

Memento Mori

—メメント・モリ（正しくは、メメント・モオライ）はラテン語で
「死を想え」の意味・一日一日を大切に生きましよう—

2019年1月11日(金)発行

No. 80

NPO 法人
山梨ホスピス協会
〒400-0027 甲府市富士見一丁目2-12
TEL 055-251-3505・FAX 055-251-6155
E-mail:yhospice@basil.ocn.ne.jp
Homepage:http://www.ymnshospice.
server-shared.com



おしよせる思い

理事長 横山 宏

当会事業に、何時もご支援を戴いております各位に、感謝申し上げます。

近年の生命科学の進歩は、生命究明に大きく前進したが、未だ生命を人工的に合成することは不可能である。したがって、如何に科学が発達したからとはいえ、人の生命は唯一無二であり、かけがえのない貴重な存在で有限であることも変わらない。

今、医療に携わる者は、「医の倫理」と共に、生命に対する哲学的思考、宗教心など、生命への畏敬の念、敬虔（けいけん）の態度、人の尊厳性等について、改めて熟慮、反省の必要が強く求められている。

人類の幸福のために進歩した医療の実践は、重要不可欠ではあるが、“人間の尊厳”を損なうようなことがあってはならないと思う。

「為すべきことは為し、尽くすべきことは尽くした」との医療側の自己満足を得る為に、患者の尊厳、人権は全く無視された時代もあったことは否めない。

「尊厳」とは、「とうとく、おかし難いこと」とされている。

それでは、“人間の尊厳”とは、一体何なのか？

これは大変難しい課題であるが、“人間の尊厳”とは、唯一無二の貴重な生命に加えて「人格の存在」と、その人の「生きざま、死にざま」（生涯の生活軌跡とその評価）に、私は“人間の尊厳”を求めたい。

人格とは、「人柄、人品、人の性格、また心のある個体の知的、感情的、意思的側面を合わせた全体としての特徴。更に、道徳的行為の主体としての個人、自律的意思を有し、自己決定的であるところの個人」と日本語大辞典、第7版広辞苑に記述されている。

“人間の尊厳”における“人格”の存在については、この定義の中に見られる「道徳的行為の主体としての個人」「自律的意思を有し、自己決定的である個人」の一節を、私は尊厳と人格との両者間に有意な関係を示すものとして受け止めたい。

上記に関連して、「Advance Care Planning, ACP, 事前指示」の実践、普及を早急に進める必要を痛感している。ACPとは、「将来に備え今後の治療・療養について予め話し合っておくプロセス」をいい、自己決定能力低下以前に備えて置くことが医療側・家族にとっても望ましく、当人の尊厳を尊重する上で重要であると思う。

がんサロン『ぶどうの会』

がん患者やご家族が自由に集まり、そして気兼ねなく語り合える場として作られました。がんや不治の病を抱えていろいろな悩みや不安など、同じ病気をもつ仲間同士が語り合い、学びあい、共感することで前向きに生き生きと過ごすことを目標とした交流の場です。

★と き：第2・第4水曜日 午後1:30～2:30

★ところ：山梨ホスピス協会事務所



第80号目次

- ・おしよせる思い 横山 宏… 1
- ・特別講演
「人生の意味が見つかるノート
～『人生の意味』が見つければ、
人は強く、やさしくなれる」～
小澤竹俊… 2
- ・2018年予算・2017年決算報告ほか
…………… 7
- ・事務局だより・編集後記 …………… 8

特別講演会

2018年6月30日(土)
於：かいてらす

人生の意味が見つかるノート

～「人生の意味」が見つければ、人は強く、やさしくなれる～

小澤竹俊 (横浜市・めぐみ在宅クリニック院長)



1. はじめに

皆様、こんにちは。

私は、普段は診療しておりますが、土日を利用して、これからの時代に備えた人材育成を考えて行動しています。

最初に結論を申し上げます。これから人口がどんど

ん減っていきます。この甲府の町でも、周辺を含めて人口は減っていくでしょう。そういう中で、この会の果たす役割は、本来は大きいと思います。そこで、まず、この映像を紹介してみたいと思います。

裸の男が踊っているという映像です。たった3分間なのですけれど、もし、この人が面白くて、わかりやすく、真似したくなると周りの人が仲間に入ってくる。こうして最初のフォロワー（賛同者）が、1人のバカをリーダーに変える。フォロワーは、運動を自分だけではなく、仲間を広げていく。何とフォロワーは、一緒にやらないかと言って、周りの人を呼ぶんです。

大事なことは、ホスピスという活動を、一部の専門家だけがやればいいのではなくて、そこにどれだけ仲間を増やすのか、フォロワーを増やすことが大切なのです。最初のフォロワーがいたら、仲間が増えてくるのです。この踊りの映像の中に、こちらの男の人が加わって、この人が加わることによって、1人から3人になるのです。更にフォロワーが増えて、ここまでくると、もう怖くないんですね。ほら、どんどん増えてきていますよね。最初に踊っている1人だけだと、そこに加わるのには勇気がいられます。ところが、これくらいに人が集まってくると、その後は、そこに参加することは、余り怖くないんですよ。

いよいよ本日の本題に入っていきます。平成20年（2008年）をピークに、それまでどんどん増えた人口が、どんどん減っていき、昭和25年（1950年）と同じ人口に、ほぼ戻っていくのですが、問題はその内容です。昔は若い人の割合が多く、お年寄りが少なかった。昭和25年頃には、ほとんどが65歳以下の人たちでした。それが今度は、若い人が少

なく、お年寄りの割合が多くなっていく。多分、甲府の人口もそのようになっていき、周辺の大月や韮崎も、山梨全体の人口も若い人が減少し、東京へ出て行くことでしょう。さあ、どうしたらよいかです。

ポイントは、高齢者の割合が増える、子どもが少ない、多くの人々が亡くなる時代になっても、持続可能な社会を目指したいのです。「持続可能な」という言葉は、これからの流行語になります。人口が減り、社会保障制度がこわれてきます。特に2025年、高齢者が増えてきて、いろいろな課題が出てきます。地域包括ケアシステムの働き、医療と介護の連携で住みなれたまちで人生の最後までをどう過ごすか等です。総論はいいが、各論が難しいです。

死を前にした人に、あなたは何かができますか？——住みなれた地域で人生最後までと願っても、周囲が無理だから、病院へ行きましょう、となれば叶いません。専門家は、顔が見える関係づくり、情報共有（最近の業界用語では）、意思決定支援等、様々な対策を打っています。でも、どうですか、関わる人が、そこに居なければ、その人は孤独でひとりぼっち、いざとなれば救急搬送。私が今日この場で紹介したい大事なキーワードは、わかりやすく、真似しやすい、そして、もっと言えば、なるべく専門用語を使わずに、もしここに中学生・小学5・6年生がいても、大事なお祖母ちゃんが、間もなく迎えが来るのがわかっていても、孫である小学5年生の10歳の私にもできることがある。そう思えるくらいの魅力がなければ、多分これからの時代にやっていけないのではないかと。

具体的にキーワードをいくつか並べてみますが、一言で言うと、本人と家族が穏やかであること。数字（数値）だけではありません。本日も医療関係者が沢山いますね。診断と治療のためには、数字は大事です。私も循環器で救命救急に従事していました。治すことのできるものを徹底的に治すという修羅場において、数字はやはり大事なものです。

しかし、大事なことは、どんなに数字が良くても、本人が穏やかでなければ良いとは思わない。たとえ数字が悪くても、本人と家族が穏やかであれば、それは最高のケアを受けているとして、さらに関わる可能性を探っていきます。

ちょっとここで、人の最後（難しい医学用語でなくて子どもでもわかる言葉で）最後はどうなるのかを伝えたい。それは、人の成長と逆と紹介します。生まれた赤ん坊は、生後1か月、3か月、6か月と成長していきます。ご存知、食事は最初、ミルク。量が増え、離乳食となり、だんだん食べる量が多くなっていきます。最初はほとんど寝ています。だんだん寝ている時間が減り、起きる時間が増えていきます。一番の変化は歩ける距離、生まれたばかりの赤ん坊は歩きません。寝返りもうちません。首が座っていません。それが、段々首が座って動き出します。つまり、難しい医学用語を使わずに、その人が元気なのか、お迎えが近いのかは、単純に食事の量、昼間の起きている時間、歩ける距離で（それだけではない要素もありますが）何となくわかってくるのです。例えば、老衰・認知症は、ゆっくりと年の単位で、食事や歩ける距離が少なくなり、横になる時間が増えていきます。逆に、心臓や肺の病気は、良くなったり悪くなったりして、最後のお迎えが来ます。ところが、癌は早いのです。老衰や心疾患と比べると、あるところから食事が少なくなり、寝る時間が増え、起きている時間が少なくなったなあと思われて、わずか数週間で、ぐっと落ちてくるのです。そういう中でポイントは、歩く距離が変わってきて、できたことができなくなる。そのとき、何があると本人と家族が穏やかになれるか。そこにこだわってみたいのです。

2. 苦しむ人への援助と5つの課題

ここで、苦しむ人への援助として、「5つの課題」を紹介します。①援助的コミュニケーションの基本（苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しい）②相手の苦しみをキャッチする③相手の支えをキャッチする④どのような自分であれば相手の支えを強められるかを知り実践する⑤自らの支えを知る——です。

現在私は、人材育成を目的としてエンドオブライフ・ケア協会を立ち上げ、その理事として2日間研修を行っています。その4分の3は、従来「スピリチュアルケア」と言われていた内容です。（2日間の講座は医療者だけが対象ではありません）介護の方、特にケアマネジャーや訪問看護の方、施設で対応していかなければならない方が、目の前にいる患者さんに対して自分のできることとして何をしたらよいか、援助を言葉にしていく力がなければ、そこに関われない。①～⑤の課題を順番に見ていきます。人生の意味についても意識して紹介してみたいと思います。

まず、第一に援助的コミュニケーションを学び、実践する。苦しんでいる人は、自分のことをわかってくれる人がいるとうれしい。これがすべての基本です。苦しんでいる本人から見て、自分のことを

わかってくれた、理解してくれた、ということですから。どんな私たちであれば、相手から見てわかってくれる人になるのか。養成講座はもともと「いのちの授業」として、子どもたちにも伝えてきたものです。一部の専門家しかわからないものではなく、子どもたちにも共通するテーマとして伝えていきます。ここでは、ある生徒と教師の会話を紹介しましょう。13歳、白血病、抗癌剤の治療を行っています。骨髄移植のドナーが見つからなかったら死んでしまう。まだ死にたくない。私の気持ち、誰にもわからない。

3. 援助的コミュニケーション

苦しんでいる人は、自分のことをわかってくれる人がいると、嬉しいのです。

どんな私であれば、わかってくれる私であるのか。励ましでも説明でもありません。ユーモアでもなく、聴いてくれることです。聴くというと簡単なことのようにですが、すごく難しい。相手を理解したと思った時、人は話を聴かなくなるのです。大事なことは、私が相手を理解することではなく、相手が私をわかってくれた、この聴き方が、援助的コミュニケーションです。

緩和ケアに関する様々なコミュニケーションの話を聞いてきました。悪い知らせを伝えるコミュニケーションも大事なことです。しかし、このわかってくれる人になるための聴き方を、残念ながら今の医学教育の中に感じることはできません。これは医学教育だけではなく、義務教育の中に入れた方がよいのではないか。「いのちの授業」として、子どもたちに、どうすればわかってくれる聴き方を伝えることができるか。

苦しんでいる人には、自分の伝えたいことがあります。私は相手が伝えたいことをキャッチする。これが、簡単なようで難しい。なぜなら、苦しんでいる人は、誰にでも苦しみを言うものではありません。相手を選ぶのです。わかってくれそうな人、ひまそうな人です。忙しそうな人には声を掛けられませんからね。

さて、キャッチできたらどうするか。言葉にして相手に伝える。「あなたは、これが伝えたいのですね」と言って反復する。実は、私たちの態度も相手に影響を与えるのです。ちょっとイメージしてみてください。皆さんが、誰かに話を聞いてもらいたいと思う時、どんな相手に安心感があり、どんな相手に居心地の悪さを感じるのでしょうか。皆さんが、一生懸命に話しているのに、新聞を見ている、コーヒーを飲んでいる、全然目を合わせない、多分30秒で心が折れてしまうでしょう。ところが、目を見て心を傾けてくれるだけで、きっと違ってくるでしょう。私たちの何気ないしぐさが、相手に影響を与える。言葉だけ繰り返せばよいのではなく、その

返す技法もとても大切なのです。

改めて「反復、沈黙」ということについて、今日はギュッと縮めて話します。病院の現場での会話です。ある患者が入院し、悶々として眠れなかった。朝を迎えて、最初にやってきた看護師さんに、「昨夜、眠れなかったです」と言うと、「昨夜はずっと寝ていたでしょう」と言われる。よく見かける光景です。患者は全然うれしくありません。この看護師さんにはわかってもらえない。次にやって来た看護師さんにもう1回、「看護師さん、昨夜眠れなかったです」と言うと、にっこり笑って、「わかりました、今晩は睡眠薬を増やしましょう」の返事。患者さん、自分の気持ちを、わかってもらえたのでしょうか。

さて、わかってくれる聴き方、援助的コミュニケーションの基本は、反復。相手が伝えたいメッセージを、言葉にして返すことです。何が伝えたいことなのか。「昨夜、眠れなかった」だから、こう返すのです。「昨夜、眠れなかったんですね」「そうなんです。昨夜、隣の人が一晩中うるさくて」、会話続きますね。この続きをどうしますか。「わかりました。今晩は耳栓を貸してあげましょう」ではなくて、しばらく長い沈黙があり、それを待つと、「でもね看護師さん、この病気で入院して3週間たつのに、ちっとも良くなりません。このまま病気が治らないんじゃないか。家で待っている夫や子どものことを思うと心配で、夜も眠れなくなりました」。

何気ない会話ですが、ほしいのは、ただ一点、わかってくれた、この感覚です。相手から見て自分がわかってくれる人になることは、可能性があるのです。逆に言うと、ホスピスという現場では、そのくらいしかできない。せいぜい、できることなんて、ほんのわずかです。わかってくれる人に、なれているかどうか。それは、人生の最終段階だけの話ではなくて、苦しみをかかえる人は、子どもから大人からお年寄りまで、地域にあふれている。ホスピスマインドが求められるのは、これからです。それを誰が、どのように伝えていくのか。

4. 相手の苦しみをキャッチする

今度は、苦しみのキャッチ。2日間の養成講座の内容を、ちょっとだけ紹介します。

皆さんがどこかの事業所で働いているとします。4月に入った新入りの後輩が、宴会の席で、二次会に行ったら何か深刻そうな顔で言いました。「先輩教えてください。この間、患者さんと家族から、しかられてしまったのです。新人なので一生懸命なのはわかるけれど、もう少し私たち患者や家族の苦しみに気がつく感性を磨いたらどうですか、なんて言われてしまったのです。先輩、私はどうしたら相手の苦しみに気づく感性を磨くことができるのでしょうか」。

こんな問いをしておいて、この続きを先攻と後攻の二人ペアでやっていくのです。話を聞いて、うな

ずくことは誰にでもできる。聞いたことを言葉にして、誰かに伝えることはすごく難しい。先程の先輩と後輩のやりとりで「どうしたら相手の苦しみに気がつくことができるのでしょうか」と問われたら、「うーん、良いところに気がついたね。苦しみに気づく感性、これはとても大事なことです。この若さで、このことに気づいたあなたは、すばらしい援助者になれるでしょう。」と前置きした上で、皆様も、ぜひ現場で今日聞いた話を誰かに伝えていただきたい。

ホスピスのマインドは、病気でまもなくお迎えの来る人だけのものではありません。生きているすべての人に、大なり小なり解決のできない痛みがあると思うのです。「何で、今月こんなに夜勤が多いのだろう」「何で、こんなに家の子は勉強しないのだろう」「何で、この人が私の主人なのだろう」(笑)、誰も答えることのできないこの問いとどう向き合うか。今日の一つのテーマです。

あるアニメソングの歌詞に、「苦しくたって悲しくたって コートの中では 平気なの」とあります。苦しみがあっても、平気だと言うのです。医療の現場にいますと、なぜこの人は苦しみがあっても、平気でいられるのだろうか。それをできたら言語化したいのです。言葉にすることによって、援助が見えてくるからです。ぜひ、これから皆さんが、いろんな現場で、苦しみを抱えながらも、穏やかである人のその理由を、言葉にできるとよいですね。それができると、何をしたらよいのか、援助を言葉にできます。因みに、ちょっと解説しますと、エースアタッカーがコートの中に入ると、なぜ平気なのか？キーワードは一言、「役に立つ」「役割がある」。つまりエースアタッカーがコートの中に居るということは、チームの役に立てる、だから平気なのです。

まもなく、お迎えが来る。もう自分は仕事もできない。家事もできない。何もできないと思っていた人が、こんな体なのに、でも誰かの役に立てると思えた瞬間、世の中が違って見えてきます。それこそ、今日のテーマである「人生の意味」というもの



6月30日(土) 特別講演会 会場

が見えてくるのです。その中で、改めて苦しみを通して何を学ぶのか、そこが本日の最も大事なテーマです。何を学ぶのか？ それは、大事な支えを学ぶのです。健康な時には気が付かなかった、病気、ケガ、困難、悲しみから学ぶことが、たくさんあります。その支えに気が付いた人は、困難を抱えながらもなお穏やかになります。

ある患者がある時、言いました、「早くこの世から消え去りたい」。何を言ってもダメでした。何も残すことはない、早く消え去りたい、の一点張りでした。私は、彼女にお願ひしました。「病気になって何年も闘病してきました。この闘病中の体験を通して気づいたことを、同じ病気で闘っている誰かのために、あるいは子どもたちのために、メッセージとしていただけませんか。あなたの苦しみの体験が、きっと他の誰かの役に立てると思いますよ。」——すると、彼女は一晩考えて、この詩を書いてくれました。

病がくれた勇気／カラー

苦しみは一人でがんばらなければいけないと思ひ込んでいた。

わたしの目に映る景色はモノクロだった。

でも、ある日、ほんの少しの“勇気という一歩”を踏み出すことで、

あたたかな手を差し伸べてくれる人たちがこんなにもたくさんいることに気がついた。

その瞬間、わたしの目に映る景色に色がついた。

わたしが、あなたが生きているこの世界は、明るく・あたたかく・無限に優しい。

だから、一人でがんばらないで。

声にだして仲間を呼ぼう。

ほんの少しの勇気をだして。

この世界が七色に輝き出すから。

5. 相手の支えをキャッチする

苦しみが残りに続いても、人は支えがあると、穏やかになります。支えには、将来の夢、支えとなる関係、選ぶことができる自由の三つがあります。

(1) 将来の夢——この詩を書いた彼女は、亡くなるまでに七つの詩を書いてくれ、この4月に最期を迎えました。最後は、眠る薬をどうしても使わざるを得ない状況の中で、その眠る直前でしたが、こんな言葉を残されました。「今度生まれ変わったら、絶対に医者になって、先生と一緒に働きたい」。不思議だったのですが、亡くなる前とは思えないような、すごく穏やかで最高の表情でした。

負の出来事である死を避けられない状況でありながら、なお、そう認識できる可能性があるということ、それは「支え」があるからです。過去のいろいろな出来事から、将来に向けて、今を生きようとしま

す。例えば、小さい時に看病された経験から、将来は看護師になりたいから、頑張って勉強する。これはわかりやすいですね。死んだら、向こうから、家族を見守ることができる、これも将来の夢です。

(2) 支えとなる関係——心から認めてくれる相手との支えとなる関係があると、一転して強くなります。人とは限りません。ペットであったり、人を越えた存在、信仰であったり。つながりというものは、本当に大きいです。ここでは、中学生の書いた詩「最後の治療」を紹介します。

それは今まで以上に辛い仕事で、薬も一杯
それを乗り越えれば、元気になれる
病気は治る、外に出てみんなに会える
家に帰れる、色んなやりたい事ができる
一人では乗り越えられないかもしれない
先生がいて、看護師さんがいて、
家族がいて皆がいて、乗り越えていきたい
乗り越えられる、頑張りたい

この支えがある。だから乗り越えられる。頑張りたい。これが「支えとなる関係」です。

ある時には一緒に笑い、ある時には一緒に涙を流す。たとえ辛くても、たとえ苦しくても、逃げないで、そばでじっと耳を傾け、聞いてくれる私たちこそ、手を伸ばせば、あなたがいて、と言われる私たちののです。いよいよお迎えが近い時、コミュニケーションが難しいのではないかと、そう思ってしまうのは残念です。

大事なことは2点です。わかってくれる人がいると嬉しい。それは、たとえ話ができなくても、成立する。もう1点は、本人からのメッセージは、家族がこれから生きる力になります。

(3) 選ぶことができる自由

ここで、ディグニティ・セラピー（尊厳療法）について紹介します。

本人にとっては、お迎えが近くて尊厳が奪われるような状態、早く死んでしまいたいと思うような状況かもしれません。そこで何をするかというと、過去を振り返る。今は1人でトイレにも行けない、家族に迷惑ばかりかけてしまう。そんな状況だが、本当のあなたは、お母さんとして、子どもたちを育てて、美味しいものを作り、近所付き合いの中では、色んな役をやり、そのことに誇りを持ち、役割を果たしてきた。人一倍努力してきたお母さん。自分の本当の姿を取り戻し、さらに世代を超えて、自分の人生の教訓として、子どもたちに是非こういうことをやってほしいとか、子どもたちに、こういうことを希望するとか、世代を超えて伝えていくことができると、本人は穏やかさを取り戻します。これは、「家族への手紙」として紹介したいと思います。

ゆだねる・手放すといふこと。自分でできなくてもいいのです。大事な選択肢、他の誰かにゆだねるこ

とのできる人は、「支え」を失いません。と、簡単に言いますが、ゆだねることは難しい。ゆだねる相手が必要です。ゆだねることのできる人として、相手として認められるかどうかは、信頼できる人になれるかどうか。どんな人が信頼できる人か、それは、自分の苦しみをわかってくれる人。どんな人がわかってくれる人か、それは聴いてくれる人。援助的コミュニケーションが第一の課題である理由はここにあります。わかってくれるとは、資格の有無ではありません。実習に来た学生さんでも、わずか2-3分の検温であっても、相手から見て、わかってくれる人と思ってもらえたならば、それは立派な援助者でしょう。

6. 支えようとする私たちの支えを知る

第4の課題、どのような自分であれば相手の支えを強められるかを知り実践する。これは、第5の課題、支えようとする私たちの支えを知る、と合わせて紹介します。援助者である私の「自らの支え」とは何か。

なぜ、自分だけこんなに苦しむんだらう。その苦しみの中で、なお残り続ける自己肯定感こそ、本当の意味のホスピスのマインドではないか。自分の意味というのは誰から与えられるものなのか？ どのように自分を自己肯定できるか。「役に立つ」という考え方はわかりやすい。うまくいった。よくできました。Very Good。なぜ、ここにボールペンがあるのか？ 簡単です、字が書けて、役に立つからです。じゃあ、このボールペンが、インクが切れて書けなくなったら、どうしますか。インクが切れたボールペンは交換できなければ捨てますね。新しいペンを買うわけです。でも、人間はどうしますか。人間は役に立たなくなったら捨てますか？ そんなことはないですよ。でも捨てる社会があります。プロ野球選手です。役に立つ、だから何十億円、役に立たなければ1銭も動きません。

しかし、ホスピスのマインドとして、大事にしたのは、「役に立つ」、だから大切、とは限らない。役に立たない、何もできない、そんな自分でありながら、なお自分を「自己肯定」できたらいいですね。皆さんの周りで、役に立たない何もできない、でも大事な何かってありますか？ 間違っても「お父さん」とか言わないように(笑)。私の場合には、時計を紹介します。この時計は、時刻を見るのに役に立ちます。でも、もし壊れても捨てません。亡くなった父の形見です。

ここでのキーワードは、「これでよい」。Good Enough。

私はもっとも困難をかかえた人のためにあるのが、ホスピスの本来の姿ではないかと思えます。在宅医というのは、他の医師たちが苦手とするが、だからこそそこに関わろうとしている。

たとえ年末の12月29日であっても、年末年始を自宅で過ごしたい患者さんのために、訪問看護や仲間が集まってきて、その日の内にチームができて、その年末年始に最期を迎えるというケースへの対応もある。

難しいのは、誰が「これでよい」と言うかです。自分が自分に言い聞かせることではない。やはり私たちはプロとして最善を尽くしたいと思います。しかし、すべての問題を解決するとはできない。自分の弱さを認めない限り、そこにはいられないと思います。相手を選ぶようになる。自分の弱さを認めるからこそ「支え」に気が付きます。「支え」があるからこそ、困難と向き合えるのです。だから、誰もが願います。誰かの「支え」になろうとする人こそ、一番「支え」を必要としています。これは、私の言葉ではありません。私の「いのちの授業」を聞いてくれた高校1年生の感想文にありました。「私はこのいのちの授業を聞いて、誰かの支えになろうとするこの先生こそ、一番支えを必要としていると思いました。」

ポイントは、援助を言葉にすると、いろいろなものが見えてきます。そして、ホスピスというマインドを、一部の緩和ケア病棟の人たちだけではなくて、多くの人が経験できます。本人が穏やかになれる条件は、たくさんあります。お風呂に入れる、庭が見られる、痛みが無い、そばに家族がいる。これらが安心であること。こんな自分でも、誰かの役に立てること。その一つ一つを大事にしたい。それを応援できるのは、一部の専門家ではありません。関わる全員ができるのです。

苦しんでいる人が、誰かが関わってくれて嬉しかったら、今度は他の誰かに「大丈夫ですか？」と言って気遣い、関わる、このプラスの連鎖をつくるこそ、これからの時代に生き残れる、唯一の可能性ではないか、と思って活動を続けています。

たった1回の出会いで、人生が変わることを期待して。

ご清聴ありがとうございました。(拍手)



6月30日(土) 特別講演会、小澤先生と参加者たち

2018年度 活動予算書

2018年4月1日～2019年3月31日

(単位：円)

科目	金額			備考
	金	額		
I 経常収益				
1 受取会費				
正会員受取会費	450,000			
賛助会員受取会費	70,000	520,000		160名
2 受取寄付金				
受取寄付金	100,000	100,000		
3 事業収益				
自主事業収益	80,000	800,000		映画会
4 その他の収益				
受取利息	1,000			利子・利息
雑収入	0	1,000		
計	1,000			
経常収益計			1,421,000	
II 経常費用				
1 事業費				
講演会費	100,000			講演会
がん哲学外来費	80,000			マニカカフェ・シボウム
広報費	120,000			ホームページ関連
研修会費	40,000			研修講座
活動支援費	100,000			ボランティア支援
イベント経費	400,000			映画会
がんサロン経費	20,000			茶菓代等
通信費	90,000			電話インターネット・送料
事務手当	60,000			事務用品
事務手当	425,000			事務1.5人分
地代家賃	300,000			家賃
水道光熱費	30,000			水道・ガス・電気
備品消耗品費	10,000			事務用品他
賃借料	0			
減価償却費	41,000			パソコン・エアコン
事業費計		1,816,000		

科目	金額			備考
	金	額		
2 管理費				
総会費	55,000			
通信費	33,000			資料・返信用ハガキ
事務費	20,000			電話インターネット・送料
事務手当	115,000			事務用品
地代家賃	60,000			事務1.5人
水道光熱費	20,000			家賃
備品消耗品費	20,000			水道・ガス・電気
賃借料	0			事務用品他
交際費	25,000			中元歳暮・冠婚葬祭
寄付金	0			
減価償却費	10,000			パソコン・エアコン
雑費	0			
管理費計		358,000		
経常費用計			2,174,000	
当期経常増減額			▲753,000	
III 経常外収益				
経常外収益計			0	
IV 経常外費用				
経常外費用計			0	
当期正味財産増減額			▲753,000	
前期繰越正味財産額			8,358,136	
次期繰越正味財産額			7,605,136	

2017年度 収支計算書 (予算対比表)



2017年4月1日～2018年3月31日

(単位：円)

科目	金額			備考
	予算額	決算額	差額	
I 経常収益				
1 受取会費				
正会員受取会費	450,000	324,000	126,000	
賛助会員受取会費	70,000	88,000	▲18,000	
計	520,000	412,000	108,000	120名
2 受取寄付金				
受取寄付金	100,000	29,800	70,200	
3 事業収益				
自主事業収益	800,000	604,000	195,600	映画会
計	800,000	604,000	195,600	
4 その他の収益				
受取利息	1,000	4,250	▲3,250	利子・利息
雑収入	0	0	0	
計	1,000	4,250	▲3,250	
経常収益計	1,421,000	1,050,450	370,550	
II 経常費用				
1 事業費				
講演会費	100,000	64,040	35,960	講演会
25周年記念事業費	700,000	697,602	2,398	記念誌・発送料
広報費	120,000	197,190	▲77,190	マネジメント・ホームページ
研修会費	80,000	54,854	25,146	研修講座2回
活動支援費	100,000	164,877	▲64,877	ボランティア支援 電話訪問11名
イベント経費	400,000	383,640	16,360	映画会
がんサロン経費	20,000	17,002	2,998	茶菓代等
通信費	90,000	76,132	13,868	電話インターネット・送料
事務手当	60,000	66,248	▲6,248	事務用品
事務手当	425,000	406,000	19,000	家賃・駐車場
地代家賃	348,000	320,000	28,000	水道・ガス・電気
水道光熱費	30,000	37,460	▲7,460	事務用品
備品消耗品費	10,000	17,424	▲7,424	事務用品
がん哲学外来	0	83,937	▲83,937	がん哲学外来2回
賃借料	0	0	0	
減価償却費	41,000	41,416	▲416	事務所エアコン/パソコン
事業費計	2,524,000	2,627,822	▲103,822	

科目	金額			備考
	予算額	決算額	差額	
2 管理費				
総会費	55,000	107,795	▲52,795	資料・返信用ハガキ
会議費	10,000	0	0	理事会
通信費	33,000	29,353	3,647	電話インターネット・送料
事務費	20,000	22,585	▲12,585	事務用品
事務手当	115,000	104,000	11,000	
地代家賃	84,000	76,000	8,000	家賃・駐車場
水道光熱費	20,000	18,427	1,573	水道・ガス・電気
備品消耗品費	20,000	17,131	2,869	事務用品等
賃借料	0	0	0	
交際費	25,000	14,450	10,550	中元歳暮
寄付金	0	0	0	
減価償却費	10,000	10,354	▲354	事務所エアコン/パソコン
雑費	0	0	0	
管理費計	392,000	400,095	▲8,095	
経常費用計	2,916,000	3,027,917	▲111,917	
当期経常増減額	▲1,495,000	▲1,977,467	482,467	
III 経常外収益				
経常外収益計	0	0	0	
IV 経常外費用				
経常外費用計	0	0	0	
当期正味財産増減額	▲1,495,000	▲1,977,467	482,467	
前期繰越正味財産額	10,335,603	10,335,603	0	
次期繰越正味財産額	8,840,603	8,358,136	482,467	

監査報告

監事 若月 明子 
 監事 中村 由喜 

私は、2017年4月1日から2018年3月31日までの会計年度における会計及び事業の監査を行ない、次のとおり報告いたします。

1 監査方法

- ・会計：帳簿ならびに会計書類の閲覧など、計算書類の正確性を検討した。
- ・事業：事務局から事業の報告を聴取し、関係書類の閲覧など、事業執行の妥当性を検討した。

2 監査意見

収支計算書は会計帳簿の記載金額と一致し、収支状況を正しく示しているものであり、事業報告の内容は真実と認める。よって、収支決算報告・事業報告は適正であることを認めます。

編集後記

誰でも住み慣れた地域で自分の人生の最後を過ごしたいという素朴な願いをもって

いる。
 何があると本人や家族が「穏やかな最期を送ることができるか」。苦しんでいる人は、自分のことがわかってくれる人がいると嬉しい。その極意を小澤竹俊氏は語ってくれた。

(岩間孝吉・記)

◆ 2018年度 事業計画 ◆

- ① 総会・特別講演会 6月30日(土)
《講演：めぐみ在宅クリニック院長
小澤竹俊氏》
- ② 研修講座開催
2019年2月9日(土)
山梨県立中央病院 午後2時～
《講演：長山忠雄氏
千葉県がんセンター名誉センター長》
『年を重ねて死をどんな風にとらえるか』
- ③ 映画上映会
日時：9月9日(日)「人生フルーツ」
- ④ がんサロン 「ぶどうの会」
第2・第4水曜日開催 13:30～
- ⑤ がん哲学外来開催
〈第1回〉4月25日(水)
〈第2回〉7月21日(土) シンポジウム
- ⑥ 会報「メメント・モリ」発行
- ⑦ 相談業務
- ⑧ 協力事業
ボランティア活動・他団体行事の参加
- ⑨ ホームページによる事業公開
「山梨ホスピス協会」で検索下さい
- ⑩ その他



◆ 2018年度 役員一覧 ◆

理事長	横山 宏
副理事長	岩間 孝吉
理事 (事務局長)	仙洞田 保
	阿部 文明
	上野 美知子
	宇陀 由紀子
	小野 興子
	樋口 幸司
	横山 裕子
	依田 洋子
	渡邊 香代子
監事	中村 由喜
	若月 明子

◆ ありがとうございます ◆

井上利男様
ご寄付をいただきました。

◆ 会費納入のお願い ◆

日頃のホスピス協会へのご賛同、会費納入のご協力ありがとうございました。心より感謝申し上げます。2018年度の会費の未納の方、ご継続いただけますようお願いいたします。(年会費3000円)

- ・郵便振替口座番号 00450-6-11729
- ・加入者名 山梨ホスピス協会

◆ 事務局便り ◆

あけましておめでとうございます。あと少しで平成が終わりと思うと感慨深いものがあります。ますます実り多き年とは贅沢は言いません。平穏で無事で小さな喜びの積み重ねの日々であれと願っています。

さて、来る2月9日(土)午後2時より県立中央病院にて研修講座が行われます。今年日本臨床死生学会名誉会員で千葉県がんセンター名誉センター長、長山忠雄先生をお迎えして開催いたします。是非大勢のご参加をお待ちしております。

みなさまにとっても良き1年となりますように…心からお祈りしています。

(渡邊・記)

～がんサロン『ぶどうの会』より～

がんや不治の病に悩まれている患者さんやそのご家族の方々がお互いの心の内を語ったり、身近な情報を交換する集いの場です。ご参加お待ちしております。

(第2第4水曜日、午後1:30～2:30
ホスピス協会事務所に)

～会員へのおさそい～

山梨ホスピス協会では、会員を募集しております。またホスピス協会の活動に賛同し、サポートして下さるボランティアも募集しております。
☎ 055 (251) 3505 (水曜日のみ)