

患者さんがしてもらいたいことを心がけたボランティア

— NTT 東日本関東病院 ボランティアの会 —

患者さんに喜ばれる ボランティアを目指して

NTT 東日本関東病院にボランティアが導入されて早や一三年、当初一名ではじまりましたが、九〇名を超える規模に成長してきました。

その背景として、ボランティア活動の意義を十分理解し対応してくれた病院の配慮と、多くの職員の方々がボランティア精神を受け入れてくれたことが大きいと考えております。

私がボランティアになろうとしたいきさつを述べてみたいと思います。かつて看護師として病院に勤務し、多くの患者さんと接しつつ、子育てをするという波風の少ない人生を送っておりました。しかし、一九九〇年、母が寝たきり老人になってしまったのです。私は、大家族の中で過していた母の気持ちを考え、入院させずに自宅介護を選

びました。それから七年間、週末の三日間を田舎で母の介護にあてるという

二重生活をし、母を見送りました。自分ながら良く続いたものと思うと同時に、その間母は地域の介護施設でデイケアをうけ、病院では気づかなかった優しさに触れ家族共々ありがたかったです。

その後、三八年の看護師生活にピリオドをうち、長い緊張から解放され、自由な世界に飛び込んだ思いでした。しかし、時の経過と共にリズムと緊張のない生活に飽きが来、何かしないと自分の人生がなくなってしまうと焦り始めた時、先輩よりボランティアコーディネーターとして入って欲しいと声を掛けられ、病院での経験が生かされるならと思い参加し現在に至っております。



山中 タイ
NTT 東日本関東病院
ボランティアの会

1940年生まれ。1963年NTT 東日本関東病院入社。2003年よりコーディネーターとして現在に至る。

ます。

病院ボランティアは、外来、図書、緩和ケア病棟の三つの分野で活動しています。外来のボランティアは病院にお見えになった患者さんに笑顔で挨拶、少しでも不安が解消され安心して受診できるよう心掛けています。当院は院内放送は一切ないため、待合室で自分の順番が来たのか分からず戸惑うご高齢の患者さんへの電光掲示板の見方や、入院院のお手伝い、車椅子の援助、エレベーターの案内などを行なっております。

一日の仕事の終わりにその日に起きたうれしかったこと、困ったことを話し合い、時に医療者として、介護者としての経験を踏まえてアドバイスを述べ、明日への方向性が見出せるようにして

おります。

患者さんの帰り際に「ありがとう」「助かりました」「ご親切に」等の言葉を掛けていただきますと、自分自身も助けられている生きがいになっていると感じております。

緩和ケア病棟のボランティアは、病棟開設当初、外来のボランティアが交代で一、二時間環境整備を行っておりましたが、二〇〇四年研修会を実施し、受講した方がボランティア活動をするようになり、内容も一段と充実してまいりました。研修では医師、看護師、心理士より患者の全体像を学び、重病をかかえ過酷な生活を送る患者さんへ、ボランティアがチームの一員となつて、少しでも穏やかな気持ちで心癒される日々を送れるような様々な形で応援しております。同時に患者さんだけでなく付添うご家族の方々に対しても細やか



ピアノ演奏

な言葉掛けを行なっております。

緩和ケア病棟での活動は、ボランティア各人の特技を生かして提供されており、以下のように多種多様です。

- ・環境整備、お花・植木の世話、介助浴の準備、縫い物等
- ・音楽療法（音楽療法士）
- ・アロマセラピー、リフレクソロジー
- ・ティーサービス、コーヒーサービス
- ・傾聴
- ・ピアノ演奏（プロ、アマ）
- ・写真
- ・フェイシャルマッサージ、メイクアップ

緩和ケア病棟の患者さんは、看護の手を借りなければ動けない方がほとんどで点滴などの機器や管をつけておられます。ある時、一人の患者さんが体調が良かったため箱根に家族と共に外泊を希望されました。しかし、その方は尿バックをつけておられ、バックが外に出て中身が見えることは本人にとつて恥ずかしく外泊をためらっていました。たまたま私がその数日前に尿バックカバーを製作し看護室に届けていたしたので、看護師がそれを思い出しカバーをかけてあげたのです。患者さんは、「おかげさまで楽しい旅行が出来ました」と医師、看護師を通して喜びの声を伝えてくれ、ささやかな気づかいが大きな喜びを産むことを教えられま



患者図書コーナーにて

した。これに勇気を得て、裁縫の好きなボランティアと共に数種のバックを考案・製作しました。それらを装着している患者さんを見掛けるたびに役立つ喜びを味わっております。

写真ボランティアが撮ってくれたポートレートは、笑顔に満ち溢れとても病人とは思えない美しい表情で私達に語り掛けて下さいます。また、「ひなまつり、お花見、お月見の会、クリスマス等」のお手伝いもしていますが、その会に参加する患者さんの笑顔を見るのは本当に楽しいひと時です。ましてや小さな小さな月見のお団子が、何も召し上がらなかつた患者さんの口に入った時のご家族の驚きと喜びの表情は忘れることが出来ません。

外来と緩和ケア病棟のボランティアの内容は異なりますが、それぞれの分野で活動出来る喜びは、患者さんにし



クリスマスコンサート

て差し上げるのではなく、患者さんを通して自分自身が助けられ教えていただいていることに尽きると思います。

看護の現場にいた時と現在では、患者さんへの視線が異なり、より一層患者さんの立場で考えられるようになったのは大きな収穫であり、今後のボランティア活動拡大への大きなステップに繋がると確信しております。

患者さんから 勇気と感動を頂いて

さらに年二回、病院が主催する「オータムコンサート」「クリスマスコンサート」でもボランティアは活躍します。広い一階エントランスはおよそ二百席、二階、三階の吹き抜けロビーにも多くの患者さんやご家族がベッドのままで、車椅子で、豊かな響きに聴き入るのです。この時は、参加可能なボランティアが一丸となって援助を必要とする患

者さんの搬送に当たります。昨年のクリスマスは、有名なジャズシンガーがゲストでしたので、七百人以上の聴衆で埋まり、ボランティア大忙しの一時でした。

これからも、多くのボランティアがその日その日を楽しく充実した時を過ごせるよう、雰囲気作りに日々心掛けていきたいと思っております。

ユニフォームである黄色のエプロンを

着用し、「おはようございます」と、玄関で患者さんをお迎えする朝の挨拶から、私のボランティアの一日が始まります。一日二十人以上もの多くの患者さんが来院され気が引き締まる思いです。外来ボランティアの活動には、

- ・院内のご案内・外来受診のご案内
- ・入退院患者さんの援助
- ・車椅子ご利用患者さんの援助
- ・タクシー、車などの乗降援助
- ・エレベーター、エスカレーター乗降

介助

- ・自動支払い機利用の援助（高齢者、車椅子使用の方）
- ・自動再来機利用の援助
- 等々があり、その活動は多岐多様にわたっており、共に活動するボランティアと分担して行なっています。

●人生初めてのボランティア

右も左も分からぬままこの外来ボランティアの世界に飛び込み、活動させて頂いて早いもので三年の月日が経ち



越石 一雄

NTT 東日本関東病院
ボランティアの会

1950年生まれ。1969年電機メーカー入社。2002年電機メーカー退社。2006年よりボランティアとして現在に至る。

ます。我が人生で初めてのボランティア経験でした。それまでの私は、入院を繰り返していた老いた母の介護のため三十数年勤めた会社を六年前退職し、母の介護に専念しました。何とか母の状態が安定してきた折、ふと心の中に「多くの人の支えがあり今の自分達があることに自分は何を持って恩返ししていけば良いのか」という思いが段々大きくなってきました。そして、インターネットで検索し、関東病院のボランティア募集が目にとまりました。



車椅子患者の介助

応募にあたっては、ボランティアの経験がない私にとって大変勇気があることでした。

●ボランティアを始めてから

多くの患者さんから心温まる言葉を掛けて頂いています。「ボランティアの皆さんに親切にして頂いて助かります。感謝感謝です。ありがとう」「自分が元気だったらボランティアをしてご恩返ししたかったができない。あなたのようにボランティアができることは幸せですよ。頑張ってください」と。

これは、関東病院のボランティアの皆さんの努力によって、患者さんに認められ信頼されている証でもあると思います。私がボランティアを始めてから心に残ったエピソードをご紹介します。



お花見

●共に歩んだ人生

年配のご夫婦とお話する機会がありました。ご主人が、つい最近胃がんの手術をされたところで車椅子の援助をし、院内の各所へご案内致しました。数年前には、心臓の手術も関東病院でされたことでした。大病と闘い、痛み苦しみ乗り越え元気になられたそのご主人の傍らには、奥様がいつも付き添われて、穏やかなご夫婦のお姿がありました。ご主人を思いやり支えてこられた温かく深い奥様の「愛」に対しご主人は、「うちの奥さんにどんなに助けられたことか。これからの人生、奥さんに恩返ししていきたいと思っています。今まで自分のやりたいことをさせてもらった。もう思い残すことは無い。どのくらいのことが出来るか分からないが、この命がある限りこの命をもつ

て恩返ししていきたい」と私に、目に涙をためその熱い思いを語られました。それを聞いておられた奥様も、そっと目頭を押さえられていました。私は、ご夫婦共に歩む人生、何にも代えがたい「命」の実りある時間を過ごして頂きたいと思いました。

●すべてを受け入れて

私用で買物へ出掛けた時のことです。丁度昼時となり、お腹も空き軽食の食事処へ入りました。きつねうどんを注文したのですが、昼時であいにく混んでいたため中年女性と合席となりました。その女性は、カレーライスを一一口噛みしめながらゆつくりと食べておられました。そして、うどんを半分位食べた時女性から、「あなたのおうどん、おいしそうね」と声をかけてきました。この会話をきっかけに、次のような会話に進んだのです。

女性「私はがんを患っていて人生残り少ないのです。数年前に乳がんの手術したんですが、その後の検査で再発・転移がわかりもう大分進行しているんです」

私「そのような状況でも、少しでも命の時間が延びるよう抗がん剤や手術はしないのですか」

女性「がんを知らされた時は、もう頭の中は真っ白になり一時は、生きて



リフレクソロジー

いく希望も目的もなくなりました。手術はしたのですが残念ながら再発・転移は防ぐことはできませんでした。これからの人生、もう決めているんです。私は、もう助からないのは分かっています。ですから、入院や延命治療はしません」

私「緩和ケアがあることをご存知ですか。がんと闘い悔しいかな末期のがんとになり、与えられた人生の時間を悔いなく過ごせるよう、先生や看護師や多くのボランティアが一つになって患者さん一人一人を支えてくれる病院なんですよ」私は、関東病院にも「緩和ケア科」があることをお伝えしました。

女性「緩和ケアのことは、知りませんでした。そのような緩和ケアに入院され、人生の最期をここで迎えられる患者さんは、本当に幸せですね。自分もそうできればいいけど……」



陽気にさそわれお散歩

(……しばらくの沈黙……)

私は目の前の真実をみつめ、自分の運命を悟りました。自分の運命を静かに心に受け止め一日一日を大切に生きていきます」

女性は、こう話されて涙を流し目頭をハンカチで押さえ泣きだされました。私は、この女性がどのような人生を歩まれたのか分かりませんが、今自分の置かれている真実の姿を運命と悟り全て受入れ、勇気を持って生きていくお姿に胸にグッとくるものがあり、あふれる涙を止めることが出来ませんでした。そして、私がうどんを食べ終えて女性と別れる際、女性からの「二度とない人生、一日一日を大切にしよう」の言葉とともに、その女性の生きる姿を深く心に刻みました。自分が、女性のような境遇になった時、果たしてどのような思いで人生の時を過ごす

でしょうか。

●これからの私のボランティア

私は、成人となつてから現在まで大きな手術や怪我の経験はありませんが、ボランティアを通じ患者さんと触れ合う中、多くのことを学ばせて頂いております。病氣や怪我により、落ち込み、苦しく、悲しく、悔しく、時には絶望の淵に立ち心身の痛みを人生の途上で我が身に受ける不条理、その嘆き悲しみに心の底から涙流します。病氣や怪我を経験して、人間は一人では生きてはいけないこと、多くの支え大きな「愛」に包まれ今の我があることをより深く知ります。やがて、現在の自分の真実の姿を理解し受け入れ、勇気を出して病氣や怪我と闘い自分の人生を前向きに生きておられる患者さんのお姿に、ボランティアをさせて頂いている私の方が、「勇気」と「感動」を頂いて励まされています。患者さんが心穏やかに大切な一日を過ごされるよう、私のできる時に、できることで少しでもお役に立ち、奉仕する心を更に高めていきたい。やがて迎える我が人生の終日、じつと我が人生を見つめていた神様やご先祖様に「良く頑張つて生き抜きましたね」とお褒めの言葉を頂けるように、これからの人生、「心」を磨いていきたいと思います。

ティーサービス



○三年夏、ティーコーディネーターの資格を取り、食器を揃え準備を整え社会福祉協

会に入会した。喪失感に打ちのめされ立ち直れそうになかった。何かをしなければならぬ。緩和ケアで過ごされている人にとって時間だと思っていた。想い出と語り合う中で再び歩きだすためするべき事は何か教えてもらったからだと思う。

年月は静かに通り過ぎて行く。関東病院の緩和ケア病棟でティーサービスを始め五年。大切な人を亡くし深く沈んでいく心の中に想い出だけが雄弁に語りかけてくる。死と向き合っている人に語る言葉はむなしく、ただ見守り寄り添うことしか出来なかったあの時。穏やかに過ごせる時間をほんの少しでも作りたいと願った記憶の時間が蘇る。

ティーサービスで 患者さんに潤いを

議会へ相談に行った。自分の思いがボランティアとして受け入れられるものなのか不安だったが「それこそボランティアです。頑張ってください」と関東病院のボランティアコーディネーターのUさんを紹介してくださった。Uさんから今年の秋頃に緩和ケア病棟にボランティアを初めて受け入れる予定だとお話をうかがい、その後四日間の研修と健康診断を受け、○四年一月から毎週土曜日の午後、ティーサービスを始めることになった。同じ研修を受けていた花を愛するFさん、やさしいKさん、若いHさんと四人のチームで現在に至っている。

ティーサービスは病棟の談話室で行なっている。ここにはキッチン設備だけでなく、ピアノやオーディオ、テーブルセットが五組あり、リビングルームのようなしつらえになっている。病棟の中であっても日常を取り戻してほしいと思い、患者の皆様だけではなくご家族、ご友人と共にテーブルを囲み、時には看護師、ドクターとも同じテーブルで紅茶を召しあがっていただいたり、病室へルームサービスでお届けしたりしている。

「今日の紅茶は何ですか」
「今日はスリランカのヌワラエリアです」
「もう一度言って。メモしておくから」
こうした会話もとてもうれしい。

それぞれの人生が、生死が交差する病棟の中で、誰にとっても無理のない心のバランスを保つためには、自分の周囲にある様々の事柄に感じていく心の気づきが大切なのではないかと思っている。テーブルクロスの上に飾られた花を見て美しいと感じ、流れる音楽を聴いている自分を感じ、ティーカップに注がれる温かい紅茶の香りに心が開かれていくと感じているそれぞれの人の気づきがいい時間を作っていく。「穏やかな時」は、幸せな夢のつづきであり、人々とあたたくふれあえることは、自分の救いでもある。



大宮 敏子
NTT 東日本関東病院
ボランティアの会

1950年生まれ。2002年某パレール会社退社。2003年よりボランティアとして現在に至る。