

# 府中ホスピスを考える会通信 第3号 04/11/07



府中市制50周年における「府中ホスピスを考える会」について

小西 厚子

「考える会」は、設立3周年目を迎えています。

50年前の府中市誕生時の人口は約45,000人、そして今年10月1日の人口は、237,280人になっています。歴史をひもとけば、府中の土地には、縄文時代から営々と人々が生活してきています。恐らくこの地が住みやすい所であったからでしょう。50年以上前にこの地に生まれた私にとって、府中のまちの変わりようは驚くばかりです。多くの人々がこの地に住処を定められたことを誇りに思うとともに、市民にとって安心して子どもを産み育てて人生を楽しみ、病に倒れた時にもケアを受けられ、人生を終わることができるまちであることを願っています。

「考える会」の目的「ホスピスについての理解を深め、終末期医療としてのホスピス（在宅および施設）の普及を目指す」（会則第一条）のために、会員は府中にもホスピスを創設してほしいと考えて活動しています。

市制施行50周年記念市民事業として、11月7日に、聖ヨハネホスピスケア研究所（桜町病院）のコーディネーターを長く勤められた長谷方人氏を迎えて、講演会を開催することになりました。演題は、『コミュニティで考えるこれからのホスピスケア』です。

長谷氏が、桜町病院のホスピス医の山崎章郎先生と一緒に理想の「ホスピス」を創設したいと、現在建設中の「ケアタウン小平」（仮称）についてのお話がうかがえるものと期待しています。この講演を聴かれた府中市民の皆様が、府中市にもこんな「ホスピス」がほしいと思い、「考える会」の会員になって活動していただけることも私たちの希望するところです。



# 声

“ホスピス医 山崎章郎先生講演会からのレポート”

滝山 満子

去る9月22日、飯田橋の「東京しごとセンター」で、山崎先生が「最期まで“自分”を生きる」をテーマに、約300人の聴衆を前に講演をされました。以下はその要旨です。

## 要旨

今年8月、朝日、読売の2新聞に、小さな死亡記事が載った。エリザベス・キューブラーロスが8月24日に亡くなったと伝えていた。彼女はアメリカの精神科医で、その著書『死ぬ瞬間』で世界に衝撃的な大きな影響をあたえた人だった。私は、最初は外科医で、船医をしていたときにこの本を読んで、自分の生き方を変えることになった。彼女は私がホスピスにかかわるきっかけをつくってくれた人だった。

ホスピスにくることは、患者にとって辛い選択である。それにしてもホスピスにたどり着くと、皆ホットする。私は、患者に今の自分の病態をどう思っているか、この先どうして欲しいのか、医者はそれに合わせてやっていくということを告げる。痛み、息苦しさなど身体の苦痛をとるのは、自分らしく生きることの必須条件である。

がん患者が、食事、排泄など、自分の身の回りのこともできなくなって、「もう自分の生きる意味はない。楽になりたい。先生に言ってほしい。」と言ったとき、大切なことは「ガンバレ」ではなく、そう言った人の辛い想いを分かって受け止めてあげることだ。傾聴、共感、受容。もっと大切なことは、さらに踏み込んで、何故患者がそう思うようになったのかを考え、患者のペースでのサポートが大切である。

人生の最期はすべての人に訪れる。そのとき例外を除いて、私たちは誰でもが、だれかの手助けを必要とする。誰かに手助けされる時間を経てはじめて、私たちは天国に旅立つことができる。ホスピスがないところでは、そういう方たちはどう過ごしているのだろうか。そう思ったとき、私は施設ホスピスで仕事を続けることに限界を感じた。施設ホスピスは現在、国の基準により入院は、殆どがん患者で、しかもベット数はがん全患者数の僅か4%にすぎない。在宅訪問医療も試みたが、往復に時間がかかり、こなせる数は少ない。

2001年から、私は1年間休職し次の道探しを始め、秋田県鷹巣町、「ケアタウンたかの巣」を訪問した。広い敷地に全個室の特別養護老人ホーム、一人暮らし高齢者のアパートがあり、痴呆になっても尊厳をまもられて暮らしている人たちがいた。しかし、その人たちがいったん病気になる、普通の病院に入れられ、そこで最期を迎えることになるという。そこで私は思った。ここにホスピスが参加すれば、これらの方はずっとここに住みつづけられるのではないかと。

今度新しいプロジェクトを立ち上げた。東京小平市に、一人暮らしの高齢者が住み続け最期をむかえることのできるアパートを8月に着工、来秋には完成する。土地800坪、3階建ての賃貸。1階に訪問診療の診療所、訪問看護ステーション、ヘルパーステーションをおき、医療ニーズの高い人に対するデイサービス（デイホスピス）も行い、ホスピスケアを経験した医師、看護師が中心的な役割を果たす。今までの施設ホスピス、訪問看護の限界を超えたものを目指したい。NPOをつくり、コミュニティづくりをし、いのちを守るという視点から、子どもの問題にも目を向けていきたいと思っている。



「中国の戦地」そして今、中国の「ホスピス」は？

小澤幸治

私は、大戦の末期 1944 年（昭和 19 年）の 12 月末、中国（中支）の通信連隊の一兵士として大陸へ渡った。当時、大陸に於いても制空権は完全にアメリカに奪われて日本軍の昼の移動はなすすべはない状況になっていた。一握りの士官学校出身の将校たちが躍起になって最後には『神風』が吹いてくれるものと、兵隊たちを鼓舞激励しているのが実情であった。

私たちは日本を発つときは 583 名であったが、揚子江で乗船が触雷し 430 名が乗船とともに水没し「武漢」の連隊に到着したのはその内 150 名ほどで、私たちは沈没の後遺症が癒えないままの弱い兵隊であった。初年兵一期の査閲が終わり士官候補生の受験で出た試験問題が今も忘れられない。

日本に「神風」が吹くや否や、という問題であった。私は「絶対に吹かない」との結論で結んだ。そしてその先は「わかりません」と付け足し提出した。当然、落第を信じていたところ「幹部候補生」に選ばれてしまった。何で私が？と内務班長に尋ねたところ返ってきた答えは簡単で「軍隊は員数だ。将校も下士官も作らないと古い連中が帰れない。おまえは丈夫だから我慢して勤め上げろ」……天皇の軍隊は員数を揃えることであったのをしみじみ実感した私であった。

やがて、ポツダム宣言、戦いは負けた「天皇の軍隊が連合軍」に……。翌春、中国軍との合同通信所勤務の私は結核で漢口陸軍病院に入院、戦友と別れてそのまま帰国した。

文化大革命が収まってから 5 回ほど訪中をしている。朝早く街へ出て、お年寄りたちの元気な姿を「太極拳・ソシアルダンス」に見てほっとしているこの頃である。機会があれば 12 億人の中国における「ホスピスの実態」を学んでみたい。

会員へのアンケート（4月18日 第3回総会において実施）から

★ 印象に残っている勉強会の感想（抜粋）

1. 参加した講演会は、毎回胸に迫る感動をいただいています。
2. 本日の駒ヶ嶺先生のお話は、今後の自分自身の参考になりました。
3. 桜町病院（聖ヨハネホスピスケア研究所）での山崎章郎先生のお話。
4. 日野原先生の講演に感動しました。
5. 日野原先生のお話は、人生についても大変参考になっています。
6. 川越厚先生の講演で、在宅ホスピスに対する認識が一変しました。
7. 川越先生のお話がとても印象に残っています。

★ 今後希望する内容や講演について（抜粋）

1. ホスピス施設の設備や運営内容の見学。
2. 患者として医師との関わり方が下手で悩んでいるので、上手に先生に話す方法。
3. どんな話も参考になるので、今後とも具体的なよい話を希望します。
4. 府中市で在宅ケアをしている医療機関をリストアップして紹介してほしい。
5. 患者や家族、医師、看護師、ボランティア、病院運営等に直接関わっている方のシンポジウムの開催。



一病息災とは——何か1つくらい病気のある人は、その病気を通して主治医の指導を受け、自分も生活に気をつけるので、自然と無理しなくなります。また、持病を持って医師にかかっている人は、受診時に自分では気づかない別の病気を偶然早く発見されることがあります。無病で主治医にかかることのない人は、自信がありすぎて定期的に受診せず、したがって自覚症のあらわれにくい病気(たとえばガン)の発見が遅れたり、自分の健康を過信して無理をするので突然発病することがあります。

一病のある人のほうが、無病で自信を誇っている人よりも、結局は用心して生活するので、かえって長生きするということが一病息災(息災とは「身にさわりのないこと」の意)というのです。

LPC生活医学シリーズより

府中ホスピスを考える会講座実施歴

	日付	テーマ	講師
特	01/10/28	がんと向きあったとき、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
	102/02/17	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
	202/04/28	在宅ホスピスケアについて	ピースハウス病院ナース 杉本 真由美
	302/07/14	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
特	02/10/11	アサヒタウンズ特別講演会	聖路加国際病院名誉理事長 日野原 重明
	402/11/24	心と身体の痛みを癒すには	くらしき作陽大学教授 篠田 知璋
	503/05/18	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
	603/06/10	ホスピスセミナー	桜町聖ヨハネホスピスケア研究所長 山崎 章郎
	703/08/03	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
	803/10/26	家で最期をむかえるために-在宅ホスピスケアの実際	ホームケアクリニック川越院長 川越 厚
	904/04/18	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
	1004/09/10	輝いて生きる -人生の後半を-	聖路加国際病院名誉理事長 日野原 重明
	1104/11/07	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

会計より会員の皆様へのお願い

平成16年度の会費の払い込みをどうぞよろしくお願ひします。勉強会・講演会等当日でも、郵便局への振込でも結構です。振込用紙ご入用の方は、会計までご連絡いただければお送りいたします。

宇田ひさ子 042-363-9271

編集後記

先日、高尾山に行って山道で見た立て札のボードに、なるほどなーと memo してきましたのをご紹介します。

つもり違い十か条  
 1、高いつもりで低いのは教養 2、低いつもりで高いのは気位  
 3、深いつもりで浅いのは知識 4、浅いつもりで深いのは欲の皮 5、厚いつもりで薄いのは人情  
 6、薄いつもりで厚いのは面の皮 7、強いつもりで弱いのは根性 8、弱いつもりで強いのは我  
 9、多いつもりで少ないのは分別 10、少ないつもりで多いのは無駄 {高尾山}

浅学非才の小生の座右の銘にしております。(つもり違い)

「通信」編集委員 荒川京子、小西厚子、滝山満子、村上淳子、和田総一郎

発行元 府中ホスピスを考える会編集部 連絡先 小西厚子 042-351-4583