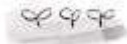


ひばりが丘 M カフェだより No.6 2017.6.3 発行



編集・発行：メディカルカフェひばりが丘

メディカルカフェひばりが丘は一般社団法人がん哲学外来の協力のもとに運営しています。
詳しくはホームページで。全国のカフェ情報もあります。⇒<http://www.gantetsugaku.org/>

「今日」という日の花を摘む——1周年記念講演会ご報告と感謝

昨年5月にスタートしたがん哲学外来メディカルカフェひばりが丘の1周年を記念して、5月3日（水・祝）の午後1時30分から、樋野興夫先生を講師にお招きして講演会『「今日」という日の花を摘む』を開催しました。礼拝堂に、62名もの方が集まってくだり、豊かな時間を共にすることができました。ご来場とご協力いただいた皆様に感謝いたします。

冒頭、水岡寛子さんのバイオリン伴奏で「花は咲く」を歌い、カフェ主催者からの世話人の田鎖夕衣子、田鎖瑞枝からごあいさつと、開設までの経緯を語らせていただきました。

続いて、教会主催のカフェとして西武沿線地区にあり一番身近な先輩カフェとして白鷺メディカルカフェ・スタッフの太田和歌子さんより、メッセージをいただきました。カフェの活動を始めた妹・中井理佐子さん（故人）の思いを受け継いで、他のカフェとも連携し、お互い励まし合いながら続けたい、との思いを語ってくださいました。

* * * * *

樋野興夫先生による記念講演では、がん哲学外来の理念とメディカルカフェの意義をうかがいました。せわしない医療現場では、がん患者の方の不安や葛藤に揺れる心の隙間を埋めることができません。

がん哲学外来では、その方と時間を共にして話をじっくり聞く、新渡戸稲造ら尊敬する先達の言葉を伝えている（「言葉の処方箋」）。これによって、患者自身の人生における病気の優先順位が下がり、人のために時間を使うようになる。それは、「人生に期待する」生き方から、「人生に期待される」生き方へと変えられ、品性の完成へと向かうのです。

質問コーナーで「がんになった友人をお見舞いに行くとしたら、どんな言葉をかければよいか」という相談に対しては、「30分間、沈黙を共にできること」「最初から器に水を入れるのではなく、空っぽの器で待つ」ことの大切さを示され、参加者は皆、真剣なまなざしで聴き入っていました。

再度バイオリン伴奏で「時代」を全員で歌い、今後のカフェ運営は教会外の方の協力もいただき、カフェ同士も連携しつつ歩みたい、との抱負をお伝えして閉会しました。その後30分、1階集会室でお茶を囲んでの交流会にも半数ほどが残って歓談し、有意義なひと時を過ごしました。他教会の方の参加が多かったことに、メディカルカフェが各地の教会で広がりつつあることを実感し、新たな希望と勇気をいただいた1日でした。

これからどうぞよろしく願いいたします。

（世話人代表・田鎖夕衣子）

メディカルカフェ1周年を感謝して

田鎖夕衣子



先輩スタッフの後押しをいただいて

2015年の7月にこの同じ礼拝堂で、樋野興夫先生をお招きして講演会を持ちました。その講演の後、参加されていたほかのメディカルカフェの参加者でがんの患者さんであるお二人の女性が話しかけてくださいました。「ひばりが丘でもメディカルカフェを始めるんですか」と。一人はここに本日もきてくださっている角田万木さん、もうひとりが秋山美奈子さんでした。

できたらいいな、と漠然と思っていた私でしたが、その声掛けに背中を大きく押しいただき、がん経験者である私の母の「ぜひ始めたい」という希望とで、開設準備にとりかかりました。近隣の東久留米、東村山、そして鷺宮にある白鷺メディカルカフェに参加させていただき、スタッフの方にもお話をうかがいました。

「がん哲学」を知る前に

このがん哲学外来に心が動かされたきっかけとなった体験があります。それは、40代の時、仲の良かった同い年の同僚ががんで天に召されたことでした。身近な人ががんになってみて、いろいろなことに気づかされました。がんは死を意識する病気であると同時に、治療を受けながらも、その人らしく日常生活を続けて、自分の人生を楽しむこともできるんだということでした。がんと聞くと、ついがん患者さんに対して腫物にさわるような接し方をすることがないでしょうか。

けれども、彼女も手術後、退院したら仕事にも復帰しましたし、ご家族の許可もいただき、それまでしていたように一緒に都内のホテルに〈レディースプラン〉で一泊もしました。当たり前のことですが、病気であっても、レストランでおいしい食事を楽しんだり、旅行することもできるのです。

最後まで自分の人生を自分のものとして生きることができた彼女とそれを尊重したご家族の人生を間近で見て、思いました。

明日も今日と同じように続くとは限らない。今できることをやっておこう。悔いのないように人生を考えなくては。私がこのがん哲学という考えに共感したのは、その経験が何よりの土台となっています。

カフェの先輩から受け継いだもの

実際にメディカルカフェの開設にあたって懇切丁寧なアドバイスをしてくださったのが、白鷺メディカルカフェ代表の中井理佐子さんです。ご自身もがんの治療を受けているなか、2時間もお話しをしていただきました。カフェで出すお菓子やお茶についての注意点など、思いも及ばないようなことまでこまやかな配慮をされていることに、驚き、感嘆しながらの2時間でした。

その中井さんを昨年8月、秋山さんは11月に天に送りましたが、先にお話しした友人を含めて、それぞれががんになっても最後まで自分らしく堂々と生ききった姿に、今でも励まされ感謝の思いでいっぱいです。

これからのこと

最後に、教会のカフェは、教会関係の人が多く参加しているのですが、教会外の方がいらっしゃった時について「お客様」扱いをしてしまうような気がします。でも、2年目になり、これからは教会外の方でもこのメディカルカフェに続けてきてくださる方があれば、そして一緒にカフェをやってみたいな、と思って下さったら、ぜひ一緒にカフェスタッフになっていただきたいと思っています。その方に会ったまた違う患者さんや家族の方が励まされたり、救われたりという経験が広がるのではないのでしょうか。私が多くのカフェの先輩達に励まされたように、これこそメディカルカフェのすばらしさだと思っています。どうぞ、これからもよろしくお願いします。

メディカルカフェへの思い

田鎖瑞枝

私はがん患者として生きてきた者として、メディカルカフェの必要性を痛感しています。

今から30年ほど前のがんは、死に直結する病気という見方が一般的で、病名を口にするをはばかり、患者のみならず、家族も戸惑いの中に置かれがちでした。

患者は不安と孤独に陥るだけでなく、お見舞いに来てくださる方の精神的な負担を思い、申し訳ない気持ちでいっぱいでした。そんな私を、少し年長の女性がお見舞いに来て下さいました。言葉少なくベッドの横に座し、小さな箱を置いて帰られました。中には艶やかな赤い苺が並んでいました。

やさしい慰めと、励ましを放つ赤い苺を同室のがん患者たちと囲み、思わず「必ず元気になろうね」と話し合いました。

後にその女性との会話から、彼女が若い時、死に直面する病気の経験があったことを知りました。

「私は弱虫で、何もできないの……」が口癖ですが、あの時から「赤い苺」は私の希望になっています。

弱虫さんは今、このメディカルカフェのメンバーです。

ひとりひとりが各々の経験や思いを心の中にしまっているのではなく、陽に当てて、ことばにしてみませんか。それは思いがけない力を持っているかもしれません。



白鷺メディカルカフェに参加して

中寺 朱美

2017年5月20日（土）の午後、がん哲学外来白鷺メディカルカフェに参加しました！

ひばりが丘メディカルカフェ以外のカフェに、初めて行ってきました！

ひばりが丘より、さらにこじんまりしており、少人数の2グループに分かれて、和気あいあいと、スタートしました。まずは各々の自己紹介から始まり、ゆっくりと時間が進みます。2時間、みなさんの話をお聴

きするにはたっぷり時間があつたはずです。けれど、もっとここで泳いでいたいという思いの中、終了しました。メディカルカフェはいつも、もう少し時間がほしい、もっと話したいと感じながらの幕引きが多く感じます。

わたしはがんではありませんが、がん哲学外来を知らなかったらと考えると、とても怖く人生も違っていただろうと思います。それほど、プラスの影響を受けています。その意味でも、ひばりが丘教会メディカルカフェ世話人代表の田鎖夕衣子さんからこのプロジェクトを教えていただいた事

、樋野先生の講演、著書、そして実際がんと闘病された皆さんの生の声を聴けた事に感謝しています

今回も私は、また大きいエネルギーを頂きました。

私の脳梗塞のしんどう後遺症は、新しい世界へとなかなか歩ませてくれません。それどころか、『トイレは大丈夫？』『知っている人に会って忘れていたら失礼よ』などなど心配事を並べ立てるため、最初の一步が出ません。

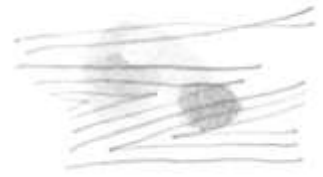
私は、左半身機能不全以外に高次脳機能障害もあり、見た目にはわからない障害を気にして、つい消極的になってしまいます。自分が変だと思われるのが怖いのです。

今回も白鷺教会の Y さんと言うご婦人の話を聞いて刺激を受けました。

Y さんは高齢者の介護のボランティアをしており、自分も以前、漠然と考えていたことを実際に活動されており、これだと、

高齢の方々も本当に元気になること間違いなし！と思い、自分も積極的に生きていくことへと背中を押してくれたような気がしました。

Y さん、ありがとうございます。また機会がありましたらぜひ、お話しを聞かせてください。



編集後記にかえて

このカフェよりも、1年間発行を続けることができました。ご寄稿下さった方、お読みいただいた方がたに感謝いたします。

このおたよりは、がん哲学外来のホームページでもアップしていただいています。

ご活用ください。

<http://www.gantetsugaku.org/publicity.php>

今後のメディカルカフェ スケジュール

- ★第 8 回 7 月 29 日 (土) 13:30-15:30
- ★第 9 回 9 月 16 日 (土) 13:30-15:30
- ★第 10 回 11 月 18 日 (土) 13:30-15:30
- ★第 11 回 1 月 20 日 (土) 13:30-15:30

参加費 : 300 円

会場 : 日本基督教団 キリスト ひばりが丘教会
FAX 048-479-7274 TEL 042-422-3732
e-mail yupeace@tbz.t-com.ne.jp
tel. 090-8086-3409

申込は田鎖夕衣子 (たぐさりゆいこ) まで