



■発行／都会メディカルケアシステム 渡辺 康介
■編集／地域広報委員会 京都市北区大宮南田尻町59番地
■ホームページ／<https://www.miyakokai-kyoto.com/>
■お問い合わせ／jfl@miyakokai.or.jp

理念

- 患者様・ご利用者様の立場にたったキュア(医療)・ケア(介護)を提供いたします
- 医療・介護・福祉を通して地域、社会に貢献いたします
- 職員の質の向上をはかります

今月のご長寿様



竹下 晃朗様

生年月日 大正10年8月7日生まれ(98歳)

令和二年 庚子 元旦

あけましておめでとうございます。



医療法人 社団 都会
理事長 渡辺 康介

新年のご挨拶



何回目のネズミ歳だろう。十二支の中でトップで着いたネズミ。何故かあまり好きになれないネズミ。でも自分の干支だから何とか好きにならなくてはと思い続けて何十年。やはり好きになれない。

ミッキーマウスであろうがミニーマウスであろうがやはり駄目。2番目の牛の背中に乗って最後にジャンプして一番になったネズミの狡猾さが気に入らない。でも爬虫類が嫌いな私的には蛇よりもましなのかなとも思う。(巳年の娘は好きです。)

この十二支、日本には4世紀から5世紀にかけ伝わってきたようです。人間を動物にたとえ十二支を作るなど愚の骨頂と思うが、こんなに長く続いているのにはそれなりの意味がある。そこに登場するのが日本昔話である。それによれば日本の十二支の由来は神様が多くの動物たちに1月1日に集まった順にご褒美を上げようと声掛けして集まった順序だとされている。ただこれは日本だけの話でベトナム十二支ではウサギは猫に牛は水牛に猪は豚になる。またモンゴルの十二支では虎には豹が、アラビアでは龍にはワニが使われている。またこれとは別に紀元前の中国で暦や方角を表すために「甲(こう)」「乙(おつ)」「丙(へい)」「丁(てい)」「戊(こ)」「己(き)」「庚(こう)」「辛(しん)」「壬(じん)」「癸(き)」の10文字が使われるが、この10文字の事を十干と言う。干支とはすなわち十干と十二支の組み合わせにはかならず甲子(きのえね)から始まり癸亥(みずのえ)といで終わる60年を一周期とした表現になります。

それゆえ今年2020年の60年前1960年(60年安保の時)と60年先2080年は今年と同じ庚子(かのえね)となります。数学的に解を求めると、昔数Ⅲで習った順列の組み合わせの応用で $10 \times 12 \div 2 = 60$ 通りの干支の組み合わせがある。その60の暦が還る故に還暦と名付けられた60歳は、今では老人の入り口ではなく若い続ける熟年の単なる一里塚に過ぎなくなっている。しかも60年前には安保騒動という大騒動がありました。本年はオリンピックが行われ大いに盛り上がるのは良いですがテロなどの大騒動だけは起こらないように祈りたいと思います。

の入院が適切となることもあると思います。

最終的に判断するのは、患者さん本人とそのご家族でしょう。

私が経験した在宅医療には、人を育てる力と最後まで生き抜く力を与えてくれました。

人に生きる力と成長を与えてくれる医師、スタッフに恵まれる事とケアを受ける側も医師やスタッフを信頼する気持ちを持つことも重要です。それに答えてくれる医師スタッフに恵まれれば、最良の人生の幕を下ろすことができると思います。

最後に、在宅医療(緩和ケア)においてお世話になりました、渡辺康介先生を始めとする西賀茂診療所の看護師さん、スタッフの皆様方、平野訪問看護ステーションの皆様、本当にありがとうございました。

この大きな贈り物と想いを大切な財産として、我々、家族は先に進んで行きます。

私が体験させていただきました、在宅医療(緩和ケア)に関する体験は以上ですが、現在、終末期における、在宅医療(緩和ケア)や緩和ケア病棟の入院などの問題に直面されておられる患者の方やご家族の不安や絶望感の払拭に役立てることを願い、体験談としてここに記させていただきます。

長文、最後までお読みいただきありがとうございました。



おせっかいカフェ

毎月第2土曜日に御園橋商店街の中にある801広場にて、地域住民の皆様の拠り所・交流の場となるよう、カフェを開催しています。この「おせっかいカフェ」には、都会の専門職(医師・看護師・介護支援専門員・介護士など)が参加し、介護予防体操や健康・介護相談をはじめ、季節ごとの様々な企画(簡単な工芸・手芸、外出ドライブ、勉強会など)を行っています。和気藹々とした雰囲気の中、美味しい飲み物と楽しい企画を通じて、地域交流の輪に参加しませんか?どなたでもお気軽にお越し下さい。お待ちしております。

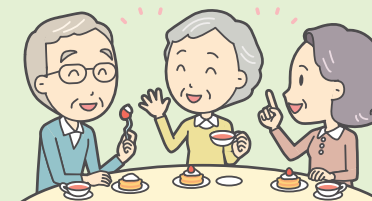
地域活動委員会より



クロスワード「答え」

1	カ	2	ク	3	シ	4	ガ	5	ネ
6	オ	7	モ	8	ヤ	9	ミ	10	ネ
11	リ	12	ヨ	13	セ	14	ガ	15	キ
16	ド	17	ビ	18	ン	19	チ	20	

カガミモチ(鏡餅)



キンセンカ 家族の会 開催のご報告



2019年11月2日(土)「キンセンカ 家族の会」を開催いたしました。

「キンセンカ 家族の会」は、大切な方を亡くされたご遺族と法人職員が故人を偲びながら寂しさや思い出を互いに分かち合う集いの場として、本年度立ち上げました。

当日は15名の方がお集まりくださり、職員も一緒に、涙あり笑いありのとても貴重な時間を過ごすことができました。参加して下さった方も、今回参加できなかった方も、皆さまが気軽に何度でも足を運んでいただけるような会を目指し、今後も年1回の開催を続けていきたいと思っております。

今回は、令和2年11月を予定しております。日程の詳細が決まりましたら、ポスターやホームページでお知らせいたします。

尚、当法人で毎年開催している追悼式は、下記の案内の通り、「キンセンカの会」として継続してまいります。



第2回キンセンカの会のご案内



当法人とご縁をいただき最期の時をともに過ごした方々を偲ぶ、追悼の機会として「第2回キンセンカの会」を開催いたします。

ご家族の皆様と一緒にご冥福をお祈りし、故人を偲ぶひと時を持ちたいと願っております。対象の方には後日案内状を送付させていただきます。

職員一同皆様のご臨席を心よりお待ちしております。

■開催日時：令和2年3月22日（日）10：00～12：00

る。そのように感じました。

そついった中で進んで行ったカンファレンスですが、西賀茂診療所の渡辺先生やスタッフの皆さんは、在宅医療でできることや役割をしっかりと説明頂き、その想いに期待し、父と家族ともども在宅医療を受ける決心ができました。

在宅医療の開始



病院での点滴治療による栄養補給と水分補給により、自力で食事を取れるまで回復し父は退院することとなりました。退院後3日目、西賀茂診療所の渡辺先生、看護師の村上さんが往診訪問して下さいました。

病院でのカンファレンスの時と同じく、きめ細かな説明と治療方針の説明をしていただき、初回の診療は終了しました。その時に感じたことが、「私の理想とするお医者さんだな」と感じました。

私はどうしても、病院から突き放された感が否めなかった中での渡辺先生との出会い。

「この方とこのスタッフの方々なら……。」そう思いました。

父も同じように、力強く「渡辺先生に任せる！」とそう発しました。

どういつ状況であっても、第一印象が与える印象は誰に対しても同じ印象を与えるものであると感じたことでもありました。

同日、訪問看護を担当いただく、平野訪問看護ステーションの中岡さんと看護師の方にも訪問いただき、看護内容、看護方針、訪問スケジュールの説明を行っていただき、この日より在宅医療が始まりました。

在宅医療の日々



こうして始まった在宅医療ですが、開始時には父の体調の変化の波もあり、時には私や家族も父の体調や精神状態に不安を感じる日もありました。

睡眠不足による体調不良や変わらぬの味覚障害。それぞれの症状に際してのコントロールとケア。時には、父が自覚症状として感じていない症状に対し、家族が不安に感じている部分のケアとコントロール、父の前ではできない話や相談などなど多くのことに対応いただくこともありました。

父はもともと、食べることを楽しみとしていたこと、人をもてなすことに大切にしていただこともあり、訪問診療に来ていただいた際には、先生と看護師さんへ交え、母と共に身の上話や世間話をし、人として奥深く接していただき、強い信頼関係を与えていただきました。

在宅診療は、大きな病院と比べ医療施設の規模が小さく、大きな病院ほどの医療設備や検査設備がありません。従って退院後のCTやレントゲン撮影による経過観察などは病院に外来通院する必要があるとあります。しかし、それに伴い奪われていく体力や時間が発生します。それによつて体力や時間を奪われないよう、血液検査など在宅医療で可能な検査は在宅医療で行い、外来通院による経過観察時の負担を抑えるなど、有効な時間を最大限与えていただく配慮を行っていただきました。また、外来通院が必要な場合の予約など病院との連携も取っていただきました。

在宅医療により、生きる時間の有効性

と人間関係の信頼性から多くのことを得ることができ、父や私を含む家族も多くのことを教えていただき成長させていただきました。

日々の在宅医療を受けながら得た父と家族の成長。

家族としての成長「ありがとう」

ある日の訪問診療のこと、世間話的に私が、「訪問診療にきていただく看護師さんやスタッフの方は、先生と同じくみなさん丁寧で気遣いも良くして下さいさつて良い人たちがばかりですね。」私も組織をまとめる立場にいたので働く仲間へ想いを伝えることが大変でした。「みなさんがその想いを共有しておられるのは、人として組織としても良い教育をされておられるんですね。」とそんな話をしていた。当然のように恐縮された言葉を返していただきました。父も普段から先生や看護師さんや訪問介護に来て下さるスタッフの皆さんに気持ちを込めて「ありがとう」との言葉を口にしています。たが、もともと亭主関白な部分も持ち合わせていた部分もあり、長い間連れ添ってきた母には、闘病前から時折「ありがとう」との言葉はできるものの、なかなか想いのこもった「ありがとう」ではありませんでした。

この会話の際に、改めて父が「先生や看護師さん、お母さん、みんなに感謝してる」と発し、これ以降、先生や看護師さんスタッフの皆さんと同じく、私たち家族に対しても「ありがとう」の言葉に重みが出てきました。

当然、母にも重みのある、想いのこもった「ありがとう」を発するようになりました。

決して、今までも口先だけの「ありがとう」ではなかったのですが、本当に自分のために多くのことをしてくれている人々たちから、想いの深さを感じることにやり、人として改めて成長したのではないかと思っています。

父の発する「ありがとう」の想いとそれを受け止める家族がともに成長することができたきっかけとなった会話でした。

最後に……。在宅医療からの贈り物

在宅医療を通じ、多くの事を学びそしていただいた贈り物。

人としての大切な想い、人への尊敬、そして「ありがとう」の想い。

私たち家族は、これらの想いを在宅医療から学び受け、何にもかえがたい贈り物としていただきました。そして、父は人生の最後に「ありがとう」の想いについて悟りを開くことができました。

在宅医療（在宅医療による緩和ケア）は見捨てられる医療ではなく、最後まで懸命に患者やその家族に寄り添い、本当の人間らしさを与え成長させることができる医療です。

在宅医療こそ、ガン治療の最新治療方法ではないでしょうか？

根治を目指すガン治療も必要です。しかしまだ完全な治療法はありません。

現在は、その治療や副作用に多くの方が苦しむ、そして諦めて行くことが多いと聞きます。

しかし、最後の最後まで人として生きるために在宅医療があります。

緩和ケア病棟への入院も選択肢としてあります。場合によっては、緩和ケア病棟

日常の風景

ショートステイにしがも



みんなでクリスマスの準備をしました。

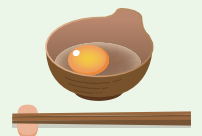
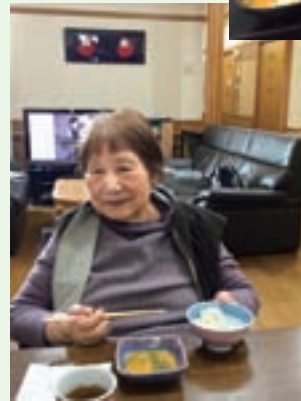


おやつもみんなで作りました。



グループホームほっこり庵

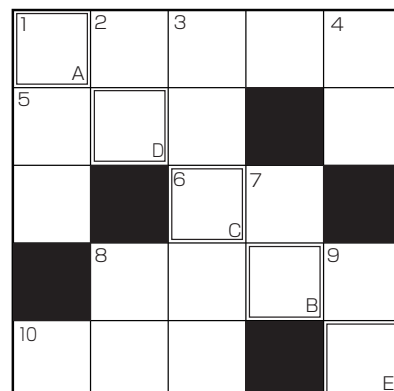
今月の食事会はリクエストにお応えしてすき焼きを。大勢で鍋を囲むと美味しさも倍増しますね。



メドルサム基金

善意の浄財を、皆様のより良い生活のお手伝いのためのボランティア活動に活用させていただきます。尾崎 弘子様、中村 正治様、田島 千代子様、岡林 留里子様、西澤 豊様、平野 延子様、どうもありがとうございました。

- 10 松茸の〇〇〇蒸し
- 8 色紙などに大勢が……
- 6 刀の背の部分。〇〇打ち
- 5 屋敷の中心となる建物
- 1 へそくり
- 9 米軍〇〇。自衛隊〇〇
- 8 控えとして用意する
- 7 写真の原板
- 4 回して締める
- 3 時代劇の鳥追い女が弾く
- 2 大空を浮遊
- 1 いい匂い
- へたてのカギ
- へよこのカギ



「問題」
A～Eをつなぐと答えです

『クロスワード』

出題 小田 正

特別投稿

在宅での看取りをされたご家族より

緩和ケアの想いの深さ

岡林正登



最初に



在宅医療（緩和ケア）をご存知でしょうか。

在宅医療（緩和ケア）や緩和ケア病棟への入院は、一般的にガンの終末期における最終段階に受ける医療です。

すなわち、現段階における最善の治療を受けたにも関わらず改善の見込みがない場合、少しでも痛みや苦しみを抑え、患者が快適な生活を送れることを目的とした医療です。

しかし、在宅医療（緩和ケア）や緩和ケア病棟への入院を進められると、どうしても気持ちとしてはネガティブな方向に向かってしまうのではないのでしょうか？

現在、終末期に直面しておられる患者の方やご家族の方々は、大きな不安や絶望感に直面されておられることと思います。

がん治療による悩みや不安をお持ちの方々の一助になれることを願い、私が体験

した在宅医療（緩和ケア）体験を赤裸々に綴って行きますので、ご読いただければと思います。

緩和ケアとの出会い



私が在宅医療（緩和ケア）と出会うことになったのは、闘病中の父のがん治療が最終治療を終え、その副作用に苦しんでいた時です。

当時、父はそれまでの抗がん剤治療による副作用や味覚障害や食欲不振により食事を取ることができず体調が悪化し非常に衰弱が激しい状態となり、栄養補給や水分補給のための点滴治療を行うために入院を繰り返していました。

点滴治療による栄養補給と水分補給により、自力で食事を取れるまで回復し、家族ともども「少しは命を延ばすことができることになったのではないか」と感じていた矢先のことです。

主治医から「栄養補給や水分補給のための点滴治療を行うための入院については、これ以上行うことはできません」との説明を受け、続いて「これ以上の治療は困難であり、病院としても治療による改善の見込みのない患者さんの入院は、病院の指針により行うことができません」と宣告されました。

その言葉を耳にした時には、大きな絶望感とその言葉遣いに大きな憤りを感じました。

当然、私は「点滴により改善されたことを認められていても、今後も行っていくことはできないのでしょうか？」とお聞きしましたが、同様の答えしか得られませんでした。

そして、主治医からの次の言葉が「緩和ケア病棟への入院か、在宅による緩和ケアを受けていただくことしか方法はありません」との言葉でした。

この出来事が、私と緩和ケアとの出会いです。

緩和ケア病棟



この時点では、在宅医療（緩和ケア）と緩和ケア病棟における治療方法の大きな違いに気が付いていませんでした。

大きな違いに気付くこととなったのは、緩和ケア病棟に入院するにあたっての面接と病棟見学説明会の時でした。

面接時に介護保険の介護認定を受ける必要性や、病棟の病室の空き具合により入院の時期が流動的になることの説明を受けました。

そして後日、病棟の見学に訪れた時です。病棟の説明は丁寧で病棟の設備や対応について、こと細かな説明をしていた。だき、大いに納得できました。しかし、この時点で感じたことが、病棟でのケアはあくまでも痛みの緩和などを始めとした、医療行為を主としたことであるということでした。

一般病棟と比べると、専門の医療スタッフが対応して下さることになるのですが、どうしてもその場所での生活のイメージ

を想像するとネガティブなイメージが勝ってしまうこととなり、父や私たち家族も同様の印象を受けました。

この時点で、緩和ケア病棟への入院は、ほぼ選択肢から外れることとなり、在宅医療（緩和ケア）への期待感が大きくありませんでした。

在宅医療



緩和ケア病棟への入院の選択は、ほぼ外れる事となりましたが、もしもの時のためにいつでも入院ができるように、保険的な位置付けで申し込みを行っておきました。

そして、期待感を持ち、主治医から紹介を頂いた在宅医療について主治医と交えカンファレンスを行っていただくこととなりました。

在宅医療を受けるには、緩和ケア病棟の入院申し込みの手続きの時と同様に、介護保険の介護認定を受ける必要があります。

その他に、訪問看護を行っていただく訪問看護事業所との契約が必要となり、診療所と訪問看護事業所との二人三脚で在宅医療を行っていただくこととなります。

カンファレンス当日、父を含む私たち家族、主治医、病院スタッフ、西賀茂診療所の渡辺先生、スタッフの皆様、平野訪問看護ステーションの中岡さんを交え、説明を受ける事となりました。カンファレンスが始まるのですが、カンファレンス自体の進行がどうもうまく機能せず、病状説明を除く部分は病院の看護師スタッフの方と私とで進行することとなりました。

このような、状況下で感じたこととして、病院は、医療行為は行っているが、それ以上の事になると機能不全に陥りやすくな

