

ほすぴす 会報



今回は全国大会も終わり、この1年間の日々の生活で感じている事、臨床現場での思い、ホスピスのこと、生と死の問題など会員の自由な投稿で、会報を作ってみました。皆さんの色々な思いが込められています。会員の珠玉の言葉が所々にあふれています。

「この街のホスピス運動の果たす役割を考える」

佐藤 健

2026年を迎え、今年もよろしくお願ひ申し上げます。昨年、豊橋ホスピスを考える会30周年記念、生と死を考える会全国協議会全国大会を開催でき、素晴らしい大会になったことにお礼申し上げます。豊橋ホスピスを考える会と共に過ごした年月は、いつも「いのちの問題」と向き合ってきました。もちろんこれは私の医師人生の大半を占めるものです。医師として「いのちの問題」を考え続けることは当たり前のことです。外科医としてがん患者の手術に取り組んでいたころ、難しい手術をやり遂げて得意になっていたこともありました。いろいろな治療に取り組んでも、治せない患者の苦悩に、何も対処できない自分の歯がゆさを感じていたことも経験しました。その当時、豊橋市民病院が新病院として移転し、立派な施設となりましたが、その一方で、国立豊橋病院は統廃合問題で揺れていました。そんな時、医師会の講演会に招待された当時の厚生省の局長（名大医学部出身）に国立豊橋病院の今後がどうなるかというみんなの期待を込めた質問が出たのに対して「廃止もありうる」という冷たい答弁を聞いた私は怒りに震えたことを覚えています。私は統合前で予算がつかず国立豊橋病院のさびれていく現状に不安を感じてもがいていた時、何か市民と共に取り組み、現状を変えることはできないかと考えていました。そんな時に「豊橋ホスピスを考える会」と出会ったのです。

その出会いは私をホスピス運動に引き込んでいきました。それはアルフォンス・デーケン先生の「死への準備教育」との出会いであり、そのつながりからの死やホスピス運動に関する多くの書物との出会いでもありました。当時、関連の書籍をどんどん買い漁ったような気がします。それらの多くの書物は我が家と医療センターと成田記念病院図書室にあります。その関係で自分も本を書いてみたくなりました。またそこから日本死の臨床研究会との出会いもあり、柏木哲夫先生、山崎章郎先生、柳田邦男先生、高木慶子先生等著名な先生やホスピス運動で結ばれた多くの友人たちとつながりました。エリザベス・キューブラー・ロスの「死ぬ瞬間」シリーズ、「人生は廻る輪のように」、山崎章郎「病院で死ぬということ」、岡村昭彦「ホスピスへの遠い道」などにも出会い、多くの学びがありました。岡村のホスピス論の中からホスピスを語る者は思想と哲学を持たなければならないと教わりました。ホスピス運動との出会いは私の医師人生を本当に豊かにしてくれ、成長させてくれました。沢山の出会いと、経験、学びは私の人生の宝物になっています。そして何より、多くの患者さんと医療スタッフ、ボランティアとの交流が素晴らしい学びになっているのです。

その後、豊橋のホスピス運動は厚生官僚の冷たい発言はあったものの医療センターホスピスとして実現し、成田記念病院に二つ目のホスピス建設へと発展してきています。

世の中の情勢に目をむければ、「俺には国際法は不要」と豪語し、ベネズエラに武力攻撃し、他国の大統領を拉致し、国連憲章を無視し、グリーンランドもよこせという米国大統領が猛威を振るっています。しかしその人物をノーベル平和賞にふさわしいと推薦し、彼の横で飛び跳ねて恭順の意を示したのが日本の首相です。そんな恥ずかしい姿がテレビで流されています。そこに怒りを覚えない感性の人々が増えているとしたら、とても危険な時代に向かっているといえます。我が国の政府がロシアのウクライナ進行は非難しても、トランプの暴挙に何もいえない矛盾をはずかしいと思わない政治家が、子供たちに正義というものをどう説明するのでしょうか。その首相はトランプのいなりに空前の大軍拡を進めようとし、「戦争国家」への道を暴走し、多くの政党が右へ右へとなびいていく状況はとても危険です。一昨年、核廃絶を唱える日本被団協がノーベル平和賞を受賞し、核廃絶の機運が高まっていたところに、それを無視するように、非核三原則を放棄しようとする発言が平気でなされているのです。とても危険な時代になっていることを、国民一人一人が自覚すべきです。本当に平和憲法が改悪されることが現実味を帯びてきています。私はこれまでの人生の中で戦争は起きないだろうと安易に考えていましたが、平和の危機を今ほど感じる時代はありません。また軍事費が拡大することにより、社会保障費、医療費は削られ、国民のいのちと暮らしを脅かされる政治がなされることを決して許してはなりません。ホスピス運動はいのちを守る運動であり、人権運動であり、平和運動なのです。生と死を考える会の運動もそういうものです。今の日本と世界の政治情勢は本当に危険だと思います。日本でもファシズムの足音が聴こえて来ています。そういう感性を持ってください。岡村昭彦は戦場のカメラマンとしてベトナムでアメリカの行った醜い戦争を暴きました。そして枯葉剤作戦の非人道性を知り、木村利人（生命倫理学会の重鎮、「幸せなら手をたたこう」の作者）と共に

生命倫理学に取り組み、インフォームド・コンセントを日本に普及させ、近代ホスピスの母マザー・エイケンヘッドの存在を伝えました。アメリカは50年前のベトナム戦争の過ちを繰り返そうとしています。デーケン先生はナチスのエリートコースへの誘惑を敢然と拒否し、神父への道を歩まれました。ホスピス運動はファシズムへの抵抗運動です。戦争の足音は国民がのんびりと気づかないうちに、ひっそりと歩み寄ってきます。過ちは決して繰り返してはなりません。そんな危険な空気を感じる時代での豊橋ホスピスを考える会の役割を見つめなおしています（※その後、アメリカはイランへの戦争を仕掛け、トランプ政権、高市政権はさらに危険度を増しています）。

昨年の全国大会での講演で紹介した患者さんの日記の言葉を紹介します。

6月23日 沖縄慰霊の日

「戦争を始めて、戦死した奴はいない」

「見栄で自決した奴はいるが、責任を感じて自決した奴もいない」

しかし民間人の多くは戦争を始めた奴の教育で自決している 兵隊 さも訓練もしないで病気、戦争で亡くなる特攻隊も操作だけ教えて任務を執行される。

教育は恐ろしい。沖縄のガマに行った。むごい火炎放射器で人を焼く戦争は今も各地である リーダーを選ぶ時、我々は考えるだろうか。戦争を誰でも始める。思想ではなく、私利私欲で だから始めた奴は戦死しない 思うがままに記す。

※患者さんが私たちに語っています。ホスピスは平和の象徴でもあります。

ホスピス運動を続ける中で、多くの人の死と向き合ってきました。誰もが死にたくはないけれど、人は必ず死を迎えます。



悲しいことですが当たり前のことです。人は死の恐怖と向かい合い、生きる喜びと生きる苦しみ、悲しみをかみしめながら、やがて死を受け入れていきます。死は本人にとっても、周りの者にとっても悲しいことです。避けられない死だからこそ、良い死を迎えたいものです。何が良い死かは難しいことですが、少なくとも言えることは残された者の悲しみをできるだけ和らげてその時を迎えることだと思います。そのために私たちはホスピスの現場で努力しているのです。何が良い死かということは難しいが、悪い死ははっきりしています。最も悪い死は、人が人に殺されることであり、戦争による死です。かつてはお国のための死を賛美する異常な時代がありました。そんな時代の亡霊がさまよひ始めています。どんなに美しく歌い上げられても、人殺しを讃える戦争による死は最も悪い死です。そちらに国民を向けさせようという輩を決して許してはなりません。ホスピスで平和に亡くなっていった人々が、いのちの大切さを教えてくれているのです。ホスピス運動を続けるものとして、平和を壊そうとするものとは戦い続けなければならないと思っています。皆さんと一緒に生と死の問題、ホスピス、平和の問題を一緒に学んでいきたいと思っています。

豊橋医療センターで18年、成田記念病院で3年。

ホスピスが豊橋に次第に根付いてきたと思います。が、まだまだと思える部分が、医療者の中にも、患者の中にも、市民の中にも多くあります。モルヒネに対する偏見、ホスピスが死ぬために行くところと考えている偏見は本当に根深いものがあります。これらはコツコツと粘り強く克服していくしかありません。昨年、木村利人先生にお会いしましたが、先生はなかなか実現しないことも正しいと思うことは言い続けてください。30年言い続ければ世の中はきっと変わってきますと。そうしてインフォームド・コンセントは普及したと言われました。長年の課題だったグリーンケアの場所、木漏れ日サロンもようやく開始されました。コロナ禍も完全に開けたとはいえませんが、少しずつボランティア活動も再開したいと考えています。全国的にコロナ禍や様々な要因でボランティア活動、ホスピス運動の停滞がみられていますが、再興を目指さなければなりません。世の中を変えていくこと。世界を変えていくことは簡単ではありませんが、一人一人の患者さんの命を大切にし、この街で、コツコツと正しいホスピス運動を実践していくこと、それが私たちの役割だと考えます。豊橋ホスピスを考える会の活動を一緒に盛り上げていきましょう。「ホスピスへの遠い道」まだまだ途上です。

「和顔愛語」 豊田雅子



先日新聞に大学の同級生の作文が投稿された。もう半世紀近く、会っていない彼女、旦那さんの介護の毎日が続けていた。車いすの生活になって35年の夫が、昨年の大晦日の夕飯時、「今年も世話になったなあ、ありがとう、来年もよろしく。」と突然言うので「よく世話させてもらったわね。」と笑って返した。「ありがとうの力」という題名のこの文章から、素敵夫婦になっている彼女の様子が偲ばれて、心がほんわりした。

私も6年間の半身不随の生活だが、周りの人に助けてもらって当たり前、ハンディキャップの身の上は健常者の手を煩わせて当たり前、くらいの気持ちがあった。それほどに突然不自由な体になってしまった不公平感は居た堪れないものであった。それでもリハビリによって何とか一人で出歩けるようになり、先々で見知らぬ人に助けてもらい、社会が既に成熟したものになっていて、その恩恵に預かっていることに喜びを感じている。そんな事もあって、ほどほどに自分の気持ちに折り合いをつけることができてきた今日この頃、彼女たち夫婦の夕餉のワンシーンは本当に幸せで美しく、羨ましいものであった。



「ありがとう」の言葉はまた頑張ろうと介護者を元気にさせてくれる潤滑油の言葉だと思う。長年の夫婦で今更照れくさくて言えない人も、言葉で伝えて欲しい。彼女のこの言葉はまさに私に向けられた言葉のように感じられた。言葉の持つ力を思い起こせられた一瞬であった。この身の上だからこそ得ることができる幸せがある。当たり前前の簡単な言葉、ありがとうという言葉が素直な気持ちで伝えれば。大切に相手を想い、言葉という道具を使って、きちんと気持ちを表す、そんな当たり前前のことができている自分自身を深く反省した。長くホスピス病棟でボランティアをして見て

きたことの中にも、夫婦や家族が労わりあって優しい言葉を掛け合う様子があった。私自身も投げかけられた言葉から逃げてしまえば、確実に伝わるということも・・・左手が動かなくなったことでソシオエステーションとして活動することもできなくなった私に、ドクターはまだ言葉があるよと励ましてくれた。全国大会や、ホスピス病棟で絵本の朗読会をして、絵本の中にある言葉の可能性、言葉の力というものを模索している最中であった。共に文学部で学んだ私たち、言葉の持つチカラを信じて、宝として上手に自分の気持ちを表して相手に使ってほしいと思う。

「木漏れ日サロンに寄せて」 上村京子



2025年11月 第1回グリーンケア・家族会・サロンこもれびが開催されました。成田記念病院緩和ケア病棟にて家族を亡くされましたご家族が参加されました。9階の観葉植物があり、熱帯魚が泳ぐ水槽があるデイルームのサロンで、お茶を飲みながら和やかに皆様とお話することができました。話されました。

ご家族を亡くされました悲しい、つらい想いを一人で抱えているのは、とても悲しく辛いものです。人と会って、話を聞いてもらいたいと思う時もあります。

また、そっと寄り添って一緒にお茶を飲みたいと思う時もあります。あるいはその一歩が踏み出せない時もあります。

悲しい重い気持ちを皆様で、木漏れ日サロンでお話してみませんか。是非、グリーンケア・サロンこもれびへご参加ください。

第2回目の木漏れ日サロンは3階で開催されました。



「こもれびサロン」開催にあたり 巢山優実



成田記念病院で臨床心理士として勤務している巢山優実と申します。緩和ケア病棟で働き始めて3年目になりますが、患者さんやご家族の気持ちの辛さは様々で難しく、「私にできることは何だろう？」と模索する日々を送っています。

さて、昨年11月より当院緩和ケア病棟で大切な方を亡くされたご家族さん同士が交流する場として「サロンこもれび」をオープンいたしました。

隔月第3土曜日の14~16時に院内で開催しています。

家族や友人など大切な方を亡くしたとき、人は様々な心と身体の変化を経験します。悲しみの波は日々変化し、少し元気になったかと思うときもあれば、突然大きな悲しみが襲って不安になるときもあります。このような反応は自然で正常な反応であり、時間と共にその人なりの折り合いをつけていくといわれています。これまでご家族のグリーンケアとして半年に1回家族会を開催してきました。

参加して下さった方からは「亡くなった方について話す機会がないため参加してよかったです」とのお言葉をいただいています。悲しみや思い出を誰かに話すことで孤独感や不安感を和らげ、グリーフケアに繋がるといわれています。しかし、日常のなかでは、辛い気持ちを話すことができる相手や場所が多くないということを経験して痛感していました。家族会では1家族1回のみのご案内になっていますが、「サロン

田中紀子（緩和ケア病棟師長）



緩和ケア病棟では、大切な方を亡くされたご遺族の方を対象にグリーフケアとして年に2回、家族会を開催しています。しかし、家族会の案内を送付させて頂くのは1回限りであり、予定が合わない方やまだ病院に足を運ぶ気持ちになれない方など参加が難しい方も多くいらっしゃいます。そのような方々はどのように過ごされているのか、話を聴いてくれる方がいるのか、安心して思いを語れる場があるのか・・・私たちは日々考えてきました。

アロマボランティア活動への思い ～見えない思いに寄り添う～ 白井順子



テレビで、明るく笑顔で語る方の体験談を耳にした。健診でがんが見つかり、手術や化学療法を受け、その後さらに転移が判明。どの医師からも今後の治療は延命と緩和が目的だと告げられたという。

それでもその方は、「元気にしていれば悪いものも吹き飛ばせる勢いで、目の前の楽しみを見つけて過ごしている」と笑っていた。その姿に強く心をひかれた。

しかし、病気と向き合う日々の中では、前向きな気持ちでいられない時があるのも自然なことだと思う。不安や痛み、将来への恐れ、周囲に心配をかけているという思いなど、言葉にできないつらさを抱えている方も多いのではないだろうか。

明るく元気に見えても、深い悲しみや不安を抱えているかもしれない。

こもれば」は参加の回数制限がなく、自由にふらっと来ていただけるようになっているため継続的なグリーフケアができます。また、同じ経験をした方同士だからこそ気持ちを分かち合ったり、支え合ったりできる部分があると思います。私たちスタッフも気持ちのつらさや生活の変化に寄り添い、ご家族が悲しみとうまく付き合っていけるようにサポートできたらと思っています。

大切な方を亡くされた後、「誰かに話しを聴いて欲しい」、「同じような経験をした人の話を聞きたい」と感じることもあるのではないかと思います。そこで私たちが考えたのが“サロンこもれば”です。喫茶店のようにふらっと立ち寄り、同じような境遇にある方同士が安心して語り合える場を提供したいと考えています。緩和ケア病棟のスタッフもおりますので、ご自身のペースで気軽にお立ち寄り頂ける場になればと思っています。

怒りの言葉の奥にも、思い通りにならない体への戸惑いや悔しさが隠れていることがある。だからこそ、目の前の相手の表に見える姿だけでなく、その奥にある痛みやつらさに思いを寄せ、少しでも心と体が軽くなるようなお手伝いを続けていきたいと思う。

一方で私は、良かれと思う気持ちが先走り、相手の本当の望みとずれてしまい、不快な思いをさせてしまったこともある。「こうしてあげたい」という思いが強すぎたのだと気づき、まず耳を傾け共感することを大切にしようと努めている。そんな私の良いところを認め、応援してくれる方の存在にも支えられている。

アロマボランティアとして、そばにいらること、話を聞くこと、心地よい香りとやさしく触れる手のぬくもりを通して、ほんのひとときでも心や体の緊張がほどける穏やかな時間となることを願っている。私自身も日々の小さな喜びを大切にしながら、出会う一人ひとりに静かに寄り添い続けていきたい。



いのちを温める一椀から想う
——心と体に寄り添うケア——
臨床アロマセラピスト® 前原 右子



生を受けてから、いのちを全うする瞬間まで口にでき、その人を支えることができる——そうした考えから生み出された料理研究家・辰巳芳子氏の「いのちのスープ」。台所に立つことは、生きることに触れる行為。病や老いによって食欲を失った人でも、温かい一椀の汁物なら口にできることがある。丁寧に引いただし、素材の滋味、体に無理なく入っていくやさしさ——そこには栄養以上の力が宿るのだと。ゆっくり火にかけて作るスープは、人が人を気づかう時間そのものとなり、椀を包む両手のぬくもりまで含めて、スープは生きる力を手渡す食となる。臨床アロマセラピーの現場にいと、香りは人の心と体をそっと緩め、これもまた生きる力を呼び戻す働きがあるのだと実感する。

「身体と心に寄り添う鍼灸師でありたいと思う」
井澤 歆子



鍼灸師として施術をしていると、施術とは別のところで喜んでもらえる瞬間があります。ある日、「話しているだけで気持ち楽になった」「あなたの笑顔でほっとする」と言ってもらったことがありました。その言葉を聞いたとき、私は嬉しく思い、患者さんから元気をいただきました。身体の痛みやだるさ、不安や眠れないなど、そういったつらさを抱えている方へは特に鍼灸の施術で身体が楽になるだけでなく、気持ちも軽くなっていたらいいと日々思い患者さんの施術にあたっています。

あるがまま両手で包みこみ、寄り添い、その人が本来もっている回復する力を支えるケア。そのあり方は、辰巳氏の「いのちのスープ」が伝える世界と深く重なる。氏の温かなスープの香りや湯気は、不思議と「少し飲んでみようかな」という気持ち呼び起こし、それは栄養を補うだけでなく「あなたは大切にされています」という無言のメッセージとなる。香りのケアも同じだ。言葉にならない安心感を届ける。張りつめていた呼吸がゆるみ、こわばった体がほどけ、心に小さな余白を生む。その瞬間、人は自分の力でまた歩き出す準備を始める。スープも香りのケアも、何かを“してあげる”のではなく、“そばにいる”ための手段なのである。忙しい日々の中でも、温かい一椀や好きな香りに包まれるひとときがあれば、人は何度でも立ち直ることができると思いたい。心と体に寄り添うケア、目に見えないやさしさこそがいのちを静かに支えていく。

患者さんへ安心感を届けるためには、表情や声、話すときの間や空気感も大切であると思ひ、患者さんが安らげるよう心がけています。鍼灸施術だけでなく、患者さんとどのように向き合い、どんな気持ちでその場にいるか、それらが重なったときに治療の力はより深まると思ひます。患者さんの体へ触れること、お話をすること、そのすべてが切り離せない「ケアの一部」です。技術を磨くことはもちろんですが、それと同時に自分自身の在り方も含めて患者さんと向き合っていきたい、そんな思いを胸に施術の時間を大切にしています。



「何をしてあげたら良いのでしょうか」を考える 大澤季世依



私は鍼灸師をしています。治療院にはさまざまな患者さんが来院されており、中には終末期を迎えた方のご家族が患者さんとして来院されていることも多くあります。そんな患者さんとお話しているときに「何をしてあげたら良いのでしょうか?」「何かできることがあるのでしょうか?」このように相談を受けることもあります。病状が進んでいったときに、何かしてあげたいという思いは、闘病している方の身近な人にとっては、とても大きなものではないかと思えます。

寄り添うだけでも良いのだと思うし、他愛のないお話をするのも良いし、手を握るだけでも良いのではないか、きっとそこに正解はないのでしょうか。ほんの少し、笑顔になれたりホッとできたりしたら良いのかなと思います。

私が患者さんを治療しているとき、ほんの少しでも患者さんを笑顔にできたら良いな、と考えています。このような相談を受けたときは、私は鍼灸師なので、相談された患者さんの心の支えに少しでもなれたらと家庭でできるセルフケアのツボなどお伝えすることがあります。

終末期を迎えた方に私たちができることは多くはありません。ほんの少し寄り添う、そのときにほんの少し体に手を当てる「手当て」を届けられたらと思います。

「ホスピス緩和ケア週間」について 緩和ケア病棟 米澤笙司



令和7年のホスピス緩和ケア週間では、成田記念病院のロビーでイベントを開催し、緩和ケア外科医の佐藤健先生にホスピスに関する講演をしていただきました。ボランティアによるアロマセラピーではアロマオイルとマッサージでリラックス効果があり、普段できない経験をすることができました。

また、ゴスペル歌唱や楽器演奏では迫力のある歌声や穏やかな音楽により芸術を楽しむことができました。緩和ケア病棟としてはクイズコーナーや書籍コーナーを通して地域の方に緩和ケアについて知ってもらう機会ができました。参加人数は少なかったものの「緩和ケアについて知ることができた」「もっと多くの人に参加してもらえたらいいと思った」など意見をいただき、地域の方に緩和ケアについて知って頂けるよう会の活動を続けていけたらと思います。

緩和ケア病棟 松浦茉祐



2025年10月5日から11日はホスピス緩和ケア週間と言われており、地域の方に緩和ケアについて知ってもらえるよう、当院でもイベントを開催しました。緩和ケア医師による講演では、緩和ケアは亡くなるための場所というイメージだけでなく、病気の段階に関わらず、病気とともに生きる時間をその人らしく支える医療であることを分かりやすく伝えていただきました。実際に「緩和ケアの考え方が素晴らしいと思った」「知識が深まった」との声もあり、その人らしく過ごせる場所であることを知っていただけたことが大きな成果であり、緩和ケアを身近に感じていただくための貴重な機会になったと感じています。

また、アロマセラピーや音楽演奏会を通して会場は温かい雰囲気になっており、入院されている患者様やそのご家族が共に過ごしている時の表情がとても印象的でした。会場にいた私たち医療スタッフもイベントに参加し、私たちにとっても癒しの時間となりました。今回の取り組みを通して、緩和ケアの理解を地域に広げていく意義を改めて実感した一方で、広報手段が限られ十分に周知出来なかったことは反省点とし、今後は工夫してより多くの方に参加していただけるよう取り組んでいきたいと思っています。



「支える側にいる人たちへ」

真木綾一郎



闘病の時間は、患者さんにとってつらいものです。

また、そばで支えるご家族や患者さんに関わる医療者にとっても力を抜く間もなく過ぎていく日々だと思います。

「自分が頑張らなければ」と思うほど、知らず知らず心や体への負担が重なっていきます。患者さんを思う気持ちが強いほど、自分の体の事は後回しになってしまうことでしょう。

こうした日々が続くと、いつの間にか眠りが浅くなったり呼吸が短くなる、精神的に病んでくる、肩、背中、腰に痛みが出るといったこともあるのではないのでしょうか？

それは気持ちの弱さではなく、一生懸命向き合っている証でもあります。

これまでとこれからの目標

長谷川森一



初春の折、皆様にはお健やかに
お過ごしのことと存じます。

さて、成田記念病院に緩和病棟を
開設してもうすぐ3年が経とうとして
います。当院でどのようなケア

ができるのか日々悩む日々ですが最近の自分の近況と兼ねて報告させていただきます。

2023年に緩和医療学会認定医試験があり、無事パスすることが出来2024年より緩和認定医として緩和診療に臨むことが出来ました。2024年に終末期ケア専門士に合格することができ、緩和のみならず呼吸器疾患や慢性腎不全など幅広い疾患の終末期ケアに関して学ぶことが出来ました。2025年に医療リンパドレナージュセラピストの養成講習会に参加しリンパ浮腫に対して考える機会が増えました。

2025年に総合内科専門医試験に合格することができ、日々の緩和診療と並行している内科診療の大切さも再認識しています。

ここで最近重視しているリンパ浮腫に関して話そうと思います。

そんな時こそ自分の体に目を向ける時間や空間を少しでも作ってあげてほしいなと思います。

私は鍼灸師として、がん患者さんのご自宅へ往診に伺ったり、来院されるご家族や医療に関わる方々の体に触れる機会が多くあります。

皆さんの体からは日頃から酷使している事が伝わってきます。

鍼灸治療には、自律神経のバランスを整えたり、体の緊張を緩め痛みを緩和させるなどといった効果があります。

症状に合わせたツボや筋肉に鍼やお灸を行い、苦痛緩和や疲労回復の手助けをしてくれます。

患者さんはもちろんのこと、そばで支え続ける方のサポートとしても鍼灸は取り入れられています。

日々、患者さんのために尽力し続ける方の体を支える医療の一つとしても鍼灸治療があることを知ってもらえたらと思います。

リンパ浮腫は主に原発性（もともとリンパ管の機能が弱くて生じるもの）と続発性（癌でリンパ節を切除したり、放射線治療でリンパの通りがダメージを受けて生じるものなど）に分かれており、続発性が9割以上を占めるとされます。疾患の進行は個人差がありますが、むくみや重だるさといった症状が生じ、放置していくと皮膚が硬くなったり蜂窩織炎を生じたりすることもあるとされます。

治療法は複合的療法と手術がありますが、私が対応するのは複合的療法のリンパドレナージュが主です。現在2人の入院患者と3人の外来患者に対応していますが、当院では複合的理学療法の加算がとれないことと日々の診療の隙間時間で対応していることから1人では限界であるということが問題点です。しかし、必要性は高いと思われるため、今後一人でも多くリンパセラピスト仲間を増やし東三河地区でのリンパ浮腫軽減に貢献できればと考えています。



緩和ケア専任の臨床心理士として
成田記念病院 臨床心理士 野村美冴



私は2023年4月に成田記念病院に入職いたしました。それまでは、精神科クリニックでのカウンセリングや、精神科病院のデイケア業務などに従事してきました。

多種多様の人生に触れる中で、その幅をもう少し広げてみたいと思っていたところ、成田記念病院に緩和ケア外科が開設されるとのお話を伺い、挑戦させていただくことにしました。

この3年間で、科・病棟開設、外来での予診、心理面談、家族・遺族ケア、病院主催のイベントなど多くのことに関わらせていただき、新しいことを始めるのが好きな私にとっては楽しく充実した経験となりました。一方、癌を抱える方のケアは初めてで、そもそも身体疾患全般に疎く医療的な知識も乏しかったため、先輩方についていくのに必死でした。そんな未熟な身で、患者様に「心のケアを担当しています。不安なことや困っていることはないですか？」と語りかけるのは、未だに勇気がいります。

そして、語られる思いはとても容易に想像できるものではなく、深く、重たいものです。ただ耳を傾けることしか出来ませんが、それでも患者様は「ありがとう。」「話を聴いてもらえて良かった。」と感謝してくださいます。その瞬間の患者様と私との間には、知識や経験に依らない“人としての信頼関係”が築かれたと感じます。

また、病院という組織に慣れる事にも時間を要しました。

カウンセリングという閉鎖的な仕事をしてきたためか、多職種連携の大事さを理解していながら上手く伝えられないことが多かったのです。そのため、患者様やご家族様の精神的苦痛をスタッフ間で共有しきれず消化不良に終わることが多くありました。自分から発信することが苦手な性格も相まってかもしれません。しかし、多職種カンファレンスの積み重ねや、コミュニケーション能力に長けた看護師さん方のお陰で、徐々に連携が図れるようになり、患者様、ご家族様に有益なケアを提供できる機会が増えたかなと思います。まだまだ1人で考え答えを出してしまう癖はありますが、皆様の温かいコミュニケーションに支えられてここまで続けてこられたことに感謝いたします。

この度、私は出産を控え、誠に勝手ながら成田記念病院を退職させていただく事となりました。新しい命との出会いに喜ぶと同時に、緩和ケアでは尊い命が一人また一人と別れを告げていきます。自分のお腹の膨らみが目立ってくる中で、患者様やご家族様にどんな心理的影響を及ぼしているのだろうかと思うと、関わり方に悩む毎日です。その一方で、親になること、命を繋げていく事の素晴らしさを、お腹の子からも患者様からも感じさせていただいています。

残り少ない期間となりますが、最後まで東三河・豊橋の緩和ケアに尽力させていただきます。よろしくお願い申し上げます。

浮腫むくみのケア
指圧マッサージ鍼灸師 堀田智弘



緩和ケアを学びあつという間に30年近くが過ぎました。さらに以前のことになりますが鍼灸マッサージの学生時代に緩和医療のことを全く知らないまでも、縁があり末期の肺が

んのご高齢の女性をマッサージさせてもらったことがありました。全身の浮腫で、当時の自分ができることといったらただ軽くさするだけでした。36年経過した今でも覚えています。

指圧マッサージの鍼灸の施術をしていると様々な方が来られます。中には乳がん術後の方や子宮がん術後の方がいて、腕がむくんだり、足がむくんだりしています。その方々の日常生活は本当にたいへんです。できる範囲で少しでも軽くなるようお手伝いをしています。昨年、60の手習いでようやくリンパ浮腫セラピストの資格を取得しました。この資格は医師、正看護師、理学療法士、作業療法士、あん摩指圧マッサージ師の医療の国家資格を持つ方のみが学び取得できる資格です。



浮腫むくみを放置していると何が問題なのかと言えば、まず、日常生活が非常にしんどいのです。術後の場合は術後の引きつりや運動制限があるかもしれないし、腕や足が体液で膨らみ2倍も3倍も太くなる方もいらっしゃいます。見た目も悪く動かしにくいし、重いのです。また、体液がたくさん貯まっているということは、細菌感染のリスクが高く、ささいな切り傷、虫刺され、小さな火傷や強いマッサージなどが刺激となり、そこからの細菌感染であつという間に蜂窩織炎で「即入院」ということに繋

家族会（遺族の会）に参加して 指圧マッサージ鍼灸師 堀田智弘

令和8年3月1日（日）成田記念病院3階 大会議室で4回目の家族会（緩和ケア病棟で亡くなられた遺族のケア：グリーフケア）にボランティアスタッフとして参加させていただきました。成田記念病院内での家族会にはボランティア初参加でした。

家族会では閉会の前に「ふるさと」を参加者スタッフ全員で歌う場面があります。この「ふるさと」の伴奏の仲間によりやく入れてもらいました。少し前までは感染症の予防対策として、ボランティアスタッフは入れなかったのです。以前は豊橋医療センターでの家族会にはボランティアスタッフとして何度も参加させてもらっていました。

「ふるさと」の伴奏は、豊橋ホスピスを考える会の故山口理恵さん（音楽療法士）が豊橋医療センターで家族会が始まってから担当されていました。山口さんが北海道で交通事故で亡くなられた後に伴奏の仲間に入れてもらいました。

この家族会というイベントでは1時間半という時間を、参加された遺族のご家族の方々が緩和ケア病棟で過ごした時間を思い出したり、看取りにかかわった医療スタッフとともに語り合う時間です。

がります。実は浮腫むくみの放置はたいへん危険な側面もあります。浮腫むくみのケアの基本は、圧迫療法等により体液の滞留（水たまり）を減らし、忍耐強く継続してのケアで腕や足を少しでも細くなるようにそっと日々取り組む形になります。最初は週に2～3回、落ち着いたら週に1回のケアに通ってもらっています。可能なら日々のケアを自分でできるよう覚えられると日々の生活の質が向上されるように見受けられます。

豊橋ホスピスを考える会の柱に、ホスピス運動、死への準備教育、グリーフケア（遺族のケア）があります。この会を通して、緩和医療の佐藤健医師から、また関わる活動から様々に学ぶことができました。いつか自分自身、ご家族の死と向き合う機会があります。ホスピス運動は人としての尊厳を大切にしています。家族の誰かが癌と分かった時、ご自身が癌になった時に、様々な選択肢の中で緩和医療があると知っているか知らないかで、ふいに訪れる死と向き合う際の選択が変わるかもしれません。

僕自身が学びながら視野を広げてきたように、多くの方が豊橋ホスピスを考える会の活動に触れ、どう生きると自分らしく生きられるのか、何かしらの情報になるといいなと思います。

当たり前のことですが、世の中で死なない人はいません。誰かが亡くなれば、その方に関わる家族やご縁のある方々に何かしらのつらさ悲しみがあるものです。

誰もが身近に自分のつらい悲しみ苦しみを分かち合える誰かがいてくれば幸いです。

でもなかなか自分の胸の内を話せないこともあるかと思えます。

成田記念病院の緩和ケア病棟の企画に、2カ月に1度、グリーフケア（遺族のケア）の場を用意されています。大切な人を亡くされつらい思いをしているけれど、なかなか人に話せないことはあるものです。もしかしたら、この場で何か少しでも言葉にしてみたら、そして人に話を聞いてもらえたらふさいでいた心が少しは風通しがよくなるかもしれません。ここでの話は外に漏れることはありません。安全な場所です。少しでも気になる方は、成田記念病院の緩和ケア病棟に問い合わせしてみてください。



ギターの音色と絵本の朗読のコラボで 辻典子



昨年11月26日、成田記念病院緩和ケア科にてギター演奏と絵本の朗読をいたしました。わたしは、絵本は子供だけのものでなく、大人の人にも響く絵本を広く紹介したいと活動しています。

佐藤 健先生を通してホスピスに関心を持ち、いつかホスピス病棟で絵本を読みたいと思っておりましたところ実現いたしました。しかし、いざどんな絵本を読もうと考えると非常に悩みました。読み終わったとき、体にも心にも負担がなく、穏やかな気持ちになれる絵本を選びました。

「カラーモンスター 気持ちはなにいろ？」で今自分がどんな気持ちになっているのか自分に向き合っていただきました。不安な気持ちが渦巻いているかもしれないし、悟っているかもしれないませんが。その後、豊橋を舞台にし、三河弁でお話する「ちゃっとおいでん」という絵本で、身近な豊橋を味わったり、思い出したりできたらいいかと読みました。

最後に「お猿ちゃんのおしごと」を読みました。整骨院で働くおさるちゃんが山の家族や仲間たちの痛いところを直し、ドジで失敗ばかりする犬のペロちゃんが山では 助手をして、患者さんに優しい手当てをしてくれます。

この絵本は、患者さんだけでなくいつも優しくお世話してくださっているドクターやナースさんにも感謝の意の意味でも聞いていただきましたかったです。今回、絵本を読む間にも中内こうぜんさんにギター生演奏をしていただきました。今回はギター演奏をメインにし、合間合間にわたしが撮ってきた写真を映像として流しながら、演奏していただきました。

四季折々の花など季節を感じる写真、日の出や夕日の写真、山や海の景色の写真を流し、懐かしい思いや、楽しかった思い出が蘇ったらいいなと思いました。

実際、患者さんや家族のかたがたに直接感想をお聞きしていないし、ベッドで寝たままでのかたがただだったので、表情もわかりませんでした。終わって部屋に戻る時、寝たまま手を上げて、表現してくださったのが「よかったよ、ありがとう」と言ってくださってるようにわたしは、思いました。患者さんの表情がいつもと違うと、ナースやドクターがとても喜んでくださったとお聞きし、やってよかったと思いました。

今回実現できたのは、佐藤健先生のお陰だし、ギター演奏の中内さん、企画を手伝ってくださった豊田さん、当日お手伝いしてくださった藤井さん、高校の同級生（豊橋南高校3回生）が協力してできたこの会を一度の経験でなく、継続していけたらなと願っています。

※辻典子さんは豊橋出身、香川県高松市在住で絵本の店「アトリエ・ロッタ」の店主をされています。中内こうぜんさんは豊橋在住でこの道50年のギタリストです。生と死を考える会全国協議会全国大会で絵本の朗読とギター演奏をされました。その企画を成田記念病院ホスピスでもボランティアとして行っていただき大変好評で、多くの患者さんが喜ばれ、涙を流す人もいました。



2026年度 市民のための

がんの緩和ケア

定期公開学習会

一緒に勉強しませんか?!

豊橋のまちなかホスピス、成田記念病院緩和ケア病棟と共に、豊橋ホスピスを考える会は、講演会活動、ボランティアに取り組んでいます。今年も皆さんと共に学ぶための定期公開学習会を開講します。

第1回「ホスピス・緩和ケアとは何か」 2026年7月26日(日)14:30～17:00

講師：佐藤 健（成田記念病院緩和ケア外科部長）

ホスピス・緩和ケア病棟とは何か。何をを目指すのか。もはや治すことのできないがん患者さんが最後まで精一杯生き抜くために、医療は何を提供できるのか。ホスピスは患者さんの人生の総決算を支えるところです。

第2回「苦痛緩和のためのホスピスチーム」 9月27日(日)14:30～17:00

講師：佐藤 健（成田記念病院緩和ケア外科部長）、青木尚子（成田記念病院緩和ケア認定看護師）、丸山昌弘（成田記念病院緩和薬物療法認定薬剤師）、川崎理恵（成田記念病院メディカルソーシャルワーカー）

がんの終末期にはどんな症状で苦しむのか。どのように症状をコントロールするのか。ほとんどの身体的な痛みは現在ではコントロール可能である。モルヒネについての正しい知識を中心に薬剤や諸々の方法について学ぶ。またホスピスへはどのようにかかればいいのか、どんな福祉制度が利用できるのか。ホスピスのチームケア、多職種の講演会です。

第3回「心のケアとボランティアの役割」 11月29日(日)14:30～17:00

講師：渡辺真教（長仙寺住職、認定スピリチュアルケアワーカー）、堀田智弘（松葉治療室鍼灸マッサージ師）、大澤季世依（剛鍼灸治療院鍼灸師）、佐藤健（成田記念病院緩和ケア外科部長）、巢山優実（成田記念病院臨床心理士）

ホスピス運動の目指すものは命の質の向上と、患者さんを主人公とした心温かな医療の構築、生と死の文化と命の教育の創造です。みんなでホスピスの似合う街を目指しています。ボランティアは街の風を病院に吹き込みます。ホスピスでは医療スタッフとボランティアが共同でのケアにあたります。病に悩み苦しむ患者さんと何を語れば良いのか。患者さんを支える心のケアの専門家とホスピスボランティア活動をされている皆さんのお話です。

会場：成田記念病院3F大会議室

参加費：無料 お気軽にご来場ください（予約不要）

*会場が一杯になりましたら締め切らせていただきます

お問合せは：

豊橋ホスピスを考える会事務局

成田記念病院

〒441-8029 豊橋市羽根井本町134番地

TEL:0532- 31- 2167 FAX:0532- 32- 7212

