



新年度にあたって

府中がんケアを考える会・会報をお届けします。

会長 駒ヶ嶺 泰秀

「府中がんケアを考える会」(旧「府中ホスピスを考える会」)の皆様、お変わりなくお過ごしでしょうか。お伺い申し上げます。

さて過ぎる5月18日(日)府中ルミエール・講習会議室にて第13回総会を開催、無事諸案件が承認され、終えることができました。

最初に武蔵国分寺公園クリニック院長・名郷直樹先生の講演を持ち、その後総会を開催し、休憩をはさんで懇親会を持ちました。

出席者は24名、委任状は43名でした。

講演は「地域医療を担う家庭としての緩和医療の現状」で名郷先生がお話なさるだけでなく、出席者に質問をぶっつけながら進みました。

今までにないユニークな講演会という印象を持ち、大変に勉強になりました。

一例として末期がんになったとき「最期の最期まで闘うか、途中であきらめるか」というテーマが示され、議論が交わされました。

日ごろ訪問緩和ケアのお仕事をなされている中からの問題提起でした。



総会では今までの事業方針と規約を大きく変更しました。

変更のひとつに会の名称があります。その理由をまとめてみます。

- 1、「府中ホスピスを考える会」が作られたのは今から13年前のことで、当時と現在では医療事情も、国のがん治療に対する考え方も大きく変わったということがあげられます。
- 2、「ホスピス」というと「お金持ちしか入れない施設でしょう。」とか、「死にに行く所でしょう。」という極端なイメージとつながり敬遠されがちです。
- 3、府中にホスピスをということは、市の方針(行政に任せること)では大変困難な状況になってきました。
- 4、「ホスピス」という言葉からどうしても“ホスピスの建物”という錯覚をしてしまいがちです。
- 5、「がんケア」という名称はがんを治療中の人、すでに治ったと思っている人、末期で治療とケアを行っている人、その家族の人と一緒に考えて、という思いをこめての変更なのです。

提起の結果出席者の方にはご納得をいただき議案と規約を全員一致で承認していただきました。

前年度新しく始めました「患者と家族で語り合う集い」は新年度も継続し、発展させてゆきたいと考えています。チラシを各文化センターに置き参加者を募っています。

名郷先生の「膝の痛みを取るのも緩和ケアです」の言葉にハッとしました。

懇親会を終わって



府中ホスピスを考える会 第13回定期総会報告

日時：平成26年5月18日 午後1時30分

場所：ルミエール府中 講習会議室

記念講演 なごう なおき
名郷 直樹先生(武蔵国分寺公園クリニック)

定期総会 開会挨拶 駒ヶ嶺会長

1) 議長選出

窪田副会長を指名

2) 第1号議案 平成25年(2013年)度事業報告(駒ヶ嶺会長)

役員会の充実、情報交流・会報、学習会、相談会は実現できた。

患者会を4回開催することが出来た。

ホスピスの実態調査、独自事業の取り組みは次年度の課題となっている。

※ 承認

3) 第2号議案 平成25年(2013年)度会計報告(宇田会計・別紙記載)

監査報告(稲津臨時会計監査)

※ 承認

4) 第3号議案 役員選出(別紙記載)

※ 承認

5) 第4号議案 平成26年(2014年)度事業計画(駒ヶ嶺会長)

会の名称変更について 「府中がんケアを考える会」への名称変更。
新規約について。

がん患者と家族で語り合う集いの開催(年10回くらい)。

講演会・学習会の開催、会報の発行、療養相談を行います。

緩和ケア・ホスピスケアを提供する機関の情報収集と提供を行います。

役員会を増強し、関連する団体と協力します。

※ 承認

6) 第5号議案 規約改定案

「総会の構成」(第12条 総会は全会員を持って構成する)について質問が出ました。

質問 : 全会員ならば全員出なくてはならないのではないか。

委員応答 : 総会は全会員によって構成されるが、第16条の規定(総会の定足数)を満たせば全員出席は総会の構成要件にはならない。

※ 承認

7) 第6号議案 平成26年(2014年)度予算案(宇田会計)

※ 承認

総会の様子



懇親会で近況を語り合う



名郷先生講演要旨



プロフィール(武蔵国分寺公園クリニックホームページより)

2013年4月現在

武蔵国分寺公園クリニック 院長

地域家庭診療センター センター長

CMEC ジャーナルクラブ編集長

経歴

・1961年 名古屋生まれ

・1986年 自治医大卒 名古屋第二赤十字病院研修医

・1988年 作手村国保診療所所長

・1992年 自治医大地域医療学

・1995年 作手村国保診療所所長

・2003年～2011年

社団法人地域医療振興協会公益事業部、地域医療研究所地域医療研修センター長

・2004年～2006年

市立伊東市民病院臨床研修センター センター長

・2005年～2011年5月

東京北社会保険病院臨床研修センター センター長

・2011年 武蔵国分寺公園クリニック 院長

専門領域

地域医療、家庭医療、臨床疫学、医学教育、プライマリ・ケア

連載

・産経新聞「家庭医」が教える病気の話

・日刊ゲンダイ「アメリカ医学会発 こんな医療いらない」

プライマリケアとは(ウィキペディアより)

WHO はプライマリケアを「プライマリケアは、ケアやゲートキーパー以上の役目であり、最初の第一線としてアクセスされ、継続的・統合的に調合されたケアを提供する保健制度の中心的な役割である。必要とされた際の第一線コンサルタントであり、短期の疾病に限らず個人の長期的な保健状態を診る」と定義している。国民のあらゆる健康上の問題、疾病に対し、総合的・継続的、そして全人的に対応する地域の保健医療福祉機能を指す。

プライマリ・ケアはすべての臨床医に必要な能力とされるが、なかでもこれを専門に担う医師は、各専門診療科別の専門医)と区別して、総合診療医と呼ばれる。「家庭医療」、「総合医」、「総合内科医」などがこの範疇に入る。

武蔵国分寺公園クリニックを開業しています。

人生の最期と緩和医療の話をしします。

一貫して僻地医療をしてきました。僻地医療で9年間学んだことを都会の人に還元したい。

小児科でもなく、内科でもなく僻地ではすべてにわたって診てきました。僻地では8割が高齢者、1.5～2割が子供でした。今も年齢、臓器に関係なく0歳児から老人まで診ます。

※ 先生のお話は私たちへの質問と出席者同士の話し合いで始まりました。

・死にたいですか ⇔ 死にたくないですか

医療の役割 - 死にたい人が生きていたいと思うように、生きていたい人のお手伝いができるようにとして在った。

対し、生きていたい人が死を受けいられるように、死を受けとめるお手伝いができるように、そんなことが医療の役割なのかどうか考えてみたい。

・不老不死の薬を飲みたいですか ⇔ 飲みたくないですか

周りのみんなが死んだのに一人だけ生きていたくない。みんな長生きでは困る。

・病気と闘う？ ⇔ 病気から逃げる？

元気になるなら闘う。病気と友達になる。手段があれば闘う。

・人生は闘いである ⇔ あきらめである

仏教ではあきらめにしたがって生きる。人は天候、空腹、日々闘いの中で生きている。

両極端に触れてみる。

極端な選択肢の両方を考えてみるとどちらにも一理あります。両方が絡み合いながら生きています。

極端な二人の患者さんについて

1、最期まで治療をあきらめない - 病気と闘う、逃げない、亡くなる寸前まで治療をしていた人。

2、あきらめて好きなように過ごす - 亡くなる寸前まで好きなように過ごし、死んだら診断書だけお願いしますという患者さんもいた。

あきらめるポイントとは

人生の最期を欲望の問題として

うまいものを食べたい、健康でいたい、長生きしたい……食べたいも生きたいも同じ問題として考える。

うまいものに対する欲望を我慢する・全面的に我慢・ちよつと食べちゃう・ほどほどに食べちゃう・食べたいだけ食べる。

長生きしたい欲望を我慢する……全面的に我慢・ちよつとは健康・ほどほどに健康・健康になりたい。

どちらが大事ですか？どちらが大変ですか？

もつとも不幸な患者さん

最期の最期まで治療に時間を使い果たし何も出来ずになくなってしまった患者さん。

死ぬまで饅頭を我慢した糖尿病の患者さん。

最悪を避けるためにはあきらめるのが賢明である。

欲望という視点で

うまいものを食べたい、長生きをしたい。

どちらも根源的な欲望に過ぎない。どちらが重要ということはない。どちらも満足したい、コントロールしたい。片方に偏りすぎた場合は不幸。

世の中は不健康につながる欲望を抑制し、健康につながる欲望を駆り立てる。

健康が大事という医療の立場をとると危ない。

不健康につながる欲望を抑制し、健康につながる欲望を駆り立てる“餛飩を我慢して長生きしよう”
こういう医療のあり方がホスピス緩和の浸透を邪魔している。

↓

適度に健康欲望、適度に長生き欲望を満たしながら今日をうまく生きていければ

うまいものを食べたい欲望はもっと解放されてもいいし

長生き欲望はもっとコントロールされていい。

死ぬこと……死ぬことは何か特別なことでしょうか？

餛飩を食べる事と死ぬことは同じと思う？ 違うことですか？ 質問の意味がわからない！？

(少し混沌としてきました。)

医療の役割

死にたい人が生きていたいと思えるように

生きていたい人のお手伝いが出来るように

死を受け入れるお手伝いが出来るように

— それに対して —

生きていたい人が死を受け入れられるように

死を受け入れられるお手伝いが出来るように

緩和医療の役割

患者自身が日々の生活を苦痛なく過ごせるようにお手伝いをする。

治療中であっても緩和医療は重要。治療で疲れ果てないようにすることが大事。

治療をしないときにも重要。さまざまな症状や問題をコントロールし、自分自身で時間を使えるようにしてあげる。

最も頼りになる二つの薬

モルヒネ - 世間で言われる症状は出ない

ステロイド(副腎皮質ホルモン)

※肺がんの生存曲線を例にしての説明

がんばって治療しても50%生存率時点では2ヶ月長生きするだけ。何もやらない場合は治療に費やした時間だけ自由な時間の確保が出来る。

末期がんを治療した人としらない人では余命は2ヶ月くらいしか変わらない、というデータがある。

抗がん剤のために費やす時間が多いと自由に使える時間が短くなる。

がんと闘うことをあきらめたほうがよいと思う。

死なないように、というのは無理がある。死ぬから医療がある。医療の基盤は死ぬことである。

緩和医療はそれをサポートする。

緩和医療は終末期とは限らない。

最後に「眼にて云う」一宮沢 賢治の詩から

死にゆく患者さんを診るたびにこの詩がフラッシュバックします。

だめでせう
とまりませんな
がぶがぶ湧いてゐるですからな
ゆふべからねむらず血も出つづけなもんですから
そこらは青くしんしんとして
どうも間もなく死にさうです
けれどもなんといふ風でせう
もう清明が近いので
あんなに青ぞらからもりあがって湧くやうに
きれいな風が来るですな
もみぢの嫩芽と毛のやうな花に
秋草のやうな波をたて
焼痕のある藺草のむしろも青いです
あなたは医学会のお帰りか何かは知りませんが
黒いフロックコートを召して
こんなに本気にいろいろ手あてもしていたゞけば
これで死んでもまづは文句もありません
血がでてゐるにかゝはらず
こんなにのんきで苦しくないのは
魂魄なかばからだをはなれたのですかな
たゞどうも血のために
それを云へないがひどいです
あなたの方からみたらあぶんさんたんたるけしきでせうが
わたくしから見えるのは
やっぱりきれいな青ぞらと
すきとほった風ばかりです。

当日のアンケートから

※ 名郷先生の講演について

・とてもわかりやすい内容でした。

同時に日々の生活と死について深く考えさせられました。

・大変に勉強になりました。またいつか御講演を拝聴させて下されればと思います。

・死について改めて考えさせられるお話でした。緩和医療についても新たな思いをしております。

生きるということのむずかしさを感じる年齢ともなると、いろいろなことを勉強して参らないと、と思います。

あきらめることはいまましいことですが、そのような時期になることもあり、とあきらめています。(矛盾した言い分ですが)

※ 定期総会について

・しっかりした活動報告をされていて感心いたしました。

・各議案について詳細な報告、提案にて理解しやすく大変結構でありました。

規約上「がんの体験者と家族」に限定しないで、今の趣旨に賛同される方々も会員になれるようにしてはいかがでしょうか。

がんケアの啓蒙についての会員活動はより多くの方を必要とします。よって幅のある表現を検討してみてもいいですか？

※ 今後会に望むことは

・特に延命治療ではないと思いますので、豊かな思いでこの一生を過ごして他界出来ることの啓蒙のために、活動される多くの方々に理解してもらえる企画があれば、提案していただけたらどうでしょうか。

今後のスケジュール がん体験者と家族で考える会 7月27日(日) 1時30分
ルミエール府中 第4会議室

会計からのお願い 新年度の会費の納入をお願いします。振込用紙を同封しています。

編集後記 無事第13回総会が終わりました。会員、役員の皆さんお疲れ様でした。

名郷先生の「意表」をついた問題提起、軽妙なお話、楽しみながら聞けたのではないのでしょうか。

懇親会も皆さんで楽しむことが出来ました。今会報では写真を入れてみました。参加できなかった方にも雰囲気をお伝えすることが出来たかと思っています。不鮮明なのはご容赦ください。

武智

発行 府中がんケアを考える会・会報編集部

連絡先 183-0004 東京都府中市紅葉丘3-33-4 駒ヶ嶺 泰秀 042-302-2607

Mail: ktakechi@fa2.so-net.ne.jp

府中がんケアを考える会 実施講座(2001年1月～2014年5月)

| | 日付 | テーマ | 講師 | |
|----|----------|-------------------------------|--------------------------------------|-----------------|
| 1 | 01/10/28 | がんと向き合ったとき、あなたならどう生きますか | 聖路加国際病院名誉理事長 | 日野原 重明 |
| 2 | 02/02/17 | ホスピスの体験から | ピースハウス病院ナース | 杉本 真由美 |
| 3 | 02/04/28 | 在宅ホスピスについて | ピースハウス病院ナース | 杉本 真由美 |
| 4 | 02/07/14 | 緩和ケアで使われる薬について | 薬剤師(元ピースハウス病院職員) | 玉井 照枝 |
| 5 | 02/10/11 | 朝日タウンズ特別講演会「日野原先生」 | | |
| 6 | 02/11/24 | 心と体の痛みをを癒すには | くらしき作陽大学教授 | 篠田 知璋 |
| 7 | 03/05/18 | 地域に密着した在宅ケアについて | 平林医院・院長 | 平林 竹一 |
| 8 | 03/06/10 | ホスピスセミナー | 桜町聖ヨハネホスピス研究所所長 | 山崎 章郎 |
| 9 | 03/08/03 | ヨーロッパのホスピス事情 | 府中ホスピスを考える会・副会長 | 市村 晴子 |
| 10 | 03/10/26 | 家で最期を迎えるために ー在宅ホスピスケアの実態 | ホームケアクリニック川越院長 | 川越 厚 |
| 11 | 04/04/18 | 家族の立場からホスピスケアを見る | 府中ホスピスを考える会・会員 | 駒ヶ嶺 泰秀 |
| 12 | 04/09/10 | 輝いて生きるー人生の後半をー | 聖路加国際病院・名誉理事長 | 日野原 重明 |
| 13 | 04/11/07 | コミュニティで考えるこれからのホスピスケア | 聖ヨハネホスピスケア研究所・研究員 | 長谷 方人 |
| 14 | 05/06/05 | 夫をがんで見送ってー入院治療3ヵ月後の不安 | 府中ホスピスを考える会・会員 | 森山 レイ子 |
| 15 | 05/09/24 | 地域で生きるー尊厳ある生と死をもとめて | 聖ヨハネホスピスケア研究所・所長 | 山崎 章郎他 |
| 16 | 05/10/30 | 命と響き合う絵本 | ノンフィクション作家 | 柳田 邦男 |
| 17 | 05/11/26 | 更年期障害と子宮がん | 東府中病院・院長 | 十蔵寺 新 |
| 18 | 06/03/26 | 人間のいのちと死ー終末期医療から見る | 医療法人恵風会施設長・医学博士 | 渡邊 寛宣 |
| 19 | 06/05/21 | 千倉市「花の谷」(ホスピス)の紹介 | 府中ホスピスを考える会・副会長 | 市村 晴子 |
| 20 | 06/08/20 | NHKビデオによるホスピスに関するQ&A | 府中ホスピスを考える会・副会長 | 市村 晴子 |
| 21 | 06/09/09 | 永六輔 いのちを語る | ケアタウン小平・聖ヨハネホスピス研究所共催 | |
| 22 | 06/11/11 | ときめく「命(いのち)」をいきる | 青山学院大学講師 | 野村 祐之 |
| 23 | 07/04/01 | さいごまで生きる施設ーホスピスーでのとき | ライフプランニングセンター所長 | 平野 真澄 |
| 24 | 07/06/24 | 「いのち輝かせて生きる」ーこどもから老人まで | 聖路加国際病院・名誉理事長 | 日野原 重明 |
| 25 | 07/10/13 | 鎌田実 いのちを語る | ケアタウン小平・聖ヨハネホスピス研究所共催 | |
| 26 | 08/01/20 | 地域におけるホスピスケア ー患者と家族の心を支えるー | 医療法人社団イバラキ会 | 高野 和也 |
| 27 | 08/05/25 | ホスピスケアにおける訪問看護の役割 | 府中医王訪問看護ステーション 地域看護専門看護師 | 宮田 乃有 |
| 28 | 08/08/03 | 阿伎留医療センター緩和ケアセンターの現状 | 公立阿伎留医療センター緩和ケア科・医師 | 戸沢 育文 |
| 29 | 09/01/25 | ビデオによるホスピス緩和ケアの歩み | 府中ホスピスを考える会・副会長 | 市村 晴子 |
| 30 | 09/05/17 | 府中市における訪問看護ステーションの現状 | 府中市医師会訪問看護ステーション・所長 | 芝尾 幾世 |
| 31 | 09/11/15 | ホスピスケアの核となる施設の実現に向けて | ボランティアまつりパネルディスカッション | 会役員 |
| 32 | 10/05/02 | 府中でも実現したい 地域で家庭でホスピス・緩和ケアを | ケアタウン小平クリニック・院長 聖路加国際病院・名誉理事長 | 山崎 章郎 日野原 重明 |
| 33 | 10/08/22 | 在宅緩和ケア「いつでも・・・緩和ケア」のために | ピースクリニック中井・院長 | 永山 淳 |
| 34 | 10/11/28 | 府中で「ホスピス」を実現したい | 府中NPO・ボランティアまつり | 会役員 |
| 35 | 11/05/22 | ターミナルケアの現状と問題点 | ながた内科クリニック・院長 | 永田 宏 |
| 36 | 11/10/02 | 家族の立場から在宅ホスピスケアを考える | 在宅看護利用者/ 府中医王訪問看護ステーション 地域看護専門看護師 | 荻野和子 宮田乃有 |
| 37 | 12/05/27 | 在宅医療ー終末期緩和ケアについて | せいわクリニック・院長 拓鍼灸院・院長 | 朴 正一 長友 拓也 |
| 38 | 13/10/12 | 誰でもよくわかるやさしく学ぶ緩和ケア入門 | 在宅医療・緩和ケアカンファレンス NPO法人臨床支援協議会 | |
| 39 | 13/12/01 | 日野原先生講演会 | 新老人の会と共催 | 日野原 重明 |
| 40 | 14/05/18 | 人生の最期と緩和医療 | 武蔵国分寺公園クリニック・院長 | 名郷 直樹 |