

(公財)日本ホスピス・緩和ケア研究振興財団

〒530-0013 大阪市北区茶屋町2-30  
TEL.06-6375-7255 FAX.06-6375-7245

E-mail : hospat@gol.com URL : http://www.hospat.org/

## “マインドフルネス”な癒し人をめざして

### 第2回&第3回 Whole Person Care ワークショップ

2012年9月の第1回のワークショップに引き続き、2013年5月、8月に大阪、東京の2会場  
で第2回&第3回ワークショップが開催され医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカー、介護職、  
臨床心理士等専門職の多くの方々の参加がありました。

(注：3回とも、ほぼ同じプログラムです。)

## 「Whole Person Care」って何だろう

コーディネーター 安田 裕子

太成学院大学看護学部、  
一般社団法人 スピリチュアルケア研究所



Whole Person Care とは治療 (Curing) と癒し (Healing) の統合された Care であると理解しています。病気を治し苦痛を取り除くだけでなく、病気と共に生きる「その人」に寄り添うことで、「その人」の癒しに繋がる、「癒し人」に医療従事者が育っていくことを目的としています。

さて、私たちは日々の生活で自身の呼吸を意識しながら活動しているでしょうか。患者さんの呼吸に意識を向けることは少ないかもしれません。日々の生活も同様です。どれだけ「そこに在り、今ここ」に生きているでしょうか。過去に囚われたり、将来を憂いたり、あるいは誰かの期待に応えようとするあまり自分以外の誰かになるうとしてはいいのでしょうか。ワークショップの中では、こういった

状態に意図的に注意を向けるトレーニングを行います。この中でマインドフルネスという言葉を使います。マインドフルネスとは簡単に言うと



「気づき」です。自分自身の思考 (頭)、感情 (心)、身体 (行動) に意図的に意識を向け自分自身の在り様を見つめていきます。

ワークショップを体験した方々は多くの気づきと発見、感動があるようです。死の臨床においてパニックになる人、他者や自分をどう支えればいいのか、様々な苦悩の中で少しでも Whole Person Care が成長や癒しを促し、人生の質の転換のきっかけになることを願っています。

## Whole Person Care ワークショップに参加して

がん・感染症センター都立駒込病院 緩和ケア科 栗原 幸江



私たちは、臨床現場で様々な苦痛や苦悩に出会い、その中で人の強さや弱さ、心の振れ幅、そして魂の叡智と大いなるものの力に触れ、また日々

は応用問題に仲間とともに悩む中で、自分の価値観や考え方を改めて意識します。それが現場の魅力であり「ギフト」であると常々感じています。

第3回 Whole Person Care ワークシ

ョップは、そのことを再確認する機会となりました。「体験型ワークショップ」ゆえ、未体験の方のためにあまり詳細な内容には触れずにおきますが、「医療者として考える」「問題を見つけ、答えを求める」頭を少し横に置き、直感のアンテナにちょっとゆだねて「『私』が感じる」「感じたことを表現する」エクササイズの数々は、柔らかに自分と向き合う機会となりました。ファシリテーターの先生方が織りなす温かな場の雰囲気の中で、他の参加者のみ

とお互い感じたことを表現し分かち合い、それぞれに「気づき」「癒し」「親密さ」を体感した一日。そこには「(様々な体験を重ねてきた) 私たち自身も一人の人 (Whole Person) として、(同様に Whole Person としての) 患者さんやご家族と出会う」プロセスがもたらす「ギフト」のエッセンスがぎゅっと凝縮されているのを感じました。恒藤先生、安田先生、そして他の参加者のみなさま、豊かなひと時をご一緒させていただきありがとうございました。10月にモントリオールで開催される the 1st International Congress on Whole Person Care が今から楽しみです。

(次ページにも感想文)

# 2013年度 ホスピス・緩和ケアボランティア研修会

テーマ

## ホスピスケア — 実践を通して語り継がれるもの —



第12回目を迎えた「ホスピス・緩和ケアボランティア研修会」が7月31日、龍谷大学アバンティ響都ホール（京都市）にて開催された。

看護師として経験豊かな田村恵子先生より、ケアリングの真髓が語られ、また音楽療法士の岡下先生からは、ピアノとトーンチャイムを用いてリラックスした雰囲気の中で音楽を通してのケアリングについてのエッセンスが語られました。（参加者285名）



### 研修会に参加して

伊東 美紀



基調講演では「がんと診断された時からの緩和ケア」について田村先生ご自身が患者さまの最期の瞬間まで生きぬくことを支え続けていかれた実践を映像を交えて優しい語り口で、ご講演いただきました。お話の中に患者さまを受け入れるのに“おもてなし”との言葉がありました。私の中での“おもてなし”とは明るいイメージ、どちらかという嬉しい場にまねくと言おうような使い方や意味でしかありませんでしたが、先生は残された命と向き合っている患者さまに対し表現された事から、大切な人をお迎える

時のあたたかい気持ちからだと感じました。

ボランティア活動で、また日々の生活の中でも人と接する時、実践していきたいと思えます。

また、後半は岡下先生により歌や楽器を披露していただき会場がひとつになっている様子から、音や歌を通し周りの方の心にふれ寄り添う気持ちがうまれてくることを肌で感じました。

先生方のご講演でホスピスケアがいろんな形で身体や心の痛みを和らげて患者さまが最期の時まで“自分らしく生きる”ことを支えている大切な役割であることを、会場に来られた方々から広まり私自身も今後の活動で広めていきたいと感じた研修会でした。

(前ページよりつづく)

### Whole Person Care ワークショップに参加して

昭和大学横浜市北部病院 内科（腫瘍）

土屋 静馬



8/24に東京での初開催となった Whole Person Care ワークショップに参加した。「Whole Person Care」とは、同名の著書によれば、カナダの Dr. Hutchinson を中心としたワーキンググループにおいて提唱されている、いわゆる医学的アプローチとは異なるパラダイムにおいて成立する援助としての“ケア”

の具体的な試みのことであり、今回のワークショップでは、実際に“Whole Person Care とは何か？”を考える上で最も重要な要素の一つとして「私」や「あなた」について省察を行うこと、に特に焦点が当てられていた。「Whole Person Care」の概念全体には時間性が強く意識されているが、この課題において省察すべき「私」と「あなた」とは、過去や将来との繋がりを持ちつつも「いま・ここ」にある「私」と「あなた」のことを指す。なぜならば

「Whole Person Care」における“ケア”とは、「いま・ここ」において「私」と「あなた」との間に生じる関係性において成立するものとするからである。なるほど私達は医学的態度においては、患者さんの過去の病歴を思い、過去のある時点の採血データを検証し、未来のプランを考えている。そしてそこには「いま・ここ」がない。しかしケアとは、両者における「いま・ここ」において成立する極めて刹那的で流動的な関係性においてこそ成立し得るものといえる。今回のワークショップは相手の語りを聴き、また自らを語る、あるいは自画像の作成など様々なワークを通してこうした気付きを与えられる大変有意義な会であった。

お知らせコーナー

チャリティ講演会&コンサート

- ◎2013年10月26日(土) 13時~15時30分
- ◎会場 大阪ドーンセンター (大阪市中央区大手前)
- ◎講演 柏木 哲夫氏  
テーマ 支えるケア、寄り添うケア  
…ホスピス 40年の経験から…
- ◎コンサート 本田路津子さん
- ◎チケット 3,000円 (賛助会員 2,500円)  
チケット売上金は、ホスピス・緩和ケアの質の向上の為に活用されます。
- ◎申込方法等は、ホスピス財団ホームページをご覧ください。



Hutchinson 先生による  
Whole Person Care 特別講演会

- 講演1 「Whole Person Care とは何か」
- 講演2 「Whole Person Care をいかに教えるか」

- ◎2013年11月30日(土) 午後2時~6時
- ◎会場 千里ライフサイエンスセンター
- ◎定員 250名
- ◎参加費 1,000円 (資料代として当日徴収)
- ◎申込方法等は、ホスピス財団ホームページをご覧ください。

ホスピス・緩和ケアフォーラム 2013 in 呉

- ◎2013年11月4日(月・祝)
- ◎会場 呉市文化ホール
- ◎特別講演 「がんを抱えた時の心の準備」  
岡山大学大学院教授 内富 庸介先生
- ◎参加費無料・申込不要
- ◎詳細はホームページをご覧ください。

ドキュメンタリー映画 「いのちがいちばん輝く日」

東京での上映を皮切りに、全国各地で上映が続けられています。また、自治体や病院・学校等での自主上映会も歓迎いたします。詳しくは映画専用ホームページで。

<http://www.inochi-hospice.com>

好評上映中

問い合わせ先 (株)ディンキーズ 072-396-0729 へ。

ホスピス財団のホームページ  
アクセス数が 100,000 を超えました。

- 2011年7月からアクセス数のカウントを始めましたが、2013年7月に10万件を超えました。多くの方々閲覧して戴いていることを感謝いたします。
- ホームページでは、医療従事者の方々をはじめ、一般の方々にもホスピス・緩和ケアに関する様々な情報を提供しております。是非、一度お立ち寄り下さい。

検索  または

ホスピス財団紹介のDVD「ホスピスの使命と財団の働き」  
が完成いたしました。!!

ホスピスの働きとホスピス財団の活動内容を分かりやすく紹介しています。(約10分)。ご希望される方にはDVD版を無料頒布いたしますので、ホスピス財団へお申し込み下さい。



また、ホームページで公開しておりますので是非、ご覧ください。

こんにちは  
ホスピス

山梨県立中央病院

緩和ケア科 医長 許山 美和

山梨県は人口 85 万人、東京の西隣に位置し山に囲まれた自然豊かな小さな県です。当院は明治9年開設以来、県の基幹病院であり、今もがん医療のほか救急、周産期など各診療領域で高度専門的医療の拠点となっています。そして私達の緩和ケア病棟も山梨県唯一の緩和ケア病棟 (15床全室個室) として平成 17 年度に開棟しました。



富士山を望む展望風呂

9階にある緩和ケア病棟の大きな窓からは富士山や南アルプスを望むことができ、自然にも心癒される環境です。当院の緩和ケア病棟には特別なイベントはありませんが、患者さんにとって毎日が大切な1日1日の積み重ねとなるよう細やかな

なケアを心がけています。そのケアの中で患者さんご家族から「〇〇してあげたい」などの思いをキャッチした時にはスタッフ一丸となってお手伝いしています。ささやかな誕生会、結婚式、結婚〇周年記念など…。



大きな窓から甲府盆地や周囲の山々が望めます

開棟から8年、年間入院患者も開棟当初の2倍以上となり、この間に緩和ケア病棟の役割も変化してきました。最近では自宅での療養を大切にするため、緩和ケア科外来に通院していただきながら地域のスタッフと協同して症状コントロールを行い、必要時には緩和ケア病棟に症状緩和やレスパイトのために短期入院をする方が増えています。多くの苦しみを抱えながらも患者さんがその方らしく生きられることを目標に、地域全体が同じ思いで支えられるよう、その拠点となる病棟でありたいと日々研鑽しています。

(公財)日本ホスピス・緩和ケア研究振興財団  
2013年度事業進捗状況報告  
(2013年4月1日から2014年3月31日まで)

1. ホスピス・緩和ケアに関する調査研究事業(公募) 3件 進行中
2. 遺族によるホスピス・緩和ケアの質の評価に関する調査研究事業 第3次調査・第2年度 進行中
3. 『ホスピス・緩和ケア白書 2014』(研究論文集+データブック) 作成・刊行事業 進行中
4. 緩和ケアにおける治療介入の効果・安全性に関する多施設データベース研究 進行中
5. ソーシャルワーカースキルアップ研修セミナー開催事業 予定日: 10月12日(土)~13日(日) 於: 鹿児島市
6. ホスピス・緩和ケアボランティア研修セミナー開催事業 実施: 7月31日(水) 於: 龍谷大学アバンティ響都ホール 参加者: 285名
7. Whole Person Care ワークショップ開催事業 実施 第2回 2013年5月25日(土) 於: 千里ライフサイエンスセンター 参加者: 27名 第3回 2013年8月24日(土) 於: 東京八重洲ホール 参加者: 22名
8. グリーフケア研修セミナー開催事業 予定日: 2014年1月25日 場所: 未定
9. Hutchinson 先生講演会&ワークショップ開催事業 予定日: 講演会 2013年11月31日(土) ワークショップ 2013年12月1日(日) 於: 両日共 千里ライフサイエンスセンター
10. 専門緩和ケア看護師教育カリキュラム (SPACE-N)を用いた教育プログラム実施のための指針作成 進行中
11. ホスピス・緩和ケア フォーラム開催事業 予定日: 11月4日(月・祝) 於: 呉市文化ホール
12. 一般広報活動事業 ホスピス財団ニュースの発行等 進行中
13. 『これからのとき』の冊子増刷
14. チャリティ講演会&コンサート開催事業 予定日: 10月26日(土) 於: ドーンセンター (大阪市)
15. 財団PR用DVD作成事業 制作完了
16. 日本・台湾・韓国の緩和ケア医の終末期医療に対する態度に関する比較文化研究 進行中
17. APHN 関連事業 APHC 開催予定日 10月10日~13日 於: バンコク (タイ)
18. Whole Person Care 国際会議関連事業 第1回 Whole Person Care 国際会議 予定日: 10月17日(木)~20日(日) 於: モントリオール(カナダ)

(公財)日本ホスピス・緩和ケア研究振興財団  
2012年度(第13期)決算の概要

2012年4月1日から2013年3月31日まで (単位:千円)

科 目	2012年度決算
<b>【経常収益】</b>	
①基本財産運用益	3,550
②受取寄付金	25,912
(内訳) 賛助会費収入	24,400
一般寄付金収入	1,512
③雑収益等	1,825
<b>経常収益計(A)</b>	<b>31,287</b>
<b>【経常費用】</b>	
①事業運営費	31,061
(内訳) ホスピス・緩和ケアに関する調査・研究事業	11,215
ホスピス・緩和ケア従事者に関する教育事業	(9,036)
ホスピス・緩和ケアに関する広報事業	(8,846)
ホスピス・緩和ケアに関する国際交流事業	(1,964)
②一般管理費	5,592
<b>経常費用計(B)</b>	<b>36,653</b>
<b>当期経常増減額(A-B)</b>	<b>▲5,366</b>

近刊紹介

いのちへのまなざし  
人間理解を深める55のメッセージ

柏木哲夫 著

精神科医、ホスピス医、そしてキリスト者としての長く豊かな経験から語られる55のメッセージは、大震災、政治、スポーツ、また著者の仕事や家庭など、その時々話題に触れつつ、平易な言葉で書き綴られてはいるが、その底流には“いのち”への深い洞察が珠玉のごとく散りばめられている。そして多くの死を看取ってきた著者が最も伝えたいことは、人にのみ与えられた“いのち”(=魂)の平安が良き生と良き死を支える大きな要素であるというメッセージではないかと思われる。医療に従事される方々のみならず、すべての人々に一読を薦めたい良著である。(2013年4月 いのちのことば社刊 1300円+税)



寄付者一覧 (2013年3月~2013年8月 順不同、敬称略)

- (個人) 匿名3名  
(団体) 株式会社大塚製薬工場  
宗教学者 持宝寺

新規賛助会員 (2013年3月~2013年8月 順不同、敬称略)

- (個人) 森本 有里 山本 優美 石戸谷美保  
林 美奈子 富澤 文絵 飯澤 ゑみ  
行田 正志 義平 稔 水田 祥代  
松原 龍弘 坂詰 大輔 平岩千代子  
糸本 真理 渡 剛潔 中嶋キヨミ  
匿名2名  
(団体) 株式会社 エル・シー・エス  
ネスレ日本株式会社 ネスレ ヘルスサイエンス カンパニー  
社会医療法人 かりゆし会 ハートライフ病院  
藤田保健衛生大学病院  
学校法人 兵庫医科大学  
恩賜財団 済生会松阪総合病院

寄付・賛助会員のお願い

私たちの活動は、全て、皆さまからのご寄付と賛助会員の方々の会費に拠っております。どうか私どもの活動の趣旨をご理解いただき、ご寄付・賛助会員のお申し込みを頂けるようお願いいたします。

また、「遺贈」による寄附もぜひご一考下さい。当財団は、三井住友信託銀行と「遺贈による寄付制度」について提携しております。公益法人への遺贈に拠る寄付財産は、原則として相続税の非課税財産となります。

上記ご寄附、賛助会員、遺贈に関するお問い合わせは06-6375-7255です。

編集後記

“極暑”という言葉があることを知った記録的猛暑も終わり、東京オリンピック決定の朗報が舞い込み、また出口の見えない原発問題、憲法改正議論、そして台風18号と何かと心騒がされるこの頃、この日本は、一体どうなっていくのかと、訝ざるを得ない。一方ホスピスの患者さんには、この混沌とした現実はどう映るのかと思うが、おそらくはそのような雑然たる日常は超越されているのではないだろうか。過ぎ越した日々や、家族、友人を懐かしむという落ち着いた平安な日々をすごして戴きたいと願うものである。

うれしいこともかないことも草しげる 種田 山頭火

