

よもやま話



一刻の沈黙

東北大学大学院文学研究科 修士課程一年
金田 諦晃
新潟県立がんセンター新潟病院 緩和ケア科
齋藤 義之

東北大学病院緩和ケア病棟でのボランティア活動に参加させていただいてから、約一年が過ぎました。私自身（金田）のことを少しだけお話させていただきます。活動を開始する半年前まで、福井県にある「永平寺」という僧堂におり日夜修行をさせていただいておりました。ある日、新聞の記事で、「緩和ケア」に関する内容のものを目にした時です。「人が死に向かっていく目の前で、それに向き合っている人がいる。すごい。」「生きること、死ぬことに向き合っているのはお坊さんだけじゃないんだ。」という気づきと、医療の現場で奮闘する方々から何かを学べるのではないかという思いにハッとしたことを覚えています。

その頃、東日本大震災を機に、被災地や医療の現場で活動をする「臨床宗教師」を養成する講座が、東北大学で行われていることを知りました。私は早速受講を決意し修行に区切りをつけることにしました。その講座では、宗教者が社会活動をする際に、問題視されがちな、布教や公共性、倫理観についての考え方の徹底的な指導があり、布教を目的とせず、現場のニーズに寄り添った活動を行うための知識や知恵を学ばせていただきました。そして、研修修了後、東北大学病院緩和ケア病棟にてボランティアとして活動に参加させていただいております。

最近、病棟ではクリスマス会が開催されました。ボランティアの皆さんが飾りつけをした会場で、トナカイのコスプレをしたちょっとお茶目な先生方の歌やギターの演奏があり、看護師のみなさんのピアノやハンドベルの演奏が楽しく奏でられます。そして最後には、患者さま、ご家族のみなさまとその場にいる全員で大合唱をしました。

このような普段と違った少し陽気な雰囲気が、みなさんの笑い声や、拍手を引き出していたように思います。ここでは、一年を通して様々な行事が開催されます。また、そのような活動の中で、様々な出会いや想いに触れることがあり、多くの学びや問いをいただきます。

それでは、私がいただいた「問い」の一つをみなさまと一緒に考えられればと思います。それは最近開催された“家族会”でのことです。この病棟で大切な方を見送った多くのご家族の方が集まり、医師、看護師、その他のスタッフと故人を偲ぶ語らいが始まりました。しばらくして、ご家族代表のスピーチがありました。その方は、ここで最愛の伴侶との死別を体験されておりました。お話の最後に、会場にいる皆にこのような問いかけをしました。

「時間がたった今でも、もうこの世にはいない〇〇を思い出すと寂しい・・・辛い・・・。今でも、そこにいるような感じがする・・・みなさんはそんな時、ありますか？そんな時どうしていますか？」

身体を固くこわばらせ、涙を浮かべながら語られるそのお姿から、とても心細い、寂しい感情が、私の全身に伝わってきました。自分の心が、すごく揺さぶられた感覚を覚えています。

その質問に誰かが答えるということはなく、一刻の「沈黙」の時間が流れました。実際、時間にすれば、そんなに長くはなかったと思います。結局、最後まで口を開く人はいませんでしたが、きっとその場

にいた一人ひとりにとっての沈黙の感じ方があったのだと思います。例えば、そのような想いを初めて知り、ただただ動揺した人、伝えたい想いはあるが言葉にできなかった人、同じ心境をもっている人がいるんだということを知って安心した人など。

私自身は、その方へ伝えたい「想い」が沸き起こってきました。しかし、その想いは、本当に相手の方の気持ちに寄り添う中から生まれてきたものなのか。もしかしたら、私自身の使命感や、個人的な感情から湧いてきたものではないか。もしもその想いを伝えたら、自分が満足するだけで、本当に相手のためになっていないのではないか、という葛藤に苛まれたのを覚えています。その一刻はとても長く、重く、密度の濃いものでした。

ここで活動をさせていただいている中で、患者さまやご家族の方々のお話を聞かせていただいている時や、ふとした場面で、時折そのような言葉のない「沈黙の場」に立ち会うことがあります。その度に、「あの沈黙にはどんな意味があったのだろう」「この沈黙にあの方は、なにを感じていたのだろう」という、答えのない問いに考えを巡らせます。

私たちは普段の生活の中で、他の人と「言葉」を介して意思や感情を伝えあうことで、協力して何かを目指したり、表現をしたり、診断をしたり、説法をしたり、そして時に、笑いあったり、ケンカをしたりもします。さらに最近では、テレビやインターネットを通して、たくさんの「言葉」が世間にあふれている印象を受けます。それはとても賑やかで楽しく、時には、騒々しささえ覚えてしまうこともあると思います。

しかし、私たちはどんなに「言葉」や「行為」を尽くしても、伝わらず、また受け取れない感情や想いがあり、そこにもどかしさを覚えることがあると思います。人と人が本当に分かり合えること、通じ合うとは何か？ 「沈黙」が人に語り掛けることは何か？ 活動の中で、みなさまからいただいた、大事な問いをご紹介します。いただきました。

(合掌)

千葉県のパピアサポート事業の紹介

千葉県がんセンター 精神腫瘍科
 秋月 伸哉
 千葉県地域統括相談支援センター
 浜野 公明

がん患者・家族のサポートの方法として、がん体験者同士が支えあう“ピアサポート”が注目され、各都道府県のがん対策基本計画や拠点病院指定要件に取り入れられるようになってきました。一方、ピアサポートには様々な理念、活動形態があるうえ、行政や病院が主導で行う場合は、医療との連携や安全上のトラブルも考える必要があるなど、新しく始めるのは容易ではありません。千葉県のピアサポート事業は、地域統括相談支援センターが受託し、行政、医療が主導して始めたピアサポートとして順調に活動を広げているため、その特徴を紹介します。

1) ピアサポーター養成

2008年第1期の千葉県独自の養成研修を経て、対がん協会が作成したピアサポーター養成研修をベースとした25時間の研修会を開発しました。ピアサポートの技術、考え方だけでなく、新しく病院に導入する際の医療側の心配も考慮し、病院で活動する際のお作法も研修に取り入れています。明確

に示せる研修プログラムであることも病院に導入する際の品質保証の一助と考えています。ピアサポートに相当習熟しているがん専門相談員が教育に関わっているという事が大きく影響しています。

2) ピアサポート活動場所を作る

ピアサポート事業の委託をうけ、千葉県ではピアサポーターの養成だけでなく、活動する場所として、「ピアサポーターズサロンちば」を作りました。このサロンの活動を県のがん診療連携拠点病院で展開するにあたり、サポーターの派遣と運営を『パッケージ化』しました。パッケージ化により開催する病院の負担を減らし、ピアサポート活動に理解のある病院から活動をはじめ、成果を示しながらほかの施設にも導入を勧める計画としました。現在は月2回、千葉県がんセンターと県内ほとんどの拠点病院で定期的に開催しています。

3) 安全で効果的なピアサポートモデルの開発

ピアサポートを効果的に行うにはサポーターと来談者の背景（がんの種類など）を一致させるマッチングが重要ですが、なかなか困難です。そこで開催案内に参加するピアサポーターの背景を事前に公開する方法をとりました。また自信のないサポーターや、ピアサポートの過程での傷つきに対応できるよう、必ず複数のピアサポーターが対応できるサロン形式をとることや、必要時に相談支援センターがすぐに対応できる体制、活動後の振り返りを相談支援センターと合同で行う体制をとっています。このような活動方法をピアサポーターズサロンと名付け、毎月定期的に開催しています。

4) フォローアップ研修

養成研修と活動時の振り返り以外に、スキルをブラッシュアップするためのフォローアップ研修を開発しました。千葉大学で医学教育に携わるボランティアに模擬患者として、熟練したピアサポーターや精神腫瘍医がスーパーバイザーとして協力し、ロールプレイを中心とした研修を行っています。

このような活動の背景として、事業主体である県が現場に事業計画を任せつつ協力体制をとったこと、患者会のピアサポートの経験やノウハウを取り入れることができる環境にあったこと、計画・企画・運営に当たる千葉県がんセンターのスタッフがピアサポートに相当習熟していたことなどがあると思います。ご興味をお持ちの方、これからピアサポートを立ち上げようと考えている方は、ぜひ千葉県ピアサポーター事業を見に来て下さい。