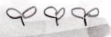


ひばりが丘 M カフェだより No.5 2017. 3. 18 発行



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/>

がん哲学外来メディカルカフェひばりが丘が、3月で6回目を迎えられることを感謝します。5月は開設1周年を記念して、3日(水・祝)に樋野興夫先生の講演会、「今日」という日の花を摘む」を予定しています。ひばりが丘教会2階の礼拝堂で開催します。

カフェ参加者の中にも、がん哲学外来の創設者・樋野先生にお会いしたことのない方はおられると思います。この機会に、樋野先生の「暇げな風貌」でとつとつと語られる「言葉の処方箋」をご一緒に聞いてみませんか。お申込みをお待ちしています。

また今後も奇数月の第3土曜日に開催することを基本に活動する予定ですが、5月に講演会を開催するため、6、7月は変則的な日程となります。

今後のメディカルカフェは、以下のとおりです。(予定変更の際はご案内します)

2017年 6月 3日(土) 13:30~15:30

7月 29日(土) 13:30~15:30

9月 16日(土) 13:30~15:30

11月 18日(土) 13:30~15:30

2018年 1月 20日(土) 13:30~15:30

3月 17日(土) 13:30~15:30

会場はひばりが丘教会1階集会室、会費は300円をいただいています。

当日参加もOKですが、お申込みをいただくと助かります。

お申し込みを下記・田鎖(たぐさり)へどうぞ! お待ちしています。

fax. 048-479-7274 tel. 090-8086-3409 e-mail yuipeace@tbz.t-com.ne.jp

(世話人代表 田鎖夕衣子)

第5回目を終えて

前日までの寒さがすこし和らいだ1月21日、第5回メディカルカフェを開催しました。「花は咲く」のバイオリン演奏と歌で始まり、16名の方が集いました。この日も3つのテーブルに分かれて、5、6名ずつでじっくりお話しができました。昨年1度参加なさった方が、今回再び参加

してくださって、以前より明るくお話しされていたのが、とても嬉しかったです。カフェに申し込んで足を運ぶということだけでも勇気がいることだと思います。

関心があっても迷っている方は、きっとあなただけではありません。物は試しで、ちょっとのぞいてみませんか。お茶とお菓子を用意してお迎えいたします。

メディカルカフェに 初めて参加して

能登 尚子

「メディカルカフェ」を初めて知ったのは、一昨年の2015年7月、樋野興夫先生をひばりが丘教会にお招きしての講演会の計画の時でした。「がん哲学外来入門」と題しての講演会でしたが、田鎖さんからお話を伺っても、ご著書を読んでも、そして講演会を聞いた後でさえも、「メディカルカフェ」がどういうものかよくわかりませんでした。

講演会后、「メディカルカフェ」をひばりが丘教会でも開くことになりました。

そしてまさにその時、私の臍臓に、小さいながら神経内分泌腫瘍なるがんが見つかりました。非機能性で全く症状はありませんでしたので、病気という感じがなまま、検査が続き、2016年の1月に手術を受けることになりました。

病気について、治療方法についてなどなど、ネットでサイトを検索しては何度も読みました。希少がんの一種で、罹患者のネットワークや集まりが見つかりました。

ここでようやく「メディカルカフェ」の存在の意味、大切さがわかりました。あまりのタイミングのよさに驚きました。

私の手術は幸いにも腫瘍の摘出だけで（周り臓器を切除することなく）すみ、その後も問題なしで元気になっています。入院や手術体験によって、今までとても健康だった私は、たくさんのはじめての景色を見せていただきました。そしてこの私も「カ

フェ」のお手伝いができればと思いました。でもなかなか時間がとれず参加できませんでした。

このたび1月のカフェにようやく参加できました。友人の池内奈穂子さんと母が属する玉川教会（町田市）でのカフェ開催のため、参加したいと申し出があり案内するためでした。玉川教会ではまだ準備が整わず、開催には至っていないようですが、各地の教会でカフェが広がっているようです。

「メディカルカフェ」と聞いても、なかなか当事者でないと理解しにくい点はあると思いますが、必要とする人が増えているのは事実です。テレビや新聞でも同じような集会の様子が報じられています。

教会がこのような活動に用いられるのはうれしいことです。そして集う方々に教会ならではの雰囲気心地よいものと感じていただけたらうれしいです。



☆能登さんは、ひばりが丘教会のメンバーとして様々な集会企画に携わってこられました。

能登さんがご自身の病気について調べたように、スマホやパソコンですぐにネット検索ができる時代です。病気や治療法についての情報だけでなく、一人ひとりの抱えていらっしゃる不安や気持ちを聴き合うことのできるカフェに、時間のある時にはまたご一緒しましょう。お待ちしております！

《座談会》

メディカルカフェの

これまでとこれから

川崎康子 (Y)・竹内恵梨子 (E)

中寺朱美 (A)・田鎖瑞枝 (M)

田鎖夕衣子 (司会)

—5回のメディカルカフェをスタッフで振り返りたいと思います。まず、がん哲学外メディカルカフェに出会って感じたことを、お話しください。

A：2015年夏に自分も病気（脳梗塞）になり、リハビリの日々を過ごしました。

入院中、先のことが見えず不安でどうしていいかわからなかった時に、樋野先生の『心にみことばの処方箋』を毎日読んで、焦りがやわらぎ、心が静まりました。

全員：「人生いばらの道、されど宴会!!」
(笑)

—朱美さんは、リハビリも人一倍がんばって、車椅子生活から歩けるまでになりました。その姿には、私たちが励まされました。

A：入院中、今度、樋野先生の講演会がある、メディカルカフェというのを始めるかもしれない。その時はよろしくね、と言われ、いつかな、と期待していました。

—カフェのスタートに、朱美さんが一番背中を押してくれました。感謝しています。

家族として

—川崎さんは、ご主人もカフェに参加してくださいましたが、いかがでしたか。

Y：一緒に生活していて、がんである家族に対して、大丈夫かな？と感ずることが

あっても、本人を不安にするような言葉かけはできません。

相手の体調の変化や気持ちの浮き沈み気遣う上で、どこまで受け止めるのか、受け流すのか……。その時によって判断が必要だと思います。

M：寄り添い方は、いちがいには決められないのが難しいところですね。

カフェに来て、（ご夫婦が）それぞれの感じていることを別のテーブルで話しができるのはいいのではないのでしょうか。

これからも気の向いたときに参加して、語ってくだされば……お待ちしております。

進行役を担当して

—竹内さんは、進行役をなさって、いかがでしたか。

E：私は母ががんでしたが、自分ががん経験者ではないので、戸惑いもあります。進行役を担うことになって、うまくできるかな、と心配も緊張もありました。

でも、始めてみると自分が頑張らなくてもいいのだと感じるようになったのです。

深刻な投げかけがあったとしても、不思議とテーブルの参加者の中から、ほっとするような言葉が出てきて、自然と会話が進んでいるのです。参加される方の話から学ぶことが毎回たくさんあります。

M：人が集まると、不思議とそんな力が生まれるのだなあと思いますね。

E：発言者の言葉、話を、できる限り慎重に、丁寧に受け止めることを心掛けています。私自身にとってとても大切な場で、深く考え、成長させてもらっていると感ずます。

—一方的に話を聞く、とか相談に乗るというのではなく、対話を通してお互いに学び合う。それががん哲学、でははないでしょうか。

M: 声の大きな人、たくさん話す人だけでなく、話し足りない人はいないかな、と立ち止まることがあります。

Y: 初めて参加される方の場合、どのような気持ちを抱えてカフェに来られたのか、すごく勇気が必要だっただろうと思うので、「よく来てくださいました」という気持ちをもって参加していきたいですね。

M: がん哲学外来には、生きること、そして死ぬという最後の大事な仕事のすべてが詰まっていると感じます。

E: 本当に大切なことに携わっている思いが強いです。



ひばりが丘 M カフェが大事にしたいこと

Y: 今後もメディカルカフェを続ける上で、何を目的に、大切にしていけるべきでしょう。

E: リピーターで参加された方が、前回より明るい表情で来て下さることが嬉しかったです。

M: 「この次は」と、私たちが先の展望を持って取り組むことで、参加されるがんの方も前向きになれるといいなと思います。—参加者ががん患者であっても、病気以外の悩みや心配事もあるでしょう。どんなものでも、その方が背負った重荷を降ろせる

場、ほっと気をゆるせる場になれたらいいなと思っています。

A: 自分も身体の不自由さを嘆く時がありますが、がんの末期の方が明るく笑顔で周囲の人と語り合っただけでカフェを盛り立てている姿を目の当たりにして、自分の悩みを相対化して振り返ることができました。自分にもやるべきことと時間がある、くよくよしている場合じゃないと気づかされて、生きる力をもらっています。

お話を聞いていて、受け止めきれずに指の隙間からこぼれ落ちるものがある。でもそれを誰かがすくいとってくれるようなところがカフェのいいところだと感じます。—ひとりじゃない、と感じられます。

E: 苦しみに寄り添う気持ちを大切にしたいなと思っています。

—ありがとうございました。来年度もよろしくをお願いします。

メディカルカフェひばりが丘 今後のスケジュール

★開設1周年記念 樋野興夫先生講演会
〈「今日」という日の花を摘む〉

5月3日(水・祝) 13:30—15:30

★第7回メディカルカフェ

6月3日(土) 13:30—15:30

★第8回メディカルカフェ

7月29日(土) 13:30—15:30

会場: ひばりが丘教会

FAX 048-479-7274

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