

ひばりが丘 M カフェだより No.22 2020. 1. 18 発行

編集・発行：メディカルカフェひばりが丘
<https://hibari-hills2017.jimdo.com>

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/>

小さな人の微笑みから平和になる

「か」 

2020 年が始まりました。

オリンピックの話題が多いですが、市民の生活はどのように影響を受けるのか、とくに通院、治療の必要な方には、交通ルートを確認できるか、混雑で具合が悪くなるのでは・・・と心配なこともあります。大きなことに目を奪われず、小さなことを大事にしていきたいものです。

メディカルカフェひばりが丘は、今年 5 月でいよいよ 4 周年を迎えます。そのため、樋野興夫先生に、記念のシンポジウムに来ていただくことが決まりました。4 月 29 日です。ゴールデンウィークですので、関心のある方はぜひ今からご予約ください。

1 月の寒い時も、一歩外に出てあたりを見渡すと、電車でもホームでも、スマホを手にしてのぞき込む人のなんと多いことでしょう。そんな自分も通勤前には、自宅からバス停までの徒歩区間は手袋をとって、バスが何分後にバス停に来るか、位置情報を必ずスマホで確認して出発します。交通事情は刻々と変化しますから、予想どおりにバスが来ないことも多々ありますが、順調に乗れると、ほっと一安心。冷えた手を手袋に入れます（笑）。座れた時にはわずか 15 分の間にうたた寝できることもあります。

そんな朝のつかのまのうたた寝にまどろんでいると、ポンポン、とやさしく腕をたたかれて目が覚めました。見ると、すぐ隣に 1 歳くらいの女の子がママに抱かれていたのです。

若いお母さんは「すみません！」とあやまってくださったのですが、私は可愛い赤ちゃんに出会えたうれしさに、思わず笑顔になって「起こしてくれてありがとう。こんにちは」と女の子に挨拶しました。その子は最初はびっくりして、瞬きもせずはこちらを見ていましたが、やがて恥ずかしそうにお母さんの方を向いて、またこちらを見て…ちょっとだけ笑ってくれました。なんて素敵な 1 日の始まり！

小さなことに愛を込めて、カフェが「空っぽの頑丈な器」になるようにと願っています。
今年もよろしく願いいたします。

(世話人代表・田鎖夕衣子)

80歳のスタート

田鎖瑞枝

主婦にとって年末は、一年でいちばん家事に時間を要する時期。しかし、昨年末の私は違っていました。

10月頃から奥歯に違和感を覚えていたが、かかりつけの歯科が閉院したばかりで、医院探しに時間がかかり、新しい歯科のドアを開けたのは11月に入ってからでした。

治療終了後、医師から助言がありました。「考えられる範囲での治療はしましたが、歯の症状には他の病気からの信号もあります。これで状況が改善しなければ、その可能性を考えてください・・・」

それから一週間経ってもほとんど変化はありません。そこで、意識と感覚を集中したところ、甲状腺にしこりを発見したのです。その時まで気づかなかった自分に愕然としました。それでも、「もしかしたら自然に小さくなるかも・・・」という思いを持ちつつ一週間ためらった後、ようやくホームドクターを訪ねました。ドクターは、ご自身は専門外だということで、私が希望した病院への紹介状を、その場で書いてくださったのです。

カレンダーは12月になっていました。

バスと電車を乗り継いでの通院は、心身に共に負担に感じました。その中で、30年以上前のことが思い起こされました。

当時50歳の手前だった私は、24時間「乳がん患者」になっていました。「がん」という巨大な岩に閉じ込められて、誰にも話せず、孤独に苦しんでいたのです。

しかし、今の私は80歳。迷惑や心配をかける家族や友人に現状を話し、自分の弱さも伝えることができました。

その中のひとりの方から、甲状腺の専門病院の受診を紹介されて、年末にそちらにたどり着きました。

表参道にあるその病院には、全国からの患者さんが待合室に溢れ、黙ってうつ向く姿に、30年前の自分が重なりました。長時間に及ぶ診察待ちは、不安が増します。

3時間後に私が診察室で対面した女性医師は、落ち着いた明るさで対応してくださり、緊張感が解けていきました。続く検査も手際よく進み、疲労感もやわらぎます。医療機関が担う、様々の役割を、改めて認識することとなりました。

新しい年になって一週間後、病名が判明し、経過観察の身となりました。

「がん哲学外来メディカルカフェ」から、多くのことを学び、そのことを強く認識させられる2ヶ月余りでした。

「メディカルカフェ」の開始前と開催後の、参加された方の変化を通して、その必要性を毎回気づかされていましたが、今回のことを通して、自分の中にメディカルカフェをオープンしていたように感じています。

そして何よりも、人々のやさしさに支えられていたことに、深く感謝しています。



「何気ない」を超えて

メディカルカフェの心得

田鎖夕衣子

昨年の夏、弘前がん哲学外来メディカルカフェの会場である弘前教会を、カフェのない日に訪問しました。迎えてくださった村岡博史牧師は、メディカルカフェの対話のルールが、日頃の教会のグループでの話し合いにも役に立っていると語られました。

メディカルカフェを開設して3年半が経ちました。病気も年代も立場も、それぞれに異なる方をお迎えしていますが、果たしてどなたにも安心して話せるような場になっていただろうか。

リピーターとなって下さる方もいらっしゃいますが、一度だけという方も大勢おられます。当初は、漠然とですが、多くの方が続けてカフェに参加されるのではないかと考えていたので、予測がはずれたような思いもありました。けれどもやがて、大事なのは、今、ここにカフェが開かれて、ここにたどり着いてくださる方がいることなのだ、と気づかされました。

私たちは心を込めて計画を立て、定期的にカフェを開くことを、揺らがずに続けていこうと思います。

それとともに、このカフェの場での心構えを、日常生活でも指針として、対話の感性を養うことが必要だと感じています。

日頃の会話では、時として自分の何気ない発言によって、傷つく人がいたり、誤解が生まれたりします。「何気ない」だけに、無意識に何かを軽んじていたり、うっかり忘れていたことがあらわにされ、罪の重さにも全く思いが及ばなかったと、反省されることがよくあります。

「自分の考えを押しつけない」とか「人の意見を聞く」などは、目新しいことではなく、子どもの頃から学校でも言われてきた一般的なマナーです。自分の見栄やプライドから解放され、目の前の人に寄り添い、空っぽの器になれるようにと願います。

痛みや悲しみの中にある方が思いを語られるときにも、何も語れないときにも、ただ黙ってそこにいることができる人になれば、と祈る日々です。

がん哲学外来メディカルカフェの約束

～だれにとっても安心できる場であるために～

- ・自分の考えや価値観を押しつけません。
- ・人の意見や考えを、否定しないで聴きます。
- ・全員が話せるように、一人で長く話しません。
- ・強引な販売や勧誘をしません。
- ・メディカルカフェの外での交流は、各人の自己責任のもとで行います。

がん哲学外来メディカルカフェひばりが丘のおしらせ

★メディカルカフェ開催予定

第24回 3月21日(土) 13:30-15:30

★4周年記念シンポジウム

プログラム=樋野興夫氏講演ほか

4月29日(水) 13:30-16:00

会場：にほんきりすと日本基督教団 ひばりが丘教会

申込・お問い合わせは、田鎖夕衣子（たぐさりゆいこ）まで どうぞ

e-mail yuipeace@tbz.t-com.ne.jp

TEL 090-8086-3409

FAX 048-479-7274

◆教会 TEL 042-422-3732

◆教会ホームページ <https://hibari-hills2017.jimdo.com/>

<OCC カフェの特別企画のご案内>

教会でも、カフェ！

特別講演会&座談会&がん哲学カフェ

◆日時:2020年2月22日(土)13:00~16:00 ◆参加無料

◆場所:お茶の水クリスチャンセンター(OCC)8階チャペル

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-1 TEL:03-3296-1001 FAX:03-3296-1010

JR 中央線・JR 総武線 JR 御茶ノ水駅 より 徒歩2分

東京メトロ丸ノ内線 御茶ノ水駅 より 徒歩3分

東京メトロ千代田線 新御茶ノ水駅 より 徒歩3分

◆締切=2月20日 必ず事前にお申し込みください

ホームページから→ <http://mcafe/cc.ochanomizu>

主催/お茶の水クリスチャン・センター 共催/日本キリスト教団出版局

<プログラム>

総合司会 榊原寛(OCC 副理事長)

I 講演「カフェは教会へのチャレンジ」

樋野興夫(新渡戸稲造記念センター長、一般社団法人がん哲学外来理事長、順天堂大学名誉教授)

II 座談会「教会でも、がん哲学外来カフェを始めよう」

金田佐久子(西川口教会牧師 日本キリスト教団、いずみ 川口がん哲学カフェ)

友納靖史(がん哲学外来・メディカルカフェ IN 常盤台、常盤台バプテスト教会牧師)

III がん哲学外来カフェ