリカ・シューハート著 戸川英夫監修 山城順訳)の中に、ドイツ出版業界の

ケアタウン小平クリニック院長 山崎 章郎

平和賞受賞者であり、自ら母親も犠牲になったハンス・ヨナスの著書「アウシュビッツ後の神概念」から、ナチスドイツによる理不尽な大量虐殺の場となったアウシュビッツの被害者とその家族たちの体験について次のような文章が引用されている。

「被害者とその家族、または関係者と話したことがある人、場合によっては彼らと一緒に暮らしたことがある人たちは誰でも、常に彼らが求めているものは、話し相手であり、理解されることであり、触れ合いであることを知っている」と。

このことは、在宅でも施設でも、ホスピスケアを通して、私たちが教えられている、人生の危機状態にいて、生きる意味を見失って人々が求めているものは『苦しいことは、苦しいんだ。辛いことは、辛いんだ』という訴えに、耳を傾け、そのまま理解し、そして、困難な時を共にいてくれる人」なのだ、とすることに共通しているように思われる。

大震災、大津波及び原発事故の被害者の皆さまも含め、様々な困難に直面している人々の支援に、ホスピスケアは普遍的ケアとしての意味を持つ、と確信できるの

研究所だより

～ 癒しの宅配便 “アロマでリラックス” ～

聖ヨハネホスピスケア研究所 近藤百合子

コン、コン！「アロマのマッサージ^{*}」にお伺いしました・・・」。毎週水曜日、私はアロマセラピストと共に患者さんのお部屋を訪問し、ご依頼のあった患者さんやご家族の方々にアロマセラピーをお届けしております。当ホスピスにおけるアロマセラピーは、研究所の事業の一環として2000年からスタートし、今年で11年目を迎えました。現在、4名のセラピストが私たちと共に活動してくれています。アロマセラピーとして取り組んでいるものは、“アロマでリラックス”と命名されたセラピストによるマッサージの他、看護師やボランティアによるマッサージ、手浴・足浴、ルームスプレー、芳香浴用ランプ、マウスケアなどにも精油を使用し、日々のケアの中に積極的に取り入れています。毎月2回、患者さんに配布する「お知らせ」の中の“アロマでリラックス”というものがアロママッサージのご案内です。一度ご体験されると、その気持ちよさ、心地よさを感じいただき、多くの方が常連様の仲間入りとなります。

実際に“アロマでリラックス”のお部屋訪問の様子をご紹介します。小さなワゴンに香りの異なる2種類のマッサージオイル、BGM用CDとラジカセ、温かいタオル、他のスタッフにマッサージ中であることを示すマグネットなどを準備し、一人おおよそ30分の中で足や背中、腰などご希望の場所をセラピストがマッサージしています。私の役割はセラピストに同行し、患者さんが少しでも安楽に心地よくマッサージが受けられるよう訪問時間を調整したり、ご体調に応じた体位調整、マッサージ中の患者さんの看守りなどが中心です。また、サロンのような雰囲気演出できるよう、静かで落ち着いた空間を大切に、マッサージ中の環境、BGMの選曲、言葉のかけ方、立ち居振る舞いなどにも配慮しています。準備を整え、いよいよマッサージがスタート。癒し系の音楽が流れ、お部屋の中はたちまち柔らかい香りに包まれていきます。「強さの加減はいかがですか？」「姿勢は大丈夫ですか？」「何かご希望があったらお

伝えくださいね」などとセラピストが優しく声をかけ、指先までに心を込め、ゆっくりと、まったりと手を滑らせていきます。その手の動きを見ているとついつい私までもが癒されてしまい、瞼の重たさを感じずにはいられないこと度々です。患者さんのご様子は…というと、セラピストのマッサージにより苦痛が和らいでいくのか、大抵の方が途中から眠ってしまいます。また、初めは眉間にしわを寄せている方も徐々に穏やかな表情になりウトウトし始めたり、セラピストとの会話を楽しみながら受けられる方など様々です。患者さんお一人お一人の気持ち良さそうで穏やかなお顔を拝見したり、「気持ちよかった、最高！」というお言葉を頂戴する度に、私たちがおもてなしを頂いた気持ちになります。患者さんからは「これは気持ちいいね～、ここでこんなことをして貰えるとは思わなかった。足が軽くなって、歩けないけど今にも歩けそうな気分になる。また来週お願いします」。「マッサージして貰ってから、痛みが凄く楽なの。毎週楽しみだわ」と。また、患者さんのご家族からは「意識の無い母にまでこんな風にして頂いてありがたい。この香りは私にとってきっと思い出になります」とおっしゃっていただいたこともありました。“アロマでリラックス”は、単にマッサージだけで終わらないのも特徴です。30分という時間をどのようにお使いいただいても構わないわけで、これまでも何名かの患者さんから歌のリクエストを頂戴したり、マッサージの後に患者さんを囲んでご家族の皆様やセラピストと共に“故郷”を歌ったことも、忘れられない大切な思い出として心に刻まれています。

マッサージによるタッチングは、気持ちよさや安心感をもたらすだけでなく、心や体の苦痛を癒してくれたり、生活の中で心地良い香りに触れることは、生活がより豊かになる、また人と人とのつながりや心の交流も実感できる…。そこにアロマセラピーの効果、ケアに取り入れる意味があるのではないかと実感しています。ホスピスケアに

おいて私たちが心がけていることは、患者さんやご家族の苦しみが少しでも和らぎ、生活に潤いや癒しの空間を感じていただくことです。苦しい時間の中でも、楽しみや嬉しさ、喜びを感じることに、幸せだな…と思うことは不可能なことではありません。“今”という時間、あるいはほんの一瞬であっても、患者さんやご家族の方々が穏やかな気持ちを味わっていただければと願いながら、これからも毎週水曜日、真心と温かい手をセットにして“癒し”をお届けしたいと思います。

去る 12 月 1 日、日野原重明先生をお招きし、ケアタウン小平との共催のもと、「日野原重明 1



ホスピス点描

聖ヨハネホスピスで働き始めて 3 年目になりますが、色々な方との出会いがありました。

働き始めて初めのころ、ある患者さんが入院されてお部屋に着くなり泣き始めてしまった方がいました。私はびっくりしてしまい、ただ傍で見守ることしかできませんでした。しばらく泣いておられたので一人で泣きたいのではないかと思います悩んでいると、しばらくして“ありがとうね”と笑顔で言われました。またある患者さんは、お部屋に伺うとお話はほとんどされないものの私の手を握ってにっこりとされたり、そのまま眠られたりしました。

先日私はチャプレンカウンセラーの沼野尚美さんの研修会に参加しました。そのお話の中に「入院している患者さんだけでなく、人は心の痛みを誰もがもっています。そんな時一緒にいるとなごんだり、一緒にいると元気が出てくる、一緒にい

ると素直になれる、そういった温かい存在感のある人になってください」と言われました。“ありがとうね”と言われた方や手を握ってにっこりと笑顔をくださった方の顔が浮かびました。患者さんの涙を前に見守ることしかできなかったことや手を握ることしかできなかったことに、いまだに自問自答を繰り返していましたが、このお話を聞いてあんな時に“温かい存在感のある人”になれたらいいなと思いました。

※) 脚注：マッサージという言葉については、本来、あん摩マッサージ指圧師等の施術の際に使用される用語ですが、当ホスピスではアロマセラピーの施術をイメージしやすいように、敢えて使わせていただいています。



廣川 綾子

ると素直になれる、そういった温かい存在感のある人になってください」と言われました。

“ありがとうね”と言われた方や手を握ってにっこりと笑顔をくださった方の顔が浮かびました。患者さんの涙を前に見守ることしかできなかったことや手を握ることしかできなかったことに、いまだに自問自答を繰り返していましたが、このお話を聞いてあんな時に“温かい存在感のある人”になれたらいいなと思いました。

ホスピスにこられる患者さんは、ホスピスにこられる前に色々な体験をされていて体の辛さを感じていたり、心の痛みを持っています。そんな体や心の痛みに寄り添えるようにお手伝いしていきたいと思っています。

そんなことを教えてくださった患者さんとの出会いに感謝しています。

聖ヨハネホスピスのためのチャリティーコンサート

◇主催：「風の仲間」◇

～ 祈りの花束 ～

オルガン 三浦はつみ／オーボエ 山本洋子／ハープ 瀬川真未／作曲・編曲 坂本日菜

2012年6月1日(金) 武蔵野市民文化会館小ホール(開場 18:30/開演 19:00)

全自由席 2,500 円

〈曲目〉ハレルヤ	W. A. モーツァルト
オリエンタルダンスとトッカータ	A. I. ハチャトゥリアン
ラシーヌ雅歌	G. U. フォーレ
レクイエムより 聖なるかな／御国にて	G. U. フォーレ
「聖歌による小さな祈りの花束」	坂本日菜 他

(曲目は変更される場合があります)

◆収益金はすべて社会福祉法人聖ヨハネ会に寄付され聖ヨハネホスピスのために役立てられます

チケット申込み方法 (2012年3月5日受付開始)

- ①氏名(フリガナ) ②連絡先電話番号 ③チケット枚数 ④金額 を明記し、下記のいずれかにて申込み
- (1) FAX 042-388-0110 下村宛 (申込者のFAX 番号明記)
- (2) 往復はがき 〒184-0005 小金井市桜町 1-2-43 下村はるみ宛(返信用に申込者の住所氏名明記)
- (3) E-mail hpkazenonakama@yahoo.co.jp (申込者のアドレス明記)

チャリティーコンサート♪

篤いお心をありがとうございました

「風の仲間」ボランティア 吉川 訓子

去る7月1日夜、武蔵野市民文化会館において今年も聖ヨハネホスピスのためのチャリティーコンサートを開催いたしました。メソソプラノ歌手保多由子さんとピアニスト・作曲家の寺嶋陸也さんをお迎えして、コンサート“茨木のり子と谷川俊太郎をうたう”は幕を開けました。

開催時は、未曾有の東日本大震災からまだ100日余り。日本中が痛いほどの苦しみと哀しみのさなかにあり、家族や絆の大切さをあらためて感じさせられました。不安定な電力供給事情もあるなかで開催の日を迎えられたことは、ほんとうに有難いことでした。

戦中戦後の時代を背景に、自己、社会を深く鋭くみつめて詩をうたいあげた茨木のり子。のびやかな自由な発想で、私たちのところに沁みこばを紡ぐ谷川俊太郎。二人の詩人のことばが、美しく優しい歌声と澄んだピアノの調べにのって、聴衆のところに深くとどきました。東京初演の寺嶋さん作曲による茨木のり子歌曲集“道しるべ”では、素敵なメロディーと歌声により既存の詩に新たな魅力が吹き込まれました。歌とピアノの絶妙なバランス。斬新なアレンジに魅了された「会津磐梯山」。奏でられる豊かな音楽に引き込まれ、その余韻を胸に家路をたどったかたも多かったようです。聖ヨハネホスピスに深いご理解を寄せて、出演を快諾してくださったお二人には心から感謝致しております。

お蔭さまで、チケットも完売を記録しました。善意をお寄せくださった皆さまに厚くお礼申し上げます。後日、収益金 60 万円を社会福祉法人聖ヨハネ会にお届けし、聖ヨハネホスピスのため役立てていただくようお願いしました。また、会場での被災地復興支援募金は、同じく被災地のためにぜひと保多さんから寄せられた CD 売上金(一部)とともに、計 84,725 円を日本赤十字社に送金いたしました。

来年度は、別記のとおり 6 月 1 日に開催いたします。また別の魅力に彩られたコンサートになることでしょう。引き続き、ご支援、ご協力くださいますよう心よりお願い申し上げます。

ホスピスの行事

コーディネーター 池田 順子

ホスピスでは様々な行事が行われます。入院している方々に、時間という限界のある中で、ともに過ごしともに楽しみ共感していく大切なときです。病状や家族構成などによって、その時々雰囲気は違いますが、前回 1 月から 6 月までの行事をご紹介しますので、7 月から 12 月までの行事をご紹介します。

7 月は、七夕です。笹ではありませんが、院内にある竹を 1 本伐って、患者さん・ご家族・ご面会の人々が短冊に思いを込めます。短冊にはお孫さんの可愛い言葉や、やさしいお母さんの言葉等で飾られます。それぞれの思いを込め、そして願いが詰まった短冊は、きっと天に届くことでしょう。その笹を背中にして音楽会です。やさしいバイオリンや、フルートの音が響きます。もちろん、涼しそうなデザート付です。デザートは毎回違いますが、小さな星が一つカップの中で輝く時もあります。多くの患者さんが食べられるように工夫します。

8 月は、一大イベントの納涼祭。屋台ならぬ、ラウンジでの店開きです。スイカやそうめんなどがきれいに並べられ、かき氷や綿あめなど・・・もちろんヨーヨー釣りもあります。お孫さんや小

さなお子様の声であふれます。寝ながらそれを聞いていらっしゃる患者さんの顔もうれしそうです。夏の思い出は、お祭りや盆踊りとたくさんあり、それを少しでも思い出していただきたく、スタッフは工夫をします。スタッフもボランティアさんも浴衣姿で、「さぁお祭りへ！」最後は、花火で締めくくりです。夏の夜には、花火は欠かせません。小さな、小さな花火大会です。花火は消えますが、その美しさは目に残ります。同じように、私たちが神様から預かった命には限りがありますが、いろいろな姿があります。長さは別として、それぞれの色があり、華やかさがあり、はかなさもあります。精一杯生きた証として思い出の花を咲かせます、花火が花を咲かせるように。

9 月はお月見です。夜のお月さまではなく、雨が降っても顔を出す、ラウンジの大きな大きなお月さま。そのお月さまを見ながら、オルガンの演奏を聴きます。荘厳なオルガンの音と、お月さま、そしてススキの穂。自然の偉大さと人間の偉大さを少し感じる夜です。もちろん、お月見団子もあります。患者さんのために少し小さめのお団子です。

ボランティア日記

～23 年度一日研修を終えて～

川崎 あや子

私たちボランティアには毎年1回、「一日研修」という勉強の機会があります。ホスピス2階研修室で毎月開催される会と違って、少し長い時間をかけて、じっくりと勉強します。

1泊2日の時もあれば、半日の時もあります。講義型、ディスカッション型、ロールプレイのようなワークショップ型など、形式はさまざまですが、担当の各曜日チームが力を合わせて手作りするところでチームのカラーとか、そのチーム独特の良さが出ると思います。

平成23年度は私たち土曜日チームの企画・運営で、8月末の日曜日の半日を使って勉強会を行いました。ホスピスの歴史やホスピスを取巻く環境の変化などを体系的に学ぶことが出来た事、質疑応答でこれまで疑問に思っていた事を問えた事、ボランティア活動を振り返って感想等を述べあう事ができた事など、参加して良かったなあと思いました。

勉強会の後の懇親会では、手作りの食べ物をいただきながら、飲み物を片手に、曜日横断的に交流する楽しい時間を持ってました。しめくくりに、3月11日、東北地方を襲った未曾有の大惨事に思いをはせ、「ふれあい」を全員で合唱する場面もあり、その温かさにウルウルッとしてしまいました。

土曜日チーム総力で作り上げた勉強会を形あるものに残したいと意見がまとまり、冊子を作ることになりました。この冊子作りでは、普段の活動では見せない各人の得意技があちこちで発揮され、皆さんの底力に心底驚かされました。

『一つのことに向きあう、そして、一つのことには心をこめる』これが聖ヨハネホスピスボランティアの気持ちだと思います。効率重視の社会生活を送る日常の中で、聖ヨハネホスピスの空間は私にとって心のリフレッシュと言えるかもしれません。

聖ヨハネホスピスのよりより運営のためにご支援ください

社会福祉法人聖ヨハネ会は、ホスピスのより良い運営のために皆さまからのご支援をお願いしております。ご支援くださった方々には、今後この通信（年2回発行）を通して連絡させていただき、ともにホスピスを育てていただきたいと願っています。一人でも多くの方々がご支援くださることを心よりお願い申し上げます。

ご支援の受け入れ口座は以下のとおりです。

銀行振込 三菱東京UFJ銀行 小金井支店 NO 4127570
口座名 社会福祉法人聖ヨハネ会 （普通預金）

郵便局振込 口座番号 00190-7-711126
加入者名 社会福祉法人聖ヨハネ会
（振込用紙に通信欄に“ホスピスのために”とご明記ください。）

お問い合わせは・・・〒184-8511 小金井市桜町1-2-20
社会福祉法人聖ヨハネ会本部事務局 Tel 042-384-4403