

## 第八回 がん哲学塾

### ニュースレター

発行日：平成 29 年 10 月 24 日

神戸薬科大学 薬学臨床教育センター

E-mail:juku\_0307@yahoo.co.jp

平成 29 年 9 月 2 日、樋野興夫先生の著書の中の一節  
「人生いばらの道、されど宴会」を用いて、読書会という形で、  
第八回がん哲学塾を開きました♪

「心のハンドル」

神戸薬科大学 5 年生

青柿 和樹

’ ‘自分の人生 ‘ ‘ という道路を、 ‘ ‘ 自分自身 ‘ ‘ という車でうまく走れているだろうか？今、僕はすごく険しい道路を運転している気がする。ここ最近、日々言葉にならない感情を抱いて不安になったり、葛藤したりすることが多い。また、自分の目の前にずっと続いている道路の先行きが見えず、安全に運転できる自信がないからそう感じるのだと思う。

産まれた時から 22 年間、周りの人達の補助もありながら無事この地点まで運転してきた。少しは成長できたと思う反面、「この先もずっと目の前に続く道路ではなく、別の車線を運転して来れたらよかったのに」と思うこともよくあった。恥ずかしながら、今もたまに目の前の道路を見てはそう感じる。しかし、残念ながら、産まれながらにしてある程度の車線は決まっているように思う。車線周りの道路環境だって自分ではどうすることもできないと思う。自分でもどう表現したらよいか分からず、叫びたくなることも多かったのだが、今日 ‘ ‘ 心のハンドル ‘ ‘ という言葉に出会った。

僕は、険しい道路を走っている時、気付かないうちに手放し運転をしていたのかもしれない。何かに抗うのが嫌になって、とりあえずアクセルを踏み続けて道を走り抜けるのが精一杯だった。怖くて、苦しくて、ただアクセルを踏み続けて抜け出したかった。しかし、よく考えるとハンドルを握っていない僕は傷だらけだった。車体は日々ボロボロになっていた。だからこそ、 ‘ ‘ 心のハンドル ‘ ‘ の大切さが胸に響いたのだと思う。どれだけ険しい道を走るにしても、ハンドルだけはしっかりと握らなければいけなかった。本当に単純だった。自分のドライバーは自分自身ということを忘れていた。自分だけは最期まで投げやりにならず、自分自身を運転しなければならなかったのだ。

これから先はどうなるのか、先行きは未だに見えない。もしかすると、まだまだずっと暗い獣道が続くかもしれない。「逃げたい、別の車線を走りたい」という欲求にかられるかもしれない。しかし、交通ルール上、誰もが自分の車線を走っており、僕だけ例外なんてできない。だからこそ、心のハンドルだけは最後まで手放さず、暗くても前を見て、できるだけ傷をおってボロボロにならない注意をして走っていくしかないのだと思う。いつしか暗闇を抜けて綺麗な花畑を走れることを信じて、今はひたすら頑張って運転しなければいけない気がする。

## 第8回がん哲学塾を開いて

神戸薬科大学 5年生

大林 裕典

恒例の読書会ということで、樋野興夫先生のご著書である『いい覚悟で生きる』の一節、「人生いばらの道、されど宴会」を朗読し、話し合いました。今回は沼田先生、塾生二人という小規模で行いました。文章に関する他の他に、もう一人のゼミ生が日頃から考えている悩みを沼田先生にぶつける形で、人生観、集団心理、目標達成までのモチベーションの保ち方、他人に接する際に考えていることなどを聞き、そのことについても話し合いました。印象的であったのが、沼田先生は日々この日本のために思って活動されていること、人間性を高めると一目おかれ集団での意見が通りやすくなること、他人と接する際にはその人のために役割を演じることで人間関係がより円滑になる一つの方法であることなどが話の中で出てきました。

そこで自分も他人と接する際に自然と役割を演じていることに気がきました。役割を演じるということは無理をしているようにも聞こえるかもしれませんが、自分は逆にそうした方が楽であるからそうしているということにも気がきました。言葉にすることでそのことについてより深く考えることができ、意外と大事であると思われました。

気分を変えるためいつものゼミ室ではなく、神戸の景色が一望できる食堂の一角で行ったのですが、そのためか自分は意見がいつもよりもはっきりと言えた気がしました。また少人数だったので、1人1人の意見が深く聞けたように思い、とても有意義な時間だったと感じました。

## — — — ☆今回はアクティブラボの2年生にも参加して頂きました☆ — — —

神戸薬科大学 2年生

細井 貴美子

今回初めてメディカルカフェに、学生側として参加させていただきました。私はこのイベントの直前に先生からお借りした樋野先生の本を読み終えたばかりだったため、どのような患者さんと出会うかがとても不安でなりません。この20年、がん患者さんとは接したことがなかった為、頼りになったものが唯一お借りしていた一冊の本でした。そのおかげで少し知識を得られたため、むしろこちらも気楽になれました。私の前に座られた方は、三つのがんを患っていらっしゃる女性でした。二年間で三ヶ所もがんになったとおっしゃっているにもかかわらず、とてもはつらつとされていました。続けざまに三回もがん告知されれば、どんなに心が真っ暗になることか...と本を読んでいただけの私は思っていたのですが、この方は上手く自分の心をコントロールされているように思えました。それも、この方の旦那さんもがんを患っておられたのが大きな点だったと思いました。身近な関係にいと、自分の場合に置き換えたりすることがあるようです。がんになると、患者本人にのみに関わらずその人を支える周囲の方もとても強くなるものだと実感しました。

次ページへつづく

私の祖父もがんを患っていました。父が小学校六年生の時に亡くなり、私が生まれた時には祖父はいませんでした。そのため今まで祖父についてやその大腸がんについても誰からも自分から聞くことはありませんでした。小さいながらも私は、父が祖父を思い出して悲しんだりしないか心配で聞けませんでした。しかしこのメディカルカフェに参加してからものすごく気になり、その夜、父にどのようながんであったか初めて聞きました。すると偶然にも昼に出会った女性と同じ直腸がんでした。直腸がんは珍しいそうで、苦しんでいた事や、入院してからのこと等少しですが亡くなった祖父の事を初めて知りました。父も普通に話をしてくれ、ほっとしました。今になると、どうしてそんな事も知らなかったのだろう、もっと早く知っておきたかった、と思いました。

今はまた新たに樋野先生の本をお借りして読んでいます。少しずつですが、各々の病気の症状はもちろん沢山のがん患者さんの気持ちも理解し受け止められるようになればと思っています。

## メディカルカフェを終えて

神戸薬科大学 2年生

東川 雄司

今回メディカルカフェに参加させていただき感じたことは二つあります。

一つ目に、参加者の皆さんが自分の思っていた以上に話したいことがいっぱいあると感じたことです。あの短い間にもものすごく深い話がそれぞれあり、全然時間がなかったように感じた方が多かったのではないかと感じました。

神戸薬科大学で行っているメディカルカフェは二月に一回の頻度で、実際 1 人 1 人が話す時間は 30 分もないくらいで、そんな短時間に自分の話したいことが話し切れるとも思えず、自分の話を聞いてほしいと思うはずなのに、それでもそれぞれが話している時はその人の話をしっかりと聞き、アドバイスし合うというのが、これが本当にひとに優しくすることなのかなと感じました。時間も短く貴重な時間なので、来ていただいた方達がわざわざ来て良かったと思えるような質のいい時間に来たらいいなと思います。二人に一人がガンを患うこの世の中で、私たちにできることは話を聞くということが一番簡単で一番求められていることなのではないかと感じました。

二つ目に、メディカルカフェのあり方です。

今回参加していただいた方達は明るい方が多く感じました。無理に明るくされていた方もいらっしゃったかもしれませんが、それでも家から出てこのメディカルカフェに参加していただいたのでまだオープンな方達だったと思います。ただ、そのような人たちはガンと何かを一度心の中で乗り越えられたからこそ今回参加できたもので、まだ乗り越えていない方は家からも出られない方が多くいると思われます。メディカルカフェといえども、まだガン患者さんにはハードルの高いものなのだと思います。なので、メディカルカフェにいけるようになるまでのワンステップがもう一つなにかあればいいのかなと思います。今回私が参加して思ったことはメディカルカフェはガン患者さんに生きる目的を持ってもらったり、前向きになってもらうことが目的であり、自分の殻に閉じこもってるかたを殻を壊してあげるといふのはまた違うのかなと感じました。

次ページへつづく

心理学でいうとあくまでメディカルカフェはコーチング的なあり方で、まずそれ以前にセラピー、カウンセリングがしっかりしていないといけないのかなと思いました。

このメディカルカフェというのはまだまだ知ってる方が少ないかと思いますが、それを周知していただくためにもメディカルカフェよりももっとハードルの低いものが必要なのかなとも思いました。

私たちは同じ境遇ではないので、極論分かり合えることはできないのかもしれませんが、寄り添えるような形で手助けはできるのではないかと感じ、今後薬剤師になっていくにあたり、メディカルカフェで感じたことは忘れないようにして行きたいです。



#### 【樋野興夫先生】

順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授、医学博士。

米国フォックスチェイスがんセンター、がん研実験病理部部長等を経て現職。

2008年「がん哲学外来」を開設。

高松宮妃癌研究基金学術賞受賞。著書に『いい覚悟で生きる』ほか

顧問：樋野興夫

教頭：沼田千賀子

副塾長：横山郁子

塾生：浅田聖士、高橋佳孝、武七海、朴聡美

青柿和樹、大林裕典、川口真奈

アクティブラボ：東川雄司、細井貴美子

次回のがん哲学塾の日程は、

**11月11日**です♪