

Memento Mori

—メメント・モリ—

2022年（令和4年）3月1日（火）発行

NO.87

NPO法人 山梨ホスピス協会

400-0867 山梨県甲府市青沼2-20-16
「みんなの家青沼」

電話 080-8450-2745

E-mail yhospice@basil.ocn.ne.jp

ホームページ 山梨ホスピス協会 検索

限りある人生を自分らしくどう生きるか
を問いかける言葉

【ピュアなピアサポート】

理事長

阿部文明

皆さんはピアサポートという言葉はご存じでしょうか？

ピアサポートの意味については後で述べることにして、私の大きな勘違いから話を進めたいと思います。皆さんもご存じだと思いますが、かの有名なひな祭りの歌（本名は「うれしいひなまつり」だそうです）、「あかりをつけましょ ぼんぼりに・・・」の後の方で「お嫁にいらした姉さまによく似た官女の白い顔」というところがあります。私はかなりの年齢まで「官女」を「患者」だと思っていました。体の弱い青白い顔をしたお姉さんがお嫁にいらしたのだなあと思いましたが、これを知ってびっくり。歌が短調（暗い感じ）であることに影響されたんだと自分を擁護することにしました。

最近、なんとまた同じような間違いをしてしまったのです。ピアサポートについてです。

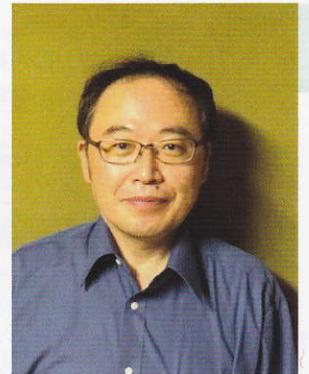
ピアは英語のpeerで仲間、同僚、（社会的に）同等な地位の人という意味、サポートは英語のsupportで援助という意味。したがって「ピアサポート」は対等な仲間同士の支え合いを意味することになります。がんに関していえば、がんサバイバー（がん治療状態ある方）ががんで苦しんでいる方に自分の体験や行動を通して助言・相談などの支援をしてあげることとなるでしょう。

このピアの部分にピュアだと思って「ピュアサポート」と呼んでいたのです。ピュアは英語のpureは（道徳的に）潔癖で穢れがないという意味。したがって「ピュアサポート」は、心のきれいながんサバイバーの方が同じ病気で困っている方を助けてあげるのだなあと思っていました（心の中では、がんにかかる人にも潔癖でない人もいると思うけどいいのかなあと軽く突っ込みを入れていました）。そして「ピアサポート」の本当の意味を知ってびっくり赤面となったわけです。

でもよく考えれば、ピアサポートをするような方はピュアに違いないと思い、今ではこの勘違いもまんざら悪くないと自己弁護しています。

追記：梨はpearと書いてカタカナ読みでは「ピア」とも読まれるようです。

私はがんサバイバーではありませんが、みなさん一緒に、山梨（ピア）でピュアなピアサポートを進めていきましょう。



総会と講演会のご案内

総会は、2022年5月に予定しています
総会后、講演会も講師を招いて開催予定
今のところ新型コロナ感染状況により確定はできませんが
決まり次第お知らせしたいと考えています



NO.87 目次

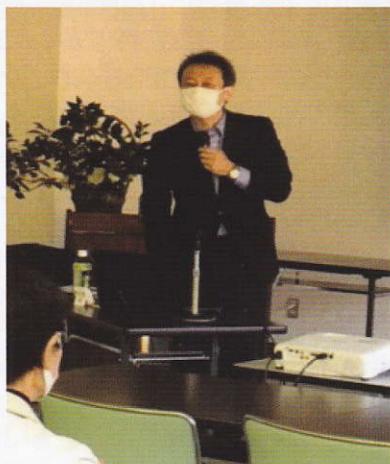
「ピュアなピアサポート」 理事長 阿部文明	1
「青年後見人制度について」 研修講座	2
がんサロン 秋の遠足	3
がんカフェ（がんサロン）	4
がん哲学外来の延期お知らせなど	5
事務局からお知らせ	6



研修講座2021

NPO法人 ホスピス協会

「青年後見制度」研修 田村正人先生 健康科学大学健康科学部福祉学科



プロフィール
 田村正人
【職歴】
 社会福祉法人ぶどうの里
 ふくし相談室ブリッジ 代表
【専門分野】
 高齢者・障害者の権利擁護、虐待防止
 ひとり親世代の生活や労働に関する問題



研修内容

高齢者・障害者の権利擁護・虐待防止などが専門の田村講師をスピーカーに招いた青年後見制度研修

去る2021年11月20日、研修講座を、地場産業センターかいてらす2階にて開催することが出来ました。今回は健康科学大学健康科学部福祉学科の田村正人先生をお迎えし、「成年後見制度」と題し講演頂きました。



サブタイトルが「財産だけではない、生きることを支える選択肢ということで、なぜこのタイトルなのかを知る過程を、田村先生が詳しく作成して下さいました。

後見制度なので、勿論法律、決まりごとである為、難しく捉われがちだが、とてもわかりやすく、理念、対象となる人、どのような時に検討すべきか、利用の流れ、そして、後見人の仕事内容、成年後見人制度を利用するメリット、そして注意点など、具体的な例を用いて丁寧に解説して下さいました。

具体例の中にサブタイトルのヒントが沢山あり、人が人として生き、そしてその一生を終える時、その生き様を最後の最後に見届ける存在でもあるのが後見人なのかな、と感じた。

日本は高齢化が進み、認知症が社会問題となっている昨今、家族で支え合うことは理想であるが思うようにいかない場合も多々ある。



成年後見制度は制度を利用するか否かよりも、この制度があることを知っているだけで、様々なトラブルを回避出来るような気がするのと同時に、相談することのハードルは低いと感じる。

是非また田村先生のお話を聞けるチャンスがあればと思う。
(百瀬美紀)

田村先生
ありがとうございました





がんサロン11月秋の遠足



がんサロン「ぶどうの会」は2カ所の会場で毎月それぞれ1回開催しています。

今回は、場所をかえて、秋晴れの中、みなさんと「大人の遠足」にでかけました。当日は東京からもかけつけていただき、楽しくあたたかい時間を過ごしました

まずはあおぞら薬局富士見店に集合！車2台に分乗しgo!go!

おやつがあり、会話もはずみ、ワクワクでした。

最初は、JA笛吹農協直売所。新鮮な野菜、果物、お花などなど、女性はどこでも買い物大好き。ああの、こうのと声が聞こえます。これも買いたいけど・・・笑顔がこぼれます

ここから大菩薩峠のふもとにあるパワースポット裂石へ、ここからの甲府盆地方面の眺めは素晴らしい！昔、青梅街道から大菩薩峠を超えて甲州へ入ってきた旅人も同じ景色を眺めたことでしょう

この大きな裂石ちかくの古民家でお茶を。コーヒーとお菓子で一息。それぞれ日当たりのよいあたたかい場所でいろいろなお話しを楽しんで。参加されたみなさんのこれまでの時間、今の生きている時間を感じました。

さあ、お楽しみのお昼ですが、大菩薩峠登山口にある番屋茶屋で。ほうとう、そば、草団子。美味しい食事は自然と黙食に。でもお腹がいい感じで、また楽しくマスクでお話し。あっという間の楽しい時間でした。

帰路につき、時間通りに甲府へもどり、楽しい一日を無事終えることができました

ご参加いただいたみなさん、ありがとうございました。また次の楽しい時間まで、今日の時間を思い出して過ごします。

がんサロン11月秋の遠足

大菩薩峠方面 2021年11月25日木曜日 10時集合 奥州に思いがけぬ紅葉が咲いて！紅葉、晩秋の一日。日常と離れ「がんサロンぶどうの会」で一緒に過ごしませんか？

10時 あおぞら薬局富士見店 集合
しまむら隣の駐車場に2台、乗用車3台
まだ診察時間なので、ながさむら資料は使用できません
乗り合わせで出発！

10時30分 JA前原農協直売所 日下部製菓茶屋
米倉さんと合流します
この直売所では野菜・花の産直な新鮮なものが購入できます

11時30分 甲州市塩山神倉地区古民家 一休み
パワースポット裂石 悠久の湧き水とお茶をいただきます
みなさんと「ぶどうの会」の時間です

12時 大菩薩峠登山入り口 番屋茶屋 で お昼
そば・ほうとう・餅やきりたんぽ
見学希望の方は、誘いの旗 番屋茶屋
到着、あおぞら薬局富士見店には 15時到着



*こんな研究があります。転移性乳がんの患者さん方を対象に、①標準治療のみの群と、②標準療法と介入療法（毎週1回90分、がんについての想いと化学療法や放射線療法について、生活について語る時間を設け孤独を感じないように、また自分の経験を他の患者や家族に伝えるかを考える時間を設けた）をうけた群に分けて観察すると、②の群は予後が延長したそうです。

がんサロン「ぶどうの会」ではお互いの苦しい体験を時には涙で聴くこともあります。また治療のこと、今の生活、これからの家族への想いを語ります。青い空の下、悠久な時間を感じながらの遠足で、時間の流れがゆっくりとなり、語り合い、あたたかい一日を過ごし感謝の気持ちでいっぱいです。

(中村由喜)





がんカフェ ～ ぶどうの会 に集う友

‘病気であっても 病人ではない’ 理念のもと、つらい気持ちや苦しい時間を内に抱えて生きていく。それがあある意味 人生かもしれません。語り合うこと、お互いを知り合うことで、気持ちが和らぐ、そんな時間にしたいと毎回参加して下さる方々もいらっしやいました。顔ぶれが同じでも、時間の経過とともに変化する心を語り共感しあうのです
そんな中で、初めて参加された方々のお話は新鮮なものでした。



◎2021年1月～12月までの参加状況

あおぞら薬局富士見店(月の第4木)とアネシス(月の第2土)の2カ所で開催してきましたが、新型コロナの蔓延状況により中止したこともありました。両会場で15回 延べ参加人数 102人でした。

◎参加者の思いのひとつ

- ・男性Aさん 最愛の奥様をがんで亡くされて、憔悴される中で自分の今後の生き方を模索し悩まれている
- ・女性Bさん がんを宣告されたが手術に踏み切れない悩みを抱えていたが、やっと決断しつつも 参加者の皆さんの後押しが欲しかった
- ・女性Cさん がんの治療の経過を同病の人と語り合い、前回とは違う元気な笑顔が見られた
- ・女性Dさん がん治療が三年経過した その間の辛さや体調の悪さで、人に会うこともできなかった やっとそれを乗り越えて参加する気持ちになれた。語らいながら参加者が元気をもらう
- ・男性Eさん ホスピスの歴史の変遷を知り得た方で5～6年ぶりに他県から参加 当時 ご両親をがんで亡くされたことがきっかけでホスピスを知り、この会の方々に支えられてきた

ほんの一部で、充分にはお伝え仕切れません。時には感情が激しく揺さぶられ、時には静かに聴き入り自分の思いの限りを吐き出して涙する。そして、またエネルギーを蓄えて、人として生活していく。そんな場であり、時間の流れを醸し出しているのです。(清水良子)

今後も がんカフェぶどうの会は、2カ所の会場で定例で開催していく予定です
 がん患者さんやそのご遺族の方など、どなたでも参加できます。
 ご都合をつけて是非ご参加下さい
 ☆あおぞら薬局富士見店 第4木曜日 055-225-0003
 ☆終活相談アネシス 第2土曜日 055-242-8455

終活相談アネシス



あおぞら薬局富士見店



クリスマスの感想

穏やかな晴天の12月23日(木)

甲府市の「あおぞら薬局富士見店」内で、山梨ホスピス協会の月例会でクリスマス会が開催されました。それぞれの方が集まり、初参加の方も交え、楽しいひとときを過ごしました。用意された歌詞でクリスマスソングを合唱し、お菓子やコーヒーなどを口にし、近況などを語りあって、一年を締め括りました。

コロナ禍で、皆が過敏に健康を気遣い大変な一年でしたが、皆さんの再会を確認しあい、有意義な会でした。コロナに負けずらい年もよい年になることを、願っています。



クリスマスに参加された方から素敵な言葉を頂きました

「よろこびが集まったよりも、悲しみが集まった方が幸せに近いような気がします。

星野富弘さんの詩を思い出しました」





がん哲学外来メディカルカフェ「風林火團」

新型コロナウイルスの急拡大が全国的に見られ、山梨ホスピス協会で令和4年1月22日(土)に開催予定をご案内いたしましたが、参加者の安全を考え、延期させていただくことになりました。よろしくご理解のほどお願いいたします。

今回は、音楽のおもてなし 理事の清水さん所属のオカリナ演奏グループ(岡村孝子先生指導のもと、生涯学習センター講座としてスタートしたグループです)によるプリマベラ(春)レパートリーは童謡など
その後、5グループほどに分かれて「よろこびさがし してみませんか」「ふりかえてみて この数年うれしかったこと」テーマを決めて話し合いを、予定していました。
次回の開催日は感染状況を見てご連絡させていただきます。



次回皆様と、また語りあえること楽しみにしております。

がん哲学外来の意味

多くの方は、自分自身または家族など身近な人ががんにかかった時に初めて死というものを意識し、それと同時に、自分がこれまでどう生きてきたか、これからどう生きるべきか、死ぬまで何をなすべきか真剣に考えます。
一方、医療現場は患者の治療をすることが手いっぱい、患者やその家族の精神的苦痛まで軽減させることはできないのが現状です。
がん哲学外来は医療現場と患者の間にある隙間を埋めるべく、集まりやすい場所で、立場を超えて集う交流の場を作ることから活動が始まりました。

がんであっても尊厳をもって人生を生きることのできる社会
病気であっても、病人でない
安心した人生を送れるように私たちは寄り添っていきたく思います



tunagu



がんサロンの秋の遠足に参加された皆様からの声を頂きました

☆はじめて参加させて頂きとても楽しく 古民家での初めての体験が出来てよかったです、またこのようなレクリエーションに参加させて頂きたいと思います。楽しかったです。ありがとうございました
事務局の皆様ありがとう

☆楽しい小旅行でした ありがとうございました

☆ありがとうございました。

楽しい秋の1日になりました皆さんと野菜を買ったり、おいしいほうとうを頂きました。次を楽しみにしています。

☆秋晴れのひと時山の紅葉を眺めながら…夢のような思いで過ごせました。

思い切った大人の遠足!…皆それぞれの荷物を背負いながらの人生…一休みできたのではないのでしょうか…
ぜひ、定期的に続けて欲しいと希望します。今日の段取りをありがとうございました。
古民家goodでした

☆自然の美しさ、古民家の暖かさ、そして何より参加した方々との笑顔の交流は最高でした。
がんサロンも時にはこんな会もいいですね。おもてなし(ホスピスの神髄)に感謝です

☆楽しい時間を過ごすことが出来ました。素晴らしい古民家に招いて頂きありがとうございました。また暖かい季節にご招待ください。

☆天気も良く、紅葉も素晴らしく、古民家は特に素敵でした。感激!

皆と一緒に楽しい時間が過ぎてよかったです。また、こんな時間が持てたらうれしいです



皆さんの声、ありがとうございました



2022年度 ホスピス協会の取り組み

山梨ホスピス協会は、これまで、30年間の永きにわたり、終末期にある患者さんと家族の支援などの活動をして参りました。しかし、近年会員の高齢化や、初期の目的であった本県のホスピス病棟の建設などにより、ホスピス協会の使命は終わったのではないかと、この意見もありました。

このような中、二年前、横山前理事長が、ホスピス協会の活動は、「おもてなし」の心を持ち、新たに、介護・福祉分野にも取り組んで行くことで、会員や、社会のニーズに応えることができると述べました。

これらの活動を通じ、会員の皆様の声を聴き、納得して頂き、ホスピス事業を推進していくことが大事であると思います。

ホスピス協会の柱は、がんサロン「ぶどうの会」と、「がん哲学外来」の活動であり、他の活動などと、より良い活動が繋がってきます。

来年度の主な事業としては

- ① 定期総会、特別講演会 令和4年5月中旬開催
- ② がん哲学外来 メディカルカフェ「風林火山」
年2回開催
- ③ がんサロン「ぶどうの会」第2土曜日、
第4木曜日、開催
- ④ 講演会・研修講座 各1回開催
- ⑤ 啓発普及活動、ボランティア活動、ホームページの
事業案内

これらの活動を来年度に計画していますが、コロナ感染がいつまで続くのか、先が見えず 不安は尽きません。

ホスピス協会の事業が計画通り開催出来ることを、祈ります。

社会的苦痛には社会の皆さんによる支援が必要です

ホスピスとは、建物ありきではなく考え方の問題

これからはその考え方を、社会的運動として、もっと広めなければいけない

横山宏名誉理事長の一文より

2021年度、コロナ禍の中、世間の状況を見ながらできる限りのイベントをさせて頂きました。ご出席くださった皆様に感謝いたします。ありがとうございました。

事務局だより

昨年は、コロナ感染禍の中、ホスピス協会の活動も思うように出来ませんでした。このような中、事務所の移転から、1年半が経ちました。

まだ、思うように事務所を活用していませんが、コロナ終息後は、理事会や「がんサロン」等の行事に利用したいと考えています。

◆ ゆうちょ銀行振替口座が変わります。

2021年度も大勢の会員の皆様から会費を納入頂きありがとうございました。皆様の善意の会費を大切にに使わせて頂きます。

会報とともに2022年度の会費のお願いを同封させて頂きます。どうぞ、末永くご支援いただけます様、お願い申し上げます。

なお、事務所近くの郵便局に口座を移しました。新しいゆうちょ銀行口座の振り込み先は

ゆうちょ銀行振替口座 00230-3-99165
山梨ホスピス協会
正会員一口 3,000円
賛助会員一口 5,000円以上



領収書はメモトモリをはじめとするホスピス協会の郵便物に同封させて頂きます。納入頂いた時期により領収書の郵送時期も変わりますのでご了承ください。

2022年度事業を計画

これから、理事会、総会を経て、協会の各種行事計画の策定を行います

コロナ株の蔓延で、皆さまには大変なご迷惑をおかけいたしました。2022年度はスムーズな協会運営が出来るよう祈念したいと思います。

編集

後記

この2年間、そして今も続く新型コロナウイルス感染症に翻弄され、私たちの生活は変わらざる得なくなりました。

そんなコロナ禍に私事ですが犬を飼い始めました。大変なことも多々ありますが、幸せな気持ちになります。

一人の時も一人ではない。そこにいる存在感を感じることに幸せを感じます。

欧米では70年前からホスピスや緩和ケアの一環としてセラピードックを用いた動物介在療法がおこなわれています。

犬と触れ合うことで自然と笑みがこぼれたり、表情を失った人から、豊かな表情を取り戻すことに貢献する動物です。

語らないけど寄り添って癒す

これぞホスピスか・・・など思ったりもしています。

新型コロナウイルス感染症で人と人との関わり方も変わってきました。ホスピス協会の一員として、どのように人に関わっていけるのだろうか、ここでまたゆっくりと頭の中を整理し、考えていこうと思います。



依田和実