がん哲学外来市民学会ニュースレター

Cancer Philosophy Clinic Association for the People

第5号
2014年9月30日
発行者

がん哲学外来市民学会
〒385-0046 長野県佐久市前山321-3
がん哲学外来研修センター
電話0267-63-5369 FAX0267-63-5389
E-mail:shimin@gantetsugaku.org
http://www.shimingakkai.org/

本流としての「がん哲学外来」

金城学院学院長
淀川キリスト教病院理事長　柏木　哲夫

「主流と本流」

最近、主流と本流の違いについてよく考えます。主流とは文字どおり主な流れであり、本流とは本当の流れ、本来の流れという意味だと思います。

川には必ず水源があります。湖が水源の場合などは別ですが、かなり大きい川でも、水源をたどれば、山間の湧水であったりします。湧水が集まり、流れは次第に川らしくなり、本流ができます。さらに川幅が広くなり、時には小さな支流を作りながら、主流は大きな流れとなって海に注ぎます。

「本流としてのがん哲学外来と緩和医療」

少し話は飛躍しますが、私は、内科や外科の治療医学は主流ではあるが本流ではなく、がん哲学外来や緩和医療は主流ではないが本流ではないかと思っています。医学の歴史をさかのぼってみると、もともとの医学の目的は人々の悩みに耳を傾け、人々の苦痛を和らげることでした。激しい痛みがあるとき、病気の原因を調べたり、治療法を考えたりする前に、そのつらさを理解し、まず痛みを取ることが大事でした。医学の本流はつらさの理解と症状の緩和でした。時が流れ、医学は病気の原因を究明し、治療法を発見してきました。病気を治すことと、治すことがむずかしければ延命することが医学の主な流れ、すなわち主流になりました。現在の医学の主流は治療と延命です。その点では医学はかなり発展しました。たとえば、以前は死に至る病であった結核は治るようになりました。人口呼吸器をつければ、かなり延命できるようにもなりました。

「病院死が主流」

現在の医療の主流は病院医療です。病院の働きは検査、診断、治療、延命です。治癒可能な病気に関して病院はかなり良い働きをします。しかし、治療しても治らない病気に関して病院は延命以外に適切な対処ができません。そして残念ながら病院は死に場所として適切だとはいえませんが現実には、癌で亡くなる人の84％が病院で亡くなっているのです。自宅で亡くなる癌患者は7％にすぎません（ちなみにホスピス、緩和ケア病棟では8％）。自宅で死を迎えるのが本来の流れ、すなわち本流であるはずなのに、病院死が主流になっているのです。ここでも主流と本流の対比が見られます。

「本流で憩う」

先日、ある会で小児癌の治療とケアに長年携わってこられた医師と話す機会がありました。小児癌もずいぶん治るようになってきて、治療の主流は抗がん剤だそうです。しかし、抗がん剤が効かない小児癌が2割ほどあり、その子どもたちが効かないにもかかわらず抗がん剤の投与を受け、「ボロボロ」になっていく姿を見るのがとてもつらいと言われました。緩和医療という本流に乗らずに、抗がん剤治療という主流に乗ってしまう悲劇が多く見られます。

主流に乗り続けると、時にはおぼれることがあります。本流で「憩う」という選択肢もしっかりと視野に入れていただきたいと思います。

「暇げな風貌と偉大なお節介」

「がん哲学外来」を始められた樋野興夫先生が「暇げな風貌」の重要性を説いておられます。この人は私のために時間を犠牲にして接してくれたという感覚を与えることができるような態度が大切だということです。

もう一つ樋野先生は「偉大なお節介」についても述べておられます。自分の気持ち、自分の都合で接するのではなくて、「その人の必要に共感」して接することです。この「暇げな風貌」と「偉大なお節介」は医療の本流を支える非常に重要な医療者の態度ではないかと思います。

がん哲学外来と緩和医療は本来同じ方向性をもったものだと思います。これからも良き協力関係を保ち、「がん医療の隙間を埋める新しい力」になることができればうれしいと思います。

がん哲学外来市民学会第3回大会（福井県県民ホール）で講演をされる柏木哲夫先生（2014.7.13）

第4回がん哲学外来コーディネーター養成講座
心の支えになる場 ～グリーフケア～

山崎 純子

息子の急死で愛別離苦の苦しみをくぐり抜けてきた日々。「死」を忘れた人は「生」を充実させることも忘れると云われます。

突然「死」と向き合い、多くの「なぜ」、「何のために生まれ、何処へ行くのか」と諸問題を抱えて、もがき苦しみました。グリーフケア（悲嘆回復）で学ぶ機会を頂き、ケアの実践で、生きる意味を考えながら寸暇をおしんで自分磨きを続けてきました。それこそが哲学的なのでしょう。心地良い居場所が出来、魂の交流で人との絆を深める事が出来ました。

回復の兆しが見え始めた頃、乳がん患者になりました。癌の宣告に私自身は動揺しませんでした。治療が終わって「がん哲学外来」を病院の患者会で知りました。そして、愛する人との別れの物語を聞かせて頂いた私の経験から、今回、パネリストとしてグリーフケアのお話をさせて頂きました。

ドイツの哲学者ハイデッガーは、時間を意識して生きるところに充実した生の根本があると言う「根源的時間」を提唱しています。二度の骨髄移植で若い娘さんを失ったお母様から「娘に主治医が永遠の生命論をもって励まして下さった。最後の時まで希望をもって生ききった娘の顔は清々しかった」と話して下さいました。本人と家族が残された時間をどの様に過ごせるかは多様で繊細な問題です。

時の経過に、事実は忘れやすく人間のエモーショナル（感情）だけが残るとも言います。悲しみや苦しみだけではなく、感謝の気持ちが持てる場合とそうでない場合では、悲嘆回復に大きな影響が出るように強く思います。養成講座で感じたのは、癌と向き合っている時から、出会いの場（カフェ）が「生命へのありがとう」の思索（哲学）の場になれればより良く生きる意味又は別れる意味を探せるのではないかと思います。

コーディネーターに求められるのは、心と心・人と人・人と社会を繋ぐ為のサポートで、それは日々の研鑽と対話の中から紡ぎだすしかないと考えます。グリーフケアの時に「待つこと」「認めていくこと（ありのまま）」「難しい表現はしない」「目配り」「問題行動に捉われない」をこころがけています。

いつか街角に、「がん哲学カフェ」や「グリーフケアカフェ」があり、どこにでも語らいの場所がある時代が来ると信じています。

パネリストの方々（河内康恵・杉田あゆみ・山崎純子・加藤誠之）。
司会は山田圭輔先生（金沢大学）、櫻井晃洋先生（札幌医大）です。

がん哲学外来市民学会 第3回大会を終えて

福井県済生会病院
集学的がん診療センター
吉川 千恵

7月12日、13日の2日間、台風8号「ノグリー」が猛威を振るうなか、福井の地は、「がん哲学外来市民学会」の熱気に包まれました。12日の養成講座、13日の大会で、日本各地から350名近くの方々が福井に集結しました。

第3回大会は当院田中延善名誉院長を大会長、宗本義則集学的がん診療センター長が実行委員長を務め、私は大会の事務局を務めさせて頂きました。

直前まで、プログラムがハードすぎるのではないか、大勢の方に参加して頂けるか等々、不安は尽きませんでした。また台風で、開催が危ぶまれた時は、逃げだしたいという思いに駆られましたが、幸い、当日は多くの方が足を運んで下さいました。

基調講演では、宗本委員長が多職種が協働してあらゆる面から患者さんをサポートしている当院の現状を紹介し、病院の体制を進化させることの重要性を話しました。

また、様々な地域、形態で開催されているがん哲学外来の活動報告ほか、静岡がんセンター・山口健総長、金城学院・柏木哲夫学院長をはじめとする四人の専門家の講演やパネルディスカッションで実り多い意見交換が行われ、医療以外の視点も含めたがん医療の新たな方向性を模索しました。

無事に終わり、皆様から温かい言葉や感想を頂き、ようやく「やって良かった」という充実感を感じております。樋野先生からは「苦難によって従順を学ぶ」というありがたいお言葉を頂きました。

講師の方々や座長の皆様、全国からお越し頂いた参加者の皆さんに「感謝」です。また運営にご協力、ご支援頂いた皆さん、今大会の印象を更に深いものにしてくれた台風にもある意味で「感謝」です。今回経験した感謝の思いを胸に、がん哲学外来市民学会の益々の発展を祈り、次回金沢での第4回大会にバトンをお渡ししたいと思います。（第3回大会　事務局）

福井県県民ホール「AOSSA」。会場は熱気に溢れ、350人の聴衆が詰め掛けて盛況でした。テーマは「がん哲学外来の見据えるこれからのイノベーション」。

がん哲学外来&がん哲学カフェの新しい一歩が刻まれる

認定制度委員長
石田　卓
（福島県立医科大学）

先日福井市で開催された第4回がん哲学外来コーディネーター養成講座において、記念すべき第1回のがん哲学外来市民学会認定コーディネーター7名が認定されました。認定されたみなさん、本当におめでとうございます！

認定されたみなさんは今後各地でがん哲学外来やがん哲学カフェの実施において、中心的な立場を担ってくださることと思います。

この制度はがん哲学の精神を正しく発展させる上での質を担保し、一人でも多くのがん患者さんや家族の方々の心の支えになる場をコーディネートできる「能力」あるいは「熱意」、または「創意」を有しているかの認定を目的として発足しました。

「がん哲学」の定義は多彩であるため、どのように外来やカフェを運営するかの作法を定めるのではなく、患者さんと家族の方々の心のケアがきちんとできるかの心構えを認定するものです。同時に、「がん哲学」の名称を商業的目的に用いることを防ぐねらいもあります。

この認定を受けるためには養成講座への3回の修了と、抱負を記載した小論文の提出が必要です。また更新制度もあります。詳しいことは市民学会のホームページをご覧ください。

今回認定の7名の方々が提出された小論文は、どれも熱意溢れたものばかりで、審査担当者は深く感動しました。7名のみなさんは講座で学んだことを基本にしつつ、自らのスタイルで適切にアレンジをして、ひとりでも多くのがん患者さんの支えになるような実践活動を継続していただきたいと思います。

新しい認定者を迎えてがん哲学外来・がん哲学カフェの新しい一歩が始まりました。この輪をさらに広げましょう。来年度も多くの有資格者の方々が認定申請をしていただくことを市民学会事務局一同期待しています！

樋野先生「コーディネーターとして更に研鑽に励んで下さい」

第一回 がん哲学外来コーディネーターの認定を受けて

東京都　吉川　研一

私は今年の福井のがん哲学外来市民学会にて、第一回「がん哲学外来コーディネーター」（以下コーディネーターと称す）の認定を受けました。

「がん哲学外来」は全国で7000箇所必要と標榜されている中、今後更に多くのコーディネーターが輩出されることを、切に願っています。

現在、がん対策として国はがん医療の均てん化を目指して拠点病院を整備しています。そして医学的な情報提供なり相談支援センターでの対応が強化されています。そうした中、樋野先生が「がん哲学外来」をされて、患者なり患者家族から受ける相談の多くは意に反して、生きることの根源的な意味、家庭内及び仕事上の問題等との事です。これらの問題は担当医師の範疇を超えているし、多忙な医師に期待しては負担が大きすぎると思います。そこでコーディネーターの出番となるのではないでしょうか。

がん哲学外来カフェでがん患者同士が話しあえて、がん患者なり家族の悩みを聞き、支えあい、共に生きていくようにリードしていく事がコーディネーターの役割ではないかと思われます。その「支ええあう」という事で興味深い記事があったので一端を紹介します。

或る旅行誌の8月号に、明治時代の初期に日本の各地を旅した多くの外国人が共通して驚愕の目を向けた日本の姿を記しています。それは「当時の日本の人々が見かけは貧しくとも、誰もが笑顔をたたえ、幸福そうに暮らしている」こと。「西洋の都会の群集によく見かける心労にひしがれた顔つきなど全く見られない」こと。何故か？識者の見解は「江戸の長屋暮らし」にあるとのことです。生活はつましいが隣人同士が支えあい、互いが支えあうことで心の負担が軽くなる、当時の庶民の顔に浮かぶ「幸福そうな」満足感はその反映との事…。そんな記事でした。

このような事から我々の活動は、長屋感覚のカフェを通じて、支えあって生活する日本の伝統を取り戻すことだともいえます。一人でも多くのがん患者及びその家族に笑顔が戻るよう、私たち七人は第一回認定者の名に恥じない活動をしていく事が求められるかと思います。

声にならない声を聴く

佐久市　鷹野　昭子

がんを告知されたり、再発した人がいつでも泣ける場所であり、少し落ち着いて生きることを考えられるそんな小さいカフェがいい。そこを訪れた人の声にじっと耳を傾け、声にならない声を聴く、そんなコーディネーターになれたらと思っています。

第1回　がん哲学外来コーディネーター認定者

- 井出　智子（佐久市）
- 井出美由紀（佐久市）
- 片桐　孝子（佐久市）
- 鷹野　昭子（佐久市）
- 小林　久子（佐久市）
- 星野　昭江（小諸市）
- 吉川　研一（渋谷区）

養成講座「グループワーク」～各班からの報告～

1班　福原　幸子（千葉県）

私達のグループには11の都府県から参加され、初参加の方も多かったので、自己紹介を兼ねて現状報告をしながら各メンバーの人となりに触れ、各自が抱えておられる課題や、目指していることなどを語りあいました。

「がんの告知」が一般的になり、「がん＝死の宣告」と受け止められた時代から、多種多様の治療方法を選択できる時代、治療しながら職場復帰して「天寿がん」を全うできる時代へと変化しつつあります。が、実際その場に立たされて「死」と向き合わざるを得ないことの苦痛は言葉になりません。

真実を知ることへの恐怖、主治医や医療者との信頼関係、患者家族としての苦悩、在宅医療の現状と課題、仕事で患者さんと向き合うときの寄り添い方、「がん哲学外来」を診療報酬として位置づけることは可能か等々、沢山の課題が出されました。

そのような中で、長年温泉業務に携わりながらがん患者さんを受け入れ続けて来た方が「何でも相談」として患者さん同士の語り合いの場を提供し、「がん哲学外来」を4回も開催された貴重な実践報告をして下さいました。

ワークで出された課題を板書しながら方向が次第に見えてきて、「病気であっても病人ではない生き方」や「がんであっても尊厳をもって生きられる社会の実現」等「がん哲学外来」と言うキーワードで、様々な職種の医療従事者、当事者、患者家族がつながり、「人生いろいろ」一人一人の様々な意味が含まれる大きなタイトルで、グループワークの発表へとこぎ着けました。

2班　山田　圭輔（石川県）

「がん哲学外来の可能性は多様性である」をテーマに話し合いが行われました。2班では、がん哲学外来でどのように患者と関われば良いのかを悩む人達が問いかけて、実際に浅草、大阪、佐久等でがん哲学外来メディカルカフェに携わっている実力者達がそれぞれの実践を話す様式で進行しました。

この報告を後日に書いたため詳細を忘れてしまいましたが、がん哲学外来の現場で、「悩む人に向き合う時には決まった対応があるわけではない」、「人が悩むことは幅広い」、「それをどのように受け止めればよいのかはわからない」など、次第に熱を帯びた話し合いになっていき、初参加の方の質問に対してカフェのスタッフ達は真剣に向き合って答えていました。

2班の悩む人達もそのスタッフ達の姿勢を見て「人に向き合う姿勢こそが重要である」と感じ取っていたようです。この養成講座での話し合いは、まさしくがん哲学外来の現場そのものだと感じました。

3班　江川　守利（東京都）

3グループの参加者の地域は開催地の福井をはじめ金沢、佐久、広島、奈良、静岡、東京も東久留米をはじめ都内各地域等、立場もがん患者さん、家族をはじめ医師や医療従事者、企業としてカフェに関わっている方や一般市民と様々でした。

まずは各地で行われているカフェの実情を話してもらい、そこからがん患者サロンとがん哲学外来カフェの違いや、がん哲学外来とカフェの違いについて参加者と現状把握を共有していきました。

共通していることは、がん患者さんに寄り添うこと、そして患者さん自身が自分自身の病気のことを話しながら他の患者さんの力となり人のためになっていることで生きがいを感じること、カフェ形式で同じテーブルにがん患者さん同士で話す人、聞く人がいて聞くことで元気になること、また、各地でカフェが立ち上がり医療従事者が中心に立ち上げた所や、がん患者さんに必要なかつらの企業がそのサロンを利用して始めたところなど、形態も様々でした。

このような各地のカフェの情報共有をもとに、どうしたら全国にカフェの数を増やすことが出来るのか、3つの項目から議論が深まっていきました。

3つの項目とは「人」、「場所」、「広報」です。「人」では医療者向けにピーアールしていくこと、研修医や医学生に関わってもらう、コーディネーターを増やしていく等。「場所」では企業を巻き込む、街中のカフェを利用する、小中学校の教室、公民館を利用する等。「広報」では病院や医療機関向けの宣伝、健康診断時の宣伝、テレビやマスコミへの宣伝等。それぞれの項目に、沢山挙がりました。

カフェに関わっている一人ひとりが、がん患者さんに寄り添い、分かち合いながら、がん哲学外来の基本を守り、啓発活動を行いながら、自らいろいろなカフェを作り、コーディネーターをたくさん育て、それぞれの地域で、それぞれのスタイルで継続して行っていくことを確認しました。

発表会では全員が壇上に上がり「そうだ！メディカルカフェに行こう！」と合唱しました。

4班　鈴木　善樹（神奈川県）

幅広い年齢層で、笑顔のすてきなみなさんばかりでした。4班で出た内容は次の通りです。

1 全方位の選択肢ができる

全方位の選択肢としたのは、みんなが持ち寄る経験談などとても役に立つと思う話、○○は××に効くらしいなどのサプリメントの話など、雑談に近く、役に立たないと思う話など、多種多様な選択肢が出てくる会である。情報量がとても多いのが特徴である。

2 重い話にも共感してもらえる

余命や抱えている不安など重い話題も、コーディネーターをはじめ、複数の人に守られて共感してもらえ、話ができるという強み、聞いてもらうだけでとても楽になったという感想を多く聞く。

3 専門家の介入ができる

がんカフェには、比較的医療従事者の参加が多いので、いざとなれば抗がん剤の副作用対策、心理カウンセリング、その他相談ができる専門家が近くにいたり、顔を知っていたり、とても話しやすい関係にある。

がんカフェは、直接お話しができる点で、テレビや講演会、本などで一方的に情報提供されるのでなく、双方向で情報交換がなされることがいいのであって、がんカフェをしたあとは、心も体も軽くなるというのがみなさんの実感でした。色々な所でやりたいですね。

5班　棚瀬　裕文（東京都）

私は3回目の参加です。グループワーク時間が昨年のプログラムより短く、また昨年のファシリテーターの経験と反省から、テーマの「がん哲学外来の可能性」について自分が所属しているお茶の水メディカル・カフェの可能性と全国的な可能性の案を考え、事前準備メモを作成して参加しました。そして5班のファシリテーター井出さんとサブの龍野さんが進行しやすいようにと心掛けました。

初参加が6名、2回目が3名、3回目の私と4回目の井出さんの11名です。その内、お茶の水と東村山のスタッフが4名、福井と佐久が各2名、新座志木、広島、大阪、長島愛生園からが各1名でした。複数のメディカル・カフェに関わる方も何人かいました。

発表者、討議メモ、模造紙筆記の3人の選出も2回目参加者の方にお願いするという昨年の反省に基づく私の提案が直ぐに賛成多数で決まりました。今回のテーマに関してはそれぞれが属する地域の現状課題を出し合い、情報やビジョン等を交換しながら、①ことばの力②誰にでも開かれる③二次的波及効果④生きがいを語る場としての可能性、の4つのポイントでまとめました。

最後のまとめは、お茶の水スタッフのホープである阿部さんを中心にワイ・ガヤと進み、夕食後の発表リハーサルもメンバーが一体となって楽しく、阿部さんの本番発表は最高の出来でした。皆さんと来年の再会が楽しみです。これらの可能性をそれぞれが発展させた成果を確かめ合いたいです。

今回は申込者多数で早く申し込みが締め切られました。次回は早めに申し込みましょう。

6班　長谷部　孝美（石川県）

6班で最も話題になったのが、コーディネーターとしてのあり方でした。相談に来られる方は相手をよく見ており、お話をしている中で受け手は「人ごと」として捉えているなと分かるといいます。相手の問題を自分の事として捉えながらお話を伺ったとしても、そこに距離感が生じる時もあります。人が人に寄り添うことの難しさがそこにあります。この人なら話してもいい、と感じて頂けるようなコーディネーターとはどのようであれば良いのでしょうか。

カフェを開いている方が「何もできませんけれど宜しければどうぞ」という思いで迎えているというお話をされました。謙遜を持ち、相手を敬いながらお話を伺う人としての心の在り方を感じます。

コーディネーターは、相談に来られる方に寄り添う者としての覚悟を固めること。その覚悟をもって臨むことの大切さというお話が印象的でした。そして、樋野先生が言われる「品性の完成」を目指し、学び続けることも重要です。

また、人として、カフェを開く者の心得として、凝視→邂逅→開眼→信従→謝念を知ることにより、より深く物事に当たれると教えていただきました。

カフェを氷山の一角としてとらえるならば、氷山は海上にわずかしか顔をのぞかせていませんが、その海面下には大きな氷の塊があります。その海面下の氷をコーディネーターの資質と例えれば、コーディネーターが学びを深めることで資質がより大きく深くなり、それによって氷上のカフェも大きくなります。

カフェは出会いの場、いらした方が「ここに来てよかった」と思って頂けることが大事です。あなたに会えてよかった、存在そのものの認知、受け入れられる喜び。告知を受けた人や様々な悩みを抱える人に対し、その悩みをフォローし温かく受け止めてくれる場があるという安心感。また、医療者だけでなく患者さん同士で話をすることにより、情報交換や深い悩みの分かち合いができるということ、様々な方と対話をすることにより心が軽くなれる、そのような場が必要です。そういう場作りのための、コーディネーターとしてのあり方を熱く語り合いました。

7班　村上　利枝（神奈川県）

台風で心配された第4回がん哲学外来コーディネーター講座は、受講者の熱い思いに支えられ、無事に予定通り開催されました。

グループは、初めての人、同じ立場の人があまり重ならないように事務局が配慮して下さいました。

まず各人が自己紹介をしたあと、皆様のご協力もあり、直ぐに発表者、記録などの役割分担が決まりましたが、いざ今回のテーマである「がん哲学の可能性」を考えると、どのような視点で進めていくか、どうしたらそれぞれの思いを発表に生かせられるかで、難儀してしまいました。

そこで、まずどんな思いを持ってこの講座を受講したか、がん哲学外来にどんな思いや希望があるかを話しました。ある方は、色々な辛い体験を乗り越え、やっと幸せをつかみかけた時、婦人科のがんを患い、受診をした医療者の一言で心がとても傷ついてしまったこと。またある看護師の方は、自分ががんを患い医療者と患者には「大きな溝」があることを感じた、など。医師には「患者の心を分かってもらえない。どうせ分かって貰えないなら、自分の気持ちを医師に話したくないと思う」など、心の内を話されました。

そこで一人の医師が、「自分たちも医療の現場で、患者との隙間を感じることもある。このがん哲学外来で一緒に勉強してもいいのかな?」と優しく穏やかな口調で話されました。それは、本当に医師（医療者）と患者の心の隙間をどうしたら埋められ、良い関係を持つことが出来るのかを真剣に考えてくださる一言でした。

一瞬の沈黙！　だからこそ医療者と患者の隙間を埋める必要があり、この養成講座で人材育成をし、全国に発進していく必要があるのでは…。まさにこれが今大会のテーマである「がん哲学外来の見据えるイノベーション」すなわち「がん哲学外来の可能性」ではないだろうか!それには、病院で、地域で、またそれぞれの立場が一体となって少しでも社会の意識を変えさせ、がん患者、家族をはじめ人々が、自分らしく病気とともにしっかりと歩んで行けるような社会環境を作れるよう頑張りたいと思いを一つにしました。

8班　スゥザン千春（北海道）

かつて樋野先生からお聞きした「一人でも世界は変えられる」、その言葉で私は福井へ行く事をきめました。

初めての福井、初めて出会う方々。8班の、それぞれの参加者から出てくる言葉は「どうやって、どんな方法で治療中のガン患者の方と接したら良いのか」、また「がん患者と会って何を話したらいいのか」でした。

樋野先生の考えに共感しあいながら、行動を起こしていくにはまだまだカフェが足りないということ。その為にはどんな動きや声掛けをしていったらよいのか。

そして明るく笑顔で接していけるように、カフェを開く自分達の気持ちが穏やかさを持たなければいけないと話し合いました。また、あまり固く考えてしまうことではなく、寄り添いあうことの大切さや、カフェに行けばそれができる人に会えるんだという安心感を知ってほしいということも話し合われました。

初めて集まった人たちでしたが私には「同志」のように感じられた講座でした。そして一つの目標で互いに気持ちを話すことができる素晴らしさ。日本の各地に仲間がいることの喜びが感じられて札幌に戻りました。

9班　児玉　清美（福岡県）

上司が「がん哲学外来メディカルカフェ」に共鳴、所属事業部全体で活動に参画する事になり、各地のスタッフが次々にカフェを開所し始めました。カフェを経験した事のない私は、開所したスタッフから聞く感動的な話と樋野先生著「がん哲学外来」を拝読しただけの知識しかないまま、がん哲学外来を理解したい一心で、参加致しました。

一番心配だったのはグループワークで、テーマは「立場や枠組みを超えてがん哲学外来コーディネーターとして必要なこと」です。何を発言したら良いのか、私みたいな何も分かっていない者が発言すると本筋から外れて班の方達に迷惑をかけるのではないか…。頭の中でそんな思いが巡り、貝になりかけていた私を、グループの皆様全員が「何を発言しても大丈夫」と優しく励まし発言を傾聴して下さいました。介護福祉の方や医療従事者の方やサバイバーの方など「人間の物語を沢山知っている方」達が語って下さる色々な事例を伺ううちに、つい先程まで他人だった方達が、親友のように思え、始まるまでの緊張が嘘のように心軽やかになりました。その対話の中に相互理解の深まりを感じましたし、自分の存在価値を思い起こさせても頂きました。

これぞテーマの体現だと身を持って学べましたし、色々な立場の方が垣根を越えて対等に語り合い理解し合える事は可能だと実体験する事ができました。今後福岡・博多でもカフェを開所させて頂く事が決定しております。「病気であっても病人ではない」方達を増やしていく役割が果たしていけるよう精進を重ねていきます。また来年の養成講座で皆様にお会いできますよう、心待ちにしております。

10班　米森　直子（石川県）

金沢がん哲学外来に携わり2年半になりますが、私自身がん哲学外来のイメージを捉えきれていないと感じ、今回初めてコーディネーター養成講座に参加しました。

10班のキーワードは「人」と「場所」というテーマで、私は書記をさせて頂きました。12名のうちカフェを主催されているベテランの方々5名と、私を含め7名が初参加組だったのですが、慣れない雰囲気のせいか、自己紹介が済んでも固さが残り、積極発言とまではいかない様子でした。

そこで順番を決めると話しやすくはなりましたが、内容が分散してまとめの作業を難しくしてしまったようです。それでも発表者の一人の方は、鮮やかにまとめて下さいました。ご実家がお寺ということで、仏教とキリスト教での死生観の違いや、場所としてのお寺の可能性にまで話題が広がりました。多くの宗教学者は仏教を宗教ではなく哲学そのものだと唱えていますが、私も日本人のひとりとして共感を覚えます。

全国7千箇所のがん哲学外来に対応できる「人（コーディネーター）」と「場所（どこでもカフェ）」があれば、世界70億通りのカフェも夢ではない。「今日、おせっかい症候群に感染してしまったので、帰ったころには発症しているかもしれない。この感染をもっと多くの人に広めようと思う…」。これは、外科医であるもう一人の発表者のユーモア溢れるコメントでした。

後半は、笑顔でお互いの心の中を理解できたように感じ、ファシリテーターの勉強にもなりました。

また医療者以外の方々が職場でも人それぞれ話したい思いがあること、カフェを広めようとされていることを知り、心から素晴しいと感じた一日になりました。

初めての参加でした！

志木市　田中　康彦

初参加ということもあり、期待と不安が入り交じった気持ちを抱えたまま福井に入りました。しかし、その不安は、駅前から会場（福井県済生会病院）への送迎バスに乗り込んだ瞬間、福井県済生会病院3階の会場に一歩足を踏み入れた瞬間に、一気に解消しました。

それは、参加者の方々や会場スタッフの皆さんが創り出す場の雰囲気が、「がん哲学学校in志木」でいつも感じるそれと通じるものであったからでした。初日13時に開会した養成講座はガイダンス、講座、パネルディスカッション、グループワークとその発表など21時頃まで息つく暇もないほどの充実した学びの場となりました。

中でも、殆ど初めて顔を合わせた方々とのグループワークでは、皆さん一人一人が「がん哲学外来の可能性」について積極的に意見を出し合い、グループが一つになって見解をまとめ、グループ発表へと展開していきました。ここでも参加者の皆さんが日常の現場で、いかに意識の高い取り組みをされているか、そして「がん哲学外来」に対する真摯で熱い思いを持っているかが表れたものであったと感じました。

2日目は、県民ホールで「第3回大会」が開催されました。「各地のがん哲学外来報告」や、より専門的な講演、シンポジウム、パネルディスカッションが展開されました。今回、初めて参加させて頂き、「がん哲学外来」の意義・重要性を再確認するとともに、来年以降も継続して参加し更に研鑽を深めていきたいと思いました。

がんと認知症　尊厳ある生を考える

読売新聞社会保障部次長　本田　麻由美

「誰か、誰か…連れてって…、どっか連れてってー」

ある精神科病院の認知症病棟に、取材で泊まり込んだ時のこと。甲高い声で、そう叫び続ける女性（90歳）がいた。

一度は認知症の症状が落ち着き退院したが、家族との折り合いが悪く、再入院したそうだ。うつろな目で、「私、どこ行くねん…行くとこないんやー」と騒ぐ。夜中も目を覚ますたびに繰り返した。

その姿に、「尊厳」という言葉が、頭に浮かんだ。

「生命の尊厳」「尊厳ある死」などとよく使われる言葉だが、分かったようで分からない。「それは『尊厳』という言葉が、英語の『Dignity』の訳語だから。「実はDignity には三つの意味がある」と、東京大の清水哲郎特任教授（臨床倫理）は言う。その三つとは、

①威厳ある見かけ、振る舞い
②尊重に値するという性質
③自らに価値があると感じること

初めは、彼女の言動は認知症による混乱のせいと思っていた。だが、叫びを聞くうちに、居場所を奪われ、役割を失った苛立ちと哀しみを、渾身の力で表現しているのだと確信した。尊厳が保たれない状態が、認知症の症状をも悪化させているのだと。

「がん」にも同じようなことがある。私自身、12年前に乳がんと診断された時、それまで担当していた仕事を外された。

元NHKアナウンサーで乳がんで亡くなった故・絵門ゆう子さんは、取材に訪れた私に「本田さんはがんになった時、どんなこと感じた？私はね、レールから外れた自分はもう価値がない人間だと感じたの」と話した。

がんが再発して、できないことが増えていく自分に、そう感じる場合もあるのだろう。迷惑をかけてはいけないからと、自ら仕事を辞めたり、役割を手放したりする人もいる。

役割を失い、生きがいを見失う。それでも、誰でも命ある限り生きなければならない。生きるならば、どんな状況にあっても、自分にも何らかの価値がある、生きる意味があると感じたい。そんな時こそ、「がん哲学外来」の出番だ。

対話の中で、自身の人生に意味があったこと、これからも意味があることを再認識することをお手伝いすることは、大きな価値がある。がんだけでなく、普遍的な問題へ発展する可能性も秘めていると思う。

おしらせ

第5回がん哲学外来コーディネーター養成講座in大阪

実行委員長　東　英子
（大阪がん哲学外来メディカルカフェ「あずまや」）

このたび来年の5月30日・31日に開催されます第5回がん哲学外来コーディネーター養成講座の実行委員長を拝命いたしました。

関西にもぽつりぽつりとがん哲学外来の火が灯り始めたこの時期に、大阪で養成講座を開催させていただくことは非常に嬉しくもあり、また身の引き締まる思いでもあります。

私自身、養成講座の受講生です。第2回養成講座に初めて参加したときは「がん哲学外来」が何かも知らず、「何かを教えてもらえる」と思って参加しました。今や、どっぷり漬かっています。そして今だから言えます。がん哲学外来コーディネーター養成講座は「ハウツー」講座ではなく、自分自身で考え、拓き、創っていくものです。

今回は「生から死、そして死後に寄り添う」をテーマに掲げました。コーディネーターとしてがん患者さん・ご家族・ご遺族に寄り添い続ける覚悟を磨き、胆力を身につける。終焉を見つめ、自分らしく生きて死ぬこと、死と向き合う日々に寄り添うこと、大切なひとを失った悲しみとともに生きることを、皆様とともにしっかり学び、コーディネーターとして寄り添うことの意味、在り方について大いに語り合いたいと思います。

特別講演の講師には、宝塚市立病院 緩和ケア病棟 チャプレン・カウンセラーの沼野尚美先生をお迎えいたします。新約聖書におさめられたマタイによる福音書の「疲れた者、重荷を負う者は、だれでもわたしのもとに来なさい。休ませてあげよう」を基に活動されている先生で、ご著書も多数刊行されています。マイク一本で、数多くのご経験からの学びをお話しくださると思います。どうぞご期待ください。

養成講座の会場は、駅近で便利な最新設備の研修施設です。大阪の玄関口である「キタ」と呼ばれるエリアにあり、研修施設ですが宿泊設備はホテル品質です。お値段もホテル並みですが、部屋は広めで、施設自慢のシモンズのベッドは、養成講座の心地よい疲れを癒してくれること間違いなしです。

この界隈には日本一長い商店街である天神橋筋商店街があり、リーズナブルなグルメ名店や歴史的な名所旧跡も多く、養成講座の前後に少し観光していただくことも可能です。

薫風香る5月に皆様と大阪でお会いできますことを心待ちにしております。

◇ セミナーハウス「クロス・ウェーブ梅田」は、大阪駅から徒歩で15分。研修の効果を最大限に上げられるよう、研修・宿泊・食事が一体となった研修専門施設です。（大阪市北区神山町1-12）

先行予約は次のURLからどうぞ！ http://azumaclinic.jimdo.com/

がん哲学外来市民学会　第4回大会へのご案内

大会長　岩田　章（金沢赤十字病院 院長）

■日　時 … H27年７月12日（日）
午前９時半～午後４時
■会　場 … 金沢都ホテル
金沢市此花町６-10（B2階 セミナーホール）
■テーマ … 傾聴
■講　師（予定）　天野 良平（金沢大学）
大下 大圓（飛騨千光寺）
田村 恵子（京都大学）

◇大会の会場は、旧映画館を活用した大型セミナーホールです。皆様のご参加をお待ちしています。

編集後記

ニュースレター編集人
星野 昭江

福井での講座と大会に参加するために、仲間たち（9人）と相談して早くから切符を購入した。

台風が来て、南木曽駅付近の線路が宙吊りになった映像がテレビに流れたけれど、自分の買った切符がその駅を通ることには思い至らなかった。駅の窓口に駆け込んだら、迂回ルート切符を再発行してくれたのでほっとした。

それにしても福井での第3回大会と4回目の養成講座の熱気と期待感には当てられっ放しで、体調が良くなくて福井まで行かれなかった人達にその様子を報告したいと思ってもなかなか自分の想いが纏まらずにいた。が、「来年の大会は金沢だから新幹線で近い。一緒に行こうね」とカフェの参加者達がお互いに話しているのを聞くと、もうそれだけで嬉しかった。

暑い夏の盛りを過ごして、今、我が家の鈴虫たちが合唱している。無心に鳴き交わしているだけに、一入、心に沁み入って聞こえる。耳を傾けながら「いのちのバトン」という言葉の意味をしきりに想う。信州小諸はすでに秋の気配満ち満ちて、中秋を迎えた。