

大学病院の緩和ケアを考える会

ニュース・レター Vol.28 No.2

令和5年12月1日発行

大学病院の緩和ケアを考える会 事務局

〒142-8555 東京都品川区旗の台 1-5-8 昭和大学医学部 医学教育推進室

E-mail: jimukyoku@da-kanwa.org <http://www.da-kanwa.org>

編集責任者 高宮有介

- | | |
|------------------------------|---------------|
| ○ ご挨拶 | ○ ほっとニュース |
| ○ 第29回総会・研究会を終えて | ○ カップ氷菓がつなぐ命 |
| ○ 医学生への緩和ケア教育のための授業実践大会に参加して | ○ クールダウン エッセイ |

ご挨拶「定年後のチャレンジ」

代表世話人 高宮 有介（昭和大学医学部医学教育学講座客員教授、TMG（戸田中央メディカルケアグループ）緩和医療特別顧問）

本年もよろしくお願いいたします。

昨年の第29回年次大会と第10回授業実践大会は、「スピリチュアルペインとそのケア」がテーマでした。発案・運営をされた独協医大の白川賢宗先生に感謝いたします。また、大腸がんStageⅣの診断を受け、新たな挑戦をされている山崎章郎先生の講演を企画してくださり、充実した内容となりました。スピリチュアルペインの問いは、「生まれてきた意味や役割の問い、何のために生きているか」です。患者さんの苦悩でもあります。そこに向き合う私達自身への問い掛けでもあります。私も自分に問う機会となりました。

昨年3月に昭和大学を定年退職致しましたが、これからの自分の人生の意味や役割、自分をどう活かしていくのかを問い直してきました。昭和大学では、これまでと同様に緩和ケアで出会った患者さんの言霊を伝える「いのちの授業」や「セルフケア」の講義を医学生向けに実施しています。また、小中高校生、予備校生、医療者、一般市民向けに「いのちの授業」と「マインドフルネス」を広める講演活動を実践し、昨年は4月から60回以上の機会を頂きました。



さらに生と死、セルフケアを広めたいと考え、昨年8月よりYouTubeを配信中です。チャンネル名は「Dr. ゆうすけ 人生のトリセツ～みんなの幸せケア」です。これまで講演でお話ししてきた内容を1回10分程度とし、17回シリーズでお届けしています。下記にQRコードを掲載いたしましたので、是非、ご笑覧ください。これは、私の終活でもあります。今は元気ですが、緩和ケアに携わる中で、自分の死がいつ訪れるかは分からないと常日頃感じています。1歳と4歳の孫が、ジイジはこんな顔でこんな声でこんな話をしていたと伝えるためのコンテンツでもあります。今後はウェブサイト作りに取り組みます。

緩和ケアは、TMG（戸田中央メディカルケアグループ）の緩和医療特別顧問として、週2日、臨床に携わっています。主に戸塚共立第一病院の緩和ケアのコンサルテーションを行っており、ベッドサイドで患者さんと長時間お話しする機会も増えました。患者さんの人生の物語に触れることも多くあり、遣り甲斐を感じています。ある信仰を持った患者さんには心が揺さぶられました。亡くなる数日前に、「私はもう死にますか」と尋ねられ、うなずくと「やったー！最高の人生でした」と大きな声で繰り返されました。私も死を前にしてそう言えたらよいなあと思います。



今年の第30回年次大会は岩手医大の木村祐輔世話人を中心に盛岡で開催予定です。多くの皆さんの参加をお待ちしております。

第29回総会・研究会開催を終えて



2023年振り返るとどの医療機関もまだまだCovid-19の猛威に振り回された1年だったのではないかと思います。当院でも緩和ケアチームの活動として自粛せざるを得ない部分があり皆ジレンマを抱える年でありました。そのような中、高宮先生そして世話人の皆様よりご推薦いただき第29回総会研究会の開催校としてその任を仰せつかることができました。貴重な機会をいただき心より感謝申し上げます。

今回は「スピリチュアルペイン、スピリチュアルケア」をテーマにさせていただきました。

Covid-19禍、「患者さんとの物理的距離が離れてしまい、感じづらくなってしまったのではないかな？」など普段からチームスタッフの中で話題となっていたため、このテーマに決めるまでそう時間はかかりませんでした。しかし研究会として形にするまでには多くの壁がありました。当院スタッフだけではなく、高宮先生、世話人の皆様、事務局濱田様にアドバイスをいただきなんとか形にすることができました。

招待講演1では山崎章郎先生に御講演いただきました。ご自身の医師人生から考えたスピリチュアリティから学ぶスピリチュアルペイン・ケアについてご講演いただきました。招待講演2では東北大学病院で臨床宗教師として活動されている

当番世話人 白川賢宗（獨協医科大学 医学部 麻酔科学講座）

金田諦晃先生に御講演いただきました。普段あまり聞くことができない内容でしたのでとても新鮮でした。残念ながら当院でもまだ臨床宗教師や臨床スピリチュアルケア師が活躍できる場がありません。今後の課題として取り組んでいきたいと思いました。シンポジウムでは臨床心理士の増田先生、武村先生にご講演いただきました。ここまででスピリチュアルペインについて医師、臨床宗教師、そして臨床心理士の視点からのお話を聞くことができました。

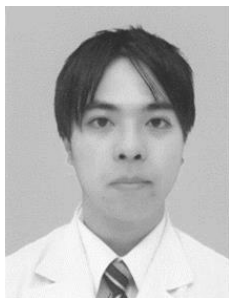
座談会では多職種でスピリチュアルペインについて忌憚なくディスカッションする予定でしたが、機材トラブルの関係で一部配信がうまくできませんでした。Zoomでの参加者の皆様にはご迷惑おかけして申し訳ありませんでした。

特別講演では台湾より慈済大学解剖学教授の曾國藩（Guao-Fang Tzen）先生をお呼びしサイレントメンタープログラム（無語良師）についてご講演いただきました。解剖学を通して命の重み、亡くなってしまった故人に対する遺族の悲しみに医療者としてどう向き合うかなど基礎の解剖学を通して学ぶことの大切さをお話いただきました。

高宮先生、世話人の皆様、事務局濱田様にお力添えをいただき無事に開催することができました。また多くの方々にご参加いただき心より感謝申し上げます。

医学生の緩和ケア教育のための授業実践大会に参加して

香川直輝（昭和大学医学部6年）



「緩和ケア教育」とはなんであるか。私はこの問いに医学部の6年間向き合ってきた。この会に参加させていただいたきっかけは1年次の時、本会の代表世話人である高宮先生に誘われたからであった。その時はまだ、医学のいの字

もわからない状態で、さまざまな先生方と緩和ケアの初歩を学んだ。その学びをもとにオンラインでさまざまな先生方の講演を聞き、グループディスカッションした。この6年間で普段は関わることのないような緩和ケアに携わる医師や看護師などの医療従事者と議論を交わすことができ、私の緩和ケアへのイメージが「後ろ向きの医療」から「希望の灯」に変わるとともに

、緩和ケアにこそ患者中心のチーム医療を体現していると感じた。

この6年間の実践大会を通じて私が一番感じていることは、教育をする上で学生の感情・立場をどのようにフォローしていくべきなのかであった。緩和ケア教育を語るうえで「死」を遠ざけることはできない。しかし、「死」は誰にでも平等に訪れるものであり、必ず経験するものだ。私も臨床実習で「死」の現場に立ち会ったことや、自身の祖父の「死」も経験した。このような死の体験があると緩和ケア教育を受けるうえで精神的な影響があるのではないかと感じた。しかし、実践大会を通じて、そのような体験をした者こそ、緩和ケア教育を受けることで気持ちを表出することができる。そして、このことは学生だけでなく、医

療従事者、患者、家族へのケアにつながるのだと感じた。

ここで、改めて学生にとっての「緩和ケア教育」とは何であるのかについて考えたい。緩和ケアとは知識や技術を習得することが中心となる医学生にとってイメージがつきにくいものである。しかしながら、この実践大会を通して、低学年ではロールプレイや講演や議論を通して感情の側面を学び、実習が始まる高学年では実際の患者との接し方を通して、臨床現場での「緩和ケア」や「死」の向き合い方やチームでのケア

について学び、研修医以降では実践していく。つまり、学生にとって緩和ケア教育とは将来医師になるうえでの「態度」を育てる道の重要な要素であると思う。

最後にこの6年間という学生生活の中で緩和ケアについて考える機会に巡り合わせていただいたこと、この会に誘っていただいた高宮先生に謝辞を申し上げますとともに、さまざまな先生方と議論を交わして学んだことを糧に今後の研修医、そして医師の未来を輝かせていきたい。

ほっとニュース 第44回日本死の臨床研究会年次大会 参加報告

中村陽一（東邦大学医療センター大森病院 緩和ケアセンター）

日本死の臨床研究会の年次大会は、私にとって「医療者としての原点」を見つめ直すとても大事な研究会です。今年は愛媛県松山市で開催されました。新型コロナウイルス感染症のパンデミックのため予定されていたこの会は3年延期されての開催でした。「お遍路の里・四国から 死に学び生を考える～看取りを文化に～」をテーマに全国から「死の臨床」に携わる医療者、宗教家、社会学者などが集まりました。

「看取りの文化の再創造」：日本における看取りの文化とはなんなのかを考えました。現代日本の看取りは医療者が当たり前のように対応しています。しかし、これは戸籍の管理を明治期以後行うようになり死亡診断書のために、看取りが医療の一部となったとも考えられるとのこと。それ以前は、住み慣れた我が家が当たり前であり、大会長の中橋恒さんが「病まず 苦しまず 食べて しゃべって、馴染みの中で迎える最期」と講演をまとめられておりました。

「幸せな死」：幸せであったかどうかは当事者でなければわからないはずです。死は不幸なのか？日本語では「ご不幸があつて・・・」とあたりまえのように、死を不幸なものとしています。「死」は「死を診断するその時」だけでなく『「死の前(死に至るプロセス)」→「死の時」→「死の後(グリーフ)」』と、その時間

経過を意識することも大事だと思います。「幸せな死」を達成するために、我々、医療者が何をなすべきなのかを考えることができました。当事者にとって幸せな死は、死ぬ前の段階のことが中心であり、周囲のひとからみた幸せな死は、様々な段階があるように感じます。「死を大切にしているか」、「なんでもいいけど、どうしてもよくはない」、一番大切なことは「死について語ること」が大事なように感じました。

研究会は道後温泉の近くで行われました。帰路「正岡子規記念館」に立ち寄りました。子規という名前はホトトギスのことを意味し、これは喉元が赤く、肺結核を患い吐血した自らの姿から、自身でこの名を名乗ったそうです。脊椎カリエスに罹患し、最期は東京根岸で寝たきりの生活。その様子を「病牀六尺」に著していますが、このなかでモルヒネを使用したことが書かれています。まさに明治時代の在宅緩和ケアであり、その最期の様子をうかがうことで、「幸せな死」を改めて考えることができました。



カップ氷菓がつなぐ命

2023年11月に川崎市立多摩病院の緩和ケア内科に着任いたしました。聖マリアンナ医科大学の分院です。大学病院と同等に学ぶ機会があり、一般病院のネットワークが軽く顔の見える関係を兼ね備えている、とても働きやすい病院です。偶然（多摩病院だけに、たまたま）、中学高校の同級生が以前より緩和ケアに携わっており、緩和ケア病棟では「〇〇君」「〇〇ちゃん」と学校のノリで、かつ、忌憚なく意見交換でき

森山久美（川崎市立多摩病院 緩和ケア内科）

るという、非常に恵まれた環境です。前々職の杏林大学では緩和ケアチームに所属していましたが、緩和ケア病棟は主治医になるという点で、チームとはまた違う魅力とやりがいを感じています。



さて、本題に入ります。我が病棟のホットトピックスをお伝えいたします。

私は前職の桜町病院で、麻酔業務の傍ら訪問診療を学びました。「がん患者の訪問診療を知らずして緩和ケアを語ることなかれ」は、私の座右の銘です。一番の学びは、「食べる支援こそ緩和ケア」でした。終末期に入ると食欲が低下してきます。食べられない理由はたくさんあり、それぞれアプローチは違いますが、大事なのは、患者さんの「食べたい」を尊重することだと思っています。そして、「食べたくない」「食べられない」患者さんでもついつい食べてしまうのが「某乳業会社の氷菓 ソーダ味 カップ(以下、カップ氷菓)」です。

この氷菓は、通常棒で販売されています。カップ氷菓は学校給食で用いられています。当院では今年9月に栄養士さんの熱意で採用しました。一般病棟、ある

いはご自宅から入院され、全く食欲がなかった患者さんに通過障害と嚥下障害がないことを確認した後「ガ〇ガ〇君食べませんか？」と勧めると、皆さんおいしそうに召し上がります。一般に氷菓は子供向けと思われるがちですが、緩和ケア病棟では高齢者に大人気です。95歳男性が一般病棟で一週間禁食後、緩和ケア病棟に転棟され、お腹がすいたとおっしゃるのでカップ氷菓を勧めてみました。始めは看護師からスプーンで口に入れて召し上がっていましたが、そのうちご自身で食べ始め、最後はカップを持って汁を飲み干し、うーん、うまい、とうなりました。私共の病棟では、病院食(希望や好みに応じた特別食)をオーダーされている患者さんに、一食につき一個、希望時に提供しています。もっと食べたい方は、売店で市販品を買っていただいております。カップ氷菓がつなぐ命を感じる毎日です。

〇●クールダウンエッセイ〇●

2023年もあと残りわずかとなりましたが、みなさま今年一年はいかがでしたでしょうか？

コロナが5類になったとはいえ、医療者としては油断しきれないなんとも言えない日々ですが、旅行に行ったり、忘年会をしたり、以前よりは後ろめたさなく楽しむこともできるようになって来ているとも感じます。

私は、遅い夏休みを取り、12月の初めに家族と滋賀への旅行に出かけてきました。

1,2日目は、近江八幡市の街めぐりです。駅から離れた宿に泊まったところ、近隣の飲食店は18時には閉まってしまい、街のお惣菜屋さんやお肉屋さんの揚げ物での夕食となりましたが、それもまた街めぐりでもあり、旅の醍醐味でした。

3日目は、湖東三山を巡りました。山奥にあるお寺なのですが、国宝や重要文化財にも指定されている建物や像、美しい庭の数々で、歴史に詳しくない私でも、その威厳に圧倒されました。これらを作り上げること、維持すること、どれだけの人に支えられて来たのでしょうか。無宗教と言われる日本ですが、何かを信じ、敬



藤澤陽子(千葉大学医学部附属病院 看護部)

い、支えあう心は、どこかに影響しているのではないかと感じました。

4日目は、彦根城を訪れました。壮大な石垣に囲まれたお城で、神社仏閣とはまた異なる威厳にあふれていました。その築城には20年の歳月がかけられたそうです。琵琶湖の近くで水が豊富な影響なのか、大きなお堀に囲まれ、お城にたどり着くまでには坂や石段を登り続け、城内もほぼ垂直なのではないかという階段で登る必要がありました。大名を守るお城ですので、簡単に辿り着けないようにしているのは当然なのでしょうが、ここで暮らす人々は足腰が丈夫でないと大変だと要らぬ心配をしてしまいました。

もう終わりかけではありましたが、紅葉が美しく、歴史あるお寺やお城を巡る旅は、私にとって心の癒しとなりました。さまざまな色があるからこそ、そして枯れてもなお美しさを誇る紅葉に多様性社会のあり方を振り返ったり、ITだAIだといった先進技術の恩恵に預かる日々を少し反省したり、という4日間でした。

代々受けつがれて来ている歴史の大切さを忘れずに、来年の夏休みまでまたがんばっていきたいと思います。