アカシア通信

Vol.34（2023 年 11 月 20 日）
編集；アカシア通信 編集委員会
発行；医療法人財団アカシア会
連絡先；アカシア会本部 048-950-7207

がんカフェ 参加者同士 みんなが救済者

高応寺 住職 酒井 菜法（なほう）

がんカフェ 11 年目を迎えられ、誠におめでとうございます。

10 年間、多くの方に出会い、お話を聴かせていただき、改めて生きるということは老若男女問わず「四苦八苦する」ことの連続だと痛感させられました。

「神も仏も信じられない、なぜあの人が、なぜあの子が亡くならなくてはいけないのか」

「ずっと懸命に生きてきたのに、なぜ何度も病にかかるのか」と悲痛な叫びに返す言葉が見つからず、それでも悲痛な思いを言葉にできる「がんカフェ」があることが少しでも慰めになればと祈るばかりの 10 年間です。

仏教では自分の思い通りにならない苦しみを 「四苦八苦」 といいます。

「生きる」「老いる」「病む」「死ぬ」「愛する人に会えない」「憎く嫌いな人に会う」「求めても得られない」「心身ともに辛い」 この八つの苦しみが大小様々に全ての人が経験します。

この苦しみを軽減する方法を仏教では 「無財の七施」 で説いています。相手に対して 「優しい眼差し」「笑顔」「温かい言葉」「思いやりある行動」「共感する」「自分の場所に歓迎する」「安心安全な場の提供」 を行うことで、自分だけでなく相手も苦しみから逃れることが出来ます。

僧侶の私から見れば、「がんカフェ」はまさに「四苦八苦」と「無財の七施」の両方を体現する会です。参加者に限らず医療従事者や宗教者も同じように日々「四苦八苦する」ひとりです。そのお一人お一人が自分のことのように相手に寄り添う姿は神々しく無意識に「無財の七施」を体現されており、月一回の「がんカフェ」はすべての人を救う場となっています。

お寺は常日頃からすべての人を救う場所ですが、来る人が「救われた！」と思えなければ存在意義がありません。お寺をお守りする私ひとりでは救えなくても、「がんカフェ」は参加者同士みんなが救済者です。仏教では救済者を菩薩といいます。お寺で行う「がんカフェ」だからこそ、宗教宗派や信仰の有無関係なく、みんなが仏様に導かれた仏縁ある菩薩たち。必ず高応寺の仏様が皆様を守ってくださいます。会の最後に行う「慈悲の瞑想」のように、これからも皆様の幸せを心から願っております。

最後に、「がんカフェを高応寺でやりたい」とご提案くださったアカシア訪問看護ステーション川上貴子所長、並びに参加くださる皆様に深く御礼申し上げます。

合 掌

【高応寺 風景】

事業所あれこれ

笑顔（えがお）で体操　一　二　三　四

長かった夏の暑さもやっと落ち着いて来た 10 月のある日。朝の会話の中で聞こえて来た「いいお天気ね」「こんなにいい天気だとどこか出かけたくなるね」の声。「青空の下で体操すると気持ち良さそうですね。」「お茶も持って行く？」と、盛り上がる中、いつもはなかなか腰の上がらないHさんの「行こう！」の鶴の一声。その日からアカシア公園でのラジオ体操が始まりました。

体操のあともお茶を飲みながらおしゃべりしたり、花や紅葉を観ながら散策したり、皆で輪になりボールを投げたり蹴ったり。またある時には近所の 2 歳の女の子が一緒にラジオ体操をしたあとお話しもしてくれ、お別れの時には一人ずつみんなをハグしてくれると言う微笑ましい場面も。

公園ラジオ体操、えがお朝の定番行事になっています。皆さんも見かけたらぜひお気軽にご参加くださいね♪（寒さに負けてしまうかもしれないので、冬本番になる前に～笑）

＜小規模多機能型居宅介護えがお　浅利　晃子＞

燦燦とやわらかな日差しに包まれる中で

とっても　いい話

歌が私を育ててくれる

医師　大河原　節子

皆さんこんにちは、ご縁あってアカシア会でお世話になっています大河原です。

ご挨拶代わりに今日は私の趣味についてお話させて下さい。もう彼此 10 年以上月に2回近くのピアノの先生に歌を習っています。

年に1回先生が開くコンサートで歌う曲を1年間歌い込みます。今年は中島みゆきの「誕生」で、もうすぐ発表会なので歌詞を覚えるのに必死です。「1年に1回スター気分を味わって下さい」と、先生の大学の同窓生が作る舞台は照明もあり本格的です。

今年の初め 94 歳の母を亡くしこの歌詞を泣かずに歌えるだろうかと自信がありませんでしたが、「ここはどうして『憎みながら』という言葉がくるのかしら」など作詞者の気持ちに思いを馳せたりしているうちに泣いている場合ではないと、立派な舞台で歌詞を度忘れしない方略を考えている自分に歌が私を育ててくれました。

どんなに歌い込んでも中島みゆきの歌声には敵いませんが今年も無事歌声が届けられますように。

＜大河原節子先生を、ご紹介いたします＞

クリニックふれあい早稲田　院長　大場　敏明

元・みさと健和病院回復期リハビリ担当医として 30 年以上、そして病棟医長も務めておられた大河原先生ですが、故あって、「心理学」の理解と心理的支援を深めようと、大学院へ入学されたのです。なんと 60 才代半ばからの大学院入学、学生への転身、新分野への挑戦なのです。

リハビリ診療は、脳血管障害や神経疾患などにより主に身体の機能低下がおこされ、それに伴って精神的・社会的な障害も出てきた中で、元の状態・本来あるべき状態への回復を目指して、多職種が連携しての総合的支援の医療です。少々難しい表現をかりますと「全人間的復権」を目標にしているものでしょう。

そして、心理学とは、よく耳にするものの、臨床医療とは、やや疎遠な感じがあり（独断的感想ですが）、「心と行動の学問」であり、主観的な内面的な経験を理論的な基礎におくものとの説明を耳にします。

私は、少々驚きました。定年後といえば、医療界では、医師不足のおり、みさと健和病院や東葛病院（私は元・副院長）、当院もですが、ほとんどの医師が、現役時代の延長での非常勤勤務が多いのではないか思います。しかし、まったく別分野ではないものの、リハビリと心理学、かなり違う分野に挑戦する、そのチャレンジ精神に感服するものです。しかも心理士の資格なども取ったり、その熱心さは驚くばかりです。

クリニックに来られてからは、認知症医療と福祉（ケア）の活動を、自らの課題として取り組もうとされている大河原先生に、大いに期待するものです。

法人動向

三郷市社会福祉大会　アカシア会表彰

10 月 7 日（土）三郷市文化会館大ホールにて、社会福祉の発展のために尽力した方々が表彰される 5 年に一度の「三郷市社会福祉大会」が盛大に行われました。

アカシア会は、特に長年取り組んできたチャリティーコンサートの功績が評価され、表彰を頂きましたが、アカシア会はきっかけとしてであり、地域の皆さんのご協力があって頂けたものだと思っています。今後ともどうぞよろしくお願い致します。ありがとうございました。　　**福祉部長　山田一三**

とっておきの一枚

相談支援センターが関わっている**小林一緒**さんの絵画が、「日本とベルギーの国際交流によるアウトサイダーアート展」で展示されます。

展示されるのはベルギー/ケントのギスラン博士博物館（写真上）です。博物館はまさに“ヨーロッパ”という感が漂っています。（展示は来年 4 月～約 4 か月間）

左の絵は、エンピツ HB、2B だけで描いたハンバーガーとカレーパンです。バーガーのモッチリ・ジューシーとカレーパンの揚げたてカリカリ感が漂ってきます。唾液が口の中に湧き出て喉がゴックンとなりませんか？　　（Na）

友の会コーナー

三郷わせだ健康友の会バス旅行に参加して

クリニックふれあい早稲田　指田由美子

11 月 1 日水曜日、三郷わせだ健康友の会のバス旅行に行ってきました。

今回が初めてでしかも医療班（？！）（ひとりですが・・・）ということで参加させていただきました。“初めての面々で何かあったらどうしよう“という漠然とした不安がありましたが、当日お顔を見ると半分以上が知っている方で、みなお元気そうでした。

車中、友の会役員さんの楽しい司会で場がなごみ、常磐道も渋滞なくいざ茨城へ・・・。笠間神社に行く途中、道の駅笠間に立ち寄りました。きれいで広く旬の野菜がたくさん並び見ているだけで楽しかったです。

笠間神社の菊まつりでは実際に菊人形を作っているところを見てきました。それから茨城県庁の展望室へ。上空は霞んでいて近くの筑波山もほとんど見えず残念でしたが、晴れていれば霞ケ浦も那珂湊も見えるとのことなので 360 度のパノラマを楽しんでみてはいかがでしょうか？　カフェもありゆっくりとボーッとしてみるのもいいですね。土日も開いていて料金は無料です。

次は水戸の弘道館へ。名称は知っていましたが入館は初めてでした。お庭もお屋敷もていねいに保存され、徳川斉昭が好んだ梅の木が植えてあります。徳川時代の歴史の勉強ができます。近くに千波湖（せんばこ）という周囲3km ほどの湖があり、もうすぐ白鳥が飛来するということで、今頃は来ているかもしれません。

お楽しみは最後に・・・那珂湊の漁港でゆっくり海を見ながら昼食でした。またコーラスサークルの方々の生コーラスがすごい迫力で、即興にもかかわらず第九を歌って下さいました。趣味があるって素敵です。

帰りの車中はおなかも満たされ気が緩んでしまい、任務を忘れ熟睡してしまいました。

今回の旅行を実施するにあたり、友の会の役員さんが夜遅くまで議論を交わし、練りに練った行程だったとのことで、本当におつかれさまでした。けがや体調不良もなく、とても充実したバス旅行でした。みなさん普段から身体を動かしたり、趣味や人との会話をされて楽しそうです。

そんな人生の先輩方に見習うべく、クリニックの仕事も頑張りたいと思い返した一日でした。ありがとうございました。

【編集あれや　これや】

友の会バス旅行の集合者写真を見て男女の人数を数えてみました。女性３１名、男性６名で、８４％が女性です。友の会活動は女性のパワーが圧倒している事の表れでしょうか。どうでしょうか。これからも通信に友の会活動を意識して掲載していきたいと思います。

今年最後の通信となりました。これからも皆さんや各事業所、友の会の活動を発信しながら一緒に歩んでいきたいと思います。少し早いですが、今年もありがとうございました。　（編集委員会一同）