



ひょうご人権ジャーナル

KIZUNA

きずな

特集 いのち

いのち輝かせて
今を生きる

INDEX

- ② 言うほどたいしたことなかったで～！
木下 ほうかさん(俳優)
- ③ 大震災で両親と妹を亡くした青年に
感動するいのちの尊厳
高木 慶子さん(上智大学グリーンケア研究所 特任所長)
- ④ “はいいのちの電話です”
福田 和臣さん(社会福祉法人はりまいのちの電話 理事長)
- ⑤ 一人で悩まず賢い患者に
山口 育子さん(認定NPO法人ささえあい医療人権センター
COML 理事長)
- ⑥ 仮設住宅が陥る復興時の人権とは
北原 啓司さん(弘前大学教育学部・同大学大学院地域社会
研究科 教授)
- ⑦ のじぎく文芸賞 詩部門 優秀賞
「こんどはだれかが」
武田 奈々さん(宝塚市立宝塚小学校3年生)
- ⑧ 情報ぷらざ



現在、いじめや虐待などの人命軽視の事件や自殺など、「いのち」に関わる多くの問題が発生しており、改めて「いのち」を大切にし、守り、共に支え合う社会の重要性が問われています。

本号では、「いのち」の尊さを感じ、一人ひとりがかけがえのない個人として尊重される社会について考えてみましょう。



Profile

1964(昭和39)年生まれ。大阪府出身。映画「かぞくいろーRAILWAYS わたしたちの出発ー」、ドラマ「下町ロケット」、バラエティ「痛快TVスカッとジャパン」等、テレビ・映画に数多く出演中。2017(平成29)年にACジャパン骨髄バンク支援キャンペーンCMに出演。

この人に
聞く!

言うほどたいしたことなかったで〜!

俳優

きのした
木下 ほうか さん

木下ほうかさんは、芸能界で実際に骨髄提供をされた数少ない一人です。昨年11月に、ドナー(骨髄提供者)登録・骨髄提供について多くの方に呼びかけようと、骨髄提供の体験を出版された木下さんに話を伺いました。

骨髄バンクにドナー登録したきっかけは

以前から、献血によく行っていました。献血ルームはゆったりとした空間でサービスも充実しているのので、次第に献血が趣味のようになっていきました。

よく行く献血先に骨髄バンク啓発ポスターが貼っているのを見て興味をもったのがきっかけ

けで、40歳になった2004(平成16)年にドナー登録をしました。

適合通知を受け取り、提供を決意されるまでの気持ちは

骨髄が適合する人が見つかった通知があるのですが、登録したものの、なかなか通知は来ませんでした。「いつ適合者が現れるのだろうか」と思っていたある日、突然通知は届きました。登録してから5年も経過していたので驚きました。届いてしばらくは悩みましたが、「僕が行動を起こすことで、助かる命があるかもしれない」と思い決意しました。仕事のこともあるので家族や事務所からは反対されましたが、必死に説得しました。

提供するまでの不安や悩みは。また気を付けたことなどは

正直、不安はありましたが、やる気の方が勝っていました。当日までけがをしないように、風邪をひかないようにと、気を配って生活しました。手術が無事に終わり、役目を果たすことができたとはっとしました。

だが、振り返ると良好な体調を保つためにと、かなり神経質になっていました。

提供の前後で「いのち」に対する気持ちの変化は

手術が終わってみると、通知が届き提供を終えるまでの約4か月間の不安や悩みは消え、やり終えた達成感がありました。行動ひとつで「いのち」を救えるのだと思いました。

骨髄提供の経験は、木下さんの今後の活動にどうつながりますか

骨髄提供に向けて患者さんともにも歩むという経験は、かけがえのないものでした。俳優としてだけではなく、人としての幅も大きく広がってくれたと思います。提供できる年齢(55歳)を超えてしまいましたが、これからも、骨髄バンクのドナーが増えるように、多くの人に伝えていきたいです。



『僕が骨髄提供をした理由。言うほどたいしたことなかったで〜!』(辰巳出版)2018年11月26日発売

大震災で両親と妹を亡くした青年に感動する いのちの尊厳

大震災後の悲しみ

2011(平成23)年3月に発生した東日本大震災より8年の歳月が流れましたが、まだまだ悲しみと苦難苦悩の中におられる方々のことを忘れないでいたいと願っています。今でもわたしは、2か月に一度は被災地を訪ねていますが、その現場で出会う方々のこころの状態は、悲しくも辛いものがいっぱいあります。

今でも交流がある青年は、地震当時は中学一年生でした。両親と妹を津波で亡くし、家族の中で一人残された彼は、母親の妹であるおば様の家族と生活していましたが、母親との別れの状態について話してくれました。

津波で家ごと流されている母親を見つけた彼は、母親を助けるためにその中に飛び込もうとしたが、近

くにいた友人たちが「危ない」と言って彼を強く抱きかかえて離さなかったそうです。津波に飲まれていく母親の姿を見ているだけであつたことが、どれ程に辛いことだったかと、いつも彼に会って話を伺うたびに、私のこころも痛くなります。

また、この青年だけでなく、子どもを残して去って逝くときの母親の気持ちはどうであつたのかと、そのことが私のこころを強く悲しませます。

苦しみと向き合いながら

その彼は、今では大学生となっていますが、「自分の苦しみを無駄にしたいくない。しかし、決してその苦しみや悲しみを食い物にはしたくないです」と、歯を食いしばって勤勉な大学生として生きています。会うたび

に、私はその姿に感動します。

「食い物にしたいくない…」との言葉に、初めは驚きましたが、彼の説明でよく理解できました。時々、壮絶な辛い体験をした方々が、それを無駄にしないようにと精力的に活動をされますが、彼にとつては、そのような姿が却って自分自身を苦しめるそうです。感じ方は人により、理解はまちまちですが、彼は、「体験した人は謙虚に自分自身の体験を語ってほしい」と、胸の内を語ります。

生きる力を信じて

大切な人を失い、悲観し苦悩する人のこころの状態は、同じ体験のない者には理解さえ出来ないことであると思いますが、しかし、まだ若く大学生である、両親と妹を亡くし、独りぼっちになった彼の言葉に

は力があるように思います。

そしてまた、「人は、置かれた状態がどうであれ、そこで生き抜くことが大事であり、自分の中に生きる力があることに気付き、それが、自身のアイデンティティであることに気付いてほしい」と語る彼の姿に、いのちの尊さと尊厳を感じるのです。

上智大学グリーンケア研究所 特任所長

高木 慶子 さん
たかき よしこ



Profile

熊本県生まれ。聖心女子大学文学部心理学科卒業。上智大学神学部修士課程修了。博士(宗教文化)。2013(平成25)年4月から現職。生と死を考える会全国協議会会長。兵庫・生と死を考える会会長。一般社団法人グリーンケアパートナー理事。援助修道会会員。日本スピリチュアルケア学会理事長。三十数年来、ターミナル(終末期)にある人々のスピリチュアルケア及び悲嘆にある人々の心のケアに携わる。

“はいいのちの電話です”

社会福祉法人はりまいのちの電話 理事長

福田 和臣 さん
ふくだ かずおみ

いのちのSOSに寄り添って

受話器からはさまざまな“声”

が聞こえて来ます。女性の声、男性の声、若い人の声、高齢者の声。その声の調子は低く重かったり、明るく淡々としたり、時に早口であったりします。息を整えながら、しかし第一声が出せず、その後も沈黙が多く感性の処理にエネルギーを要するような声もあります。

“声”はその人の持つ課題や状況を相談者（員）に伝えます。相談員が緊張するのは「いのちの電話」が自殺防止など命の瀬戸際で大きな役割を担っているからです。

私たちは、無縁社会、核家族、少子高齢社会、そしてグローバル化し、便利さが追求される社会の流れの中で生活しています。社会において、地域福祉や助け合いの必要性が叫ばれる背景には社会の影響を受けてしまった“ひとりの人”がいるの

ではないでしょうか。

ひとりの人の存在を大切に

「いのちの電話」は、社会福祉協議会や県・市の助成、各種企業からの支援を得て、受話器を通して、その人の今、現在と寄り添い、向き合っています。相談員は、ボランティアとして2年間の研修を受講し活動しています。1998（平成10）年に自殺する人が3万人を超えたことは大変な社会問題でした。今後、自殺者が2万人を切り、さらに1万人をめざす取り組みが実れば、とても大きな成果であり、喜ばしいことです。しかし、「いのちの電話」は統計で表される「人たち」ではなく、ひとりの人の存在を一番大切に考えています。“死”の淵を見ている人、あるいはそこへ向かおうとするかもしれない“その人”の声を聴くことを大切にしています。

寄り添い、共に歩く

グローバル化の波は国境を越え、私たちを次の世界に導いています。全体主義は個人を大切にする思想へと変わろうとしています。しかし、個人と個人の対立はなくなり、その裏には利害の影が垣間見られます。個人主義の下で個人が埋没していく矛盾はなかなか手ごわいものがあります。

「いのちの電話」が脚下照顧（きやくしやうかん）を忘れず、その活動を強めることが、私たち自身の生きづらさを少なくすると信じています。

「いのちの電話」はイギリスで始まった世界的なボランティア活動です。日本でも全国の都道府県において、連携や研修を重ねながら社会の負託に応えるべく活動しています。

私たちは、プロの相談員としてではなく、生身の人間として、善き寄り添い人として共に歩むことを志



しています。ひとつの出会いから、広がる世界をめざして、一人ひとりの“声”を聴き、“声”を支える活動を続けていきます。

※平成10年国内の自殺者が3万人を超えた。平成24年から3万人を切ったが平成29年も約2万1千人が自殺している。（警察庁調べ）

はりまいのちの電話
相談ダイヤル

TEL 079（222）4343

受付時間 午後2時～午前1時

※相談無料 ※相談内容の秘密は守ります
※名前をおっしゃる必要はありません

Profile

1944（昭和19）年生まれ。「神戸いのちの電話」相談員を経て、「はりまいのちの電話」の設立に関わり、2013（平成25）年から現職。一般社団法人日本いのちの電話連盟理事長。社会福祉法人愛心福祉会理事長。社会福祉法人ひまわり理事長。社会福祉士。精神保健福祉士。

一人で悩まず賢い患者に

認定NPO法人

ささえあい医療人権センターCOML 理事長

山口 育子 さん

COMLの活動の原点は

COMLが活動をスタートした1990(平成2)年当時、ほとんどの医療に関する情報は患者に開示されていませんでした。病名も病状も、薬の名前すら隠されていた時代です。多くの患者は「医療のような専門性の高い問題について説明を受けても理解できない」と初めから諦め、受け身でお任せに甘んじるしかないと思っていました。

しかし、それに疑問を投げかけたのが私たちCOMLの原点です。病気は時に、いのちや人生をも左右します。そのような大切な問題をたとえ専門家といえどもすべて「お任せ」でいいのだろうか。私たち患者一人ひとりが「いのちの主人公」からだの責任者」としての自覚を持った「賢い患者」になりましょう」と呼びかけたのです。

考えること、伝えること

「賢い患者」というときの「賢い」と

は、決して頭でっかちになるのではなく、「意識」の問題だと考えています。COMLの考える「賢い患者」とは、病気を自分の持ち物と自覚し、医療者からの説明を理解する努力をし、自分はどうのような医療を受けたいか考えることができる患者です。最近では詳しく説明がなされ、治療の選択肢が複数示されることも増えてきました。また、選択肢が一つだとしても患者には「受ける」「受けない」「二択は必ずあります。私たちは、考えた結果はしっかり言語化して「私はこういう理由でこの治療を選びます」と伝えましょうと呼びかけています。その上で患者が治療を受けるか決めたら、医療者とコミュニケーションをとりながら、患者が自分にできる努力や役割も認識して積極的に参加して治療を受けるように勧めています。しかし、いっどんな病気になるかは予想できないだけに、急に判明した病気に戸惑うこと

もあります。「一人で悩まない」ことも「賢い患者」の心構えの一つと位置づけて支援してきました。

一人で悩まないで

悩む患者のパートナーとして、COMLが28年半にわたり地道に日常の活動の柱と位置づけてきたのが電話相談です。これまで全国の患者・家族からの6万件を超える相談に対応してきました。

皆さん、医療に関する悩みがあれば、一人で悩まず、まずはお電話で気持ちを伝えてみませんか？



Profile

大阪生まれ。1990(平成2)年8月に卵巣がんを発症。約1年半にわたる治療を受けている途中COMLと出会い、1992(平成4)年2月スタッフとなる。2002(平成14)年COMLのNPO法人化とともに、専務理事兼事務局長に就任。2011(平成23)年8月より現職。2016(平成28)年7月認定NPO法人となる。著書に『賢い患者』(岩波新書)。
<http://www.coml.gr.jp/>

きずな図書館

私は、看取り士。
わがままな最期を支えます

著者/柴田久美子 発行所/株式会社佼成出版社



「看取り士」とは、ご本人や家族が、いのちの最期を意識された時に寄り添い、支援し、見送る人のことで、全国に350人ほどいます。著者は「尊厳ある最期が守られる社会」を目指して、2012(平成24)年に「一般社団法人日本看取り士会」を設立し、看取りの尊さを伝えてきました。

本書では、著者が実際に看取りを行った具体例をもとに、身近な人の看取りの際の心構えやかかわり方、エンディングノート活用の仕方、不安や悲しみのケア方法を紹介しています。また、「看取りはいのちのバトンの受け渡し」として、逝く人からいのちを受け継ぐことの大切さについても伝えていきます。

現在、日本では多くの人が病院などの医療施設で最期を迎えますが、高齢者の半数は自宅で最期を迎えることを希望しています。(高齢者の健康に関する意識調査「内閣府、2012年」)

本書には、著者がこれまで200人以上を看取った経験から得た、より良い人生、より良い最期を迎えるために、いのちと向き合っていくヒントが盛り込まれています。

きずな TOPIC

東日本大震災に
起因する人権問題

仮設住宅が陥る復興時の人権とは

震災復旧と人権

2011(平成23)年3月に

発生した東日本大震災から時間が経過し、家を失い仮設住宅に入るしかなかった皆さんも、従前地での自力再建あるいは高台移転による新たな住宅や復興公営住宅への入居等により、仮設住宅から出た人々が大半になってきました。しかし、それまでの間に発生せざるを得なかった人権の問題を軽視することは出来ないのではないのでしょうか。

そもそも、「仮設住宅」という言葉に問題があります。勤勉な日本国民は恒久住宅に移り住むという考え方があり、いずれ恒久住宅に移動するまでの応急措置である住宅は、まさに「仮の住まい」という位置づけでしかありませんでした。

しかし、仮設住宅に居住する人々を、一言で「仮の住まい」の被災者という表現でまとめるはいけません。例えば、年金生活者に代表される高齢者世帯は、希望を持ってぬまに失意と心細さの中で生活をしながら、それでも次の暮らしを自分で考えていかなければなりません。それでも、家賃が無料なのだから、人権的にも問題はないという考え方があります。

現実の「場所」を支える復興を

小学校一年生の子にとっては入学式の

朝は、人生でただ一度だけの特別な朝だったはず。その親にも、一生忘れられない思い出になったはず。仮設に住んでいるからといって決して「仮の入学式」ではありません。それでも入学式ができるだけいいという考え方がマスコミにはあります。

仮設住宅の人権問題は、実はここにあります。仮の「空間」であっても、居住者の人生の中では、まぎれもなく現実の「場所」になっていきます。前述の入学式に出た子の他にも、新婚生活を始めたカップルがいます。また、大事な人生の最期を仮設住宅で迎えた人もいました。仮設であっても、そこは生きる「場所」なのです。

復興まちづくりに、本来に必要な視点は、地域住民の前向きな眼差しです。仮設住宅に住む人々に対する単純に「庇護される人々」という先入観を払拭する必要があります。前を向こうとしている人々が仮設住宅地には必ず存在しています。復興は、彼らの声と向き合って、普通の暮らしができる人権を大事にするところから始まるのです。

弘前大学教育学部・同大学大学院地域社会研究科教授

北原 啓司さん

Profile

専門は「まち育て」。各自治体の都市計画や景観に関わる委員を務める傍ら、東日本大震災以来、各被災地の復興まちづくり活動に携わっている。著書に「空間を場所に变えるまち育て—まちの創造的編集とは—」(萌文社)、「まち育てのススメ」(弘前大学出版会)等。



きずな映画館

あの日のオルガン

本作は第二次世界大戦末期、東京の下町から埼玉の山村へ前代未聞の保育所の疎開を決定し、53人の幼い命を戦禍から守った保育母たちの実話です。学童疎開が実施された一方、未就学児の多くが空襲警報に怯えながら戦時託児所に通っていた一九四四年。戸越保育所の主任保育母・板倉楓は「せっかく芽生え始めた幼い感性を戦争の犠牲にしたい」と保育所の疎開を所長に提言します。ようやく見つけた受け入れ先はボロボロの無人寺。「疎開保育所」の看板を掲げ、子どもたちの「文化的生活」を守るため、東京からオルガンを運び、花を飾ります。ぎりぎりの物資と人手で24時間子どもたちと生活をともにするのは想像以上に過酷でしたが、新米保育母の光枝はじめ若い保育母たちは知恵を絞り、保育者として成長していきます。翌年3月、大規模な空襲が東京を襲い、疎開園児の家族からも犠牲者が出ます。「親子を引き離した自分の行いは正しかったのか」「親を亡くし生き残って、それでも子どもたちは幸せなのか」。楓は悩みます。疎開保育園の10代20代の若い保育母たちが、親に代わり子どもを懸命に守ったその姿は、子どもを守り育てることの意義を現代社会に問いかけています。



©映画「あの日のオルガン」製作委員会
監督・脚本：平松恵美子
出演：戸田恵梨香・大原櫻子、119分
2月22日から神戸国際松竹・MOVIXあまがさきで公開
お問い合わせは、078(331)6100
(株)兵庫県映画センター

のじぎく文芸賞 詩部門 優秀賞

(学齡児童生徒の部)



こんどはだれかが

お母さんと電車にのった

せきがあいていたのですわった

電車はこんできた

とちゅうのえきで、おばあさんがのってきた

せきはあいていなかった

おばあさんはつりかわにつかまった

近くにすわっていたお姉さんはスマホを見ていた

お兄さんは、いねむりを始めた

だれもせきをゆずらなかった

電車がゆれた

おばあさんのうしろすがたが、小さく見えた

わたしのおばあちゃんみたいに見えた

「せきをゆずってあげなくちゃ」

わたしとお母さんは、せきをゆずった

おばあさんは、「ありがとう、ありがとう」

にこにこして言っていた

わたしもお母さんも、うれしくなった

わたしが、知らないおばあさんにせきをゆずったみたい

にこんどは知らないだれかが、わたしのおばあちゃんやおじい

ちゃんにせきをゆずってくれたらうれしいなあ



宝塚市立宝塚小学校 3年生

武田 奈々さん

のじぎく文芸賞 作品集 講評より

おばあさんに席をゆずるといふ、よくある話題ですが、この詩のよいところは、そのおばあさんを、「わたしのおばあちゃんみたいに見えた」と感じているところです。見知らないおばあさんを、自分のおばあちゃんに置き換えることは、何気ないように見えて、とても大切な心のはたらきなのです。それは一言で言うところ《想像力》ということになりませんが、他人の身を自分の身に置き換えることができる人は、人の痛みやつらさを自分のものとして感じることが出来ます。実はこの《想像力》は、言葉があるからこそ人にも伝えられるのです。「おばあさんのうしろすがたが、小さく見えた」という表現から、作者の胸の苦しさやつらさがよく伝わってきます。

最終連もいいです。「知らないだれかが、わたしのおばあちゃんやおじいちゃんにせきをゆずってくれたらうれしいなあ」。ここにも自分をほかの人に移し替えて考えようとしています。このような他者と自分との取り替えが、人と人をつなぐ結びつける力の元になるように思います。

詩人・児童文学者

のじぎく文芸賞審査委員

時里 二郎

※のじぎく文芸賞作品集は、兵庫県人権啓発協会のホームページからご覧いただけます。

3月は自殺対策強化月間です

兵庫県では、自殺やうつ病等の精神疾患についての県民各層への正しい知識・理解の促進、様々な悩みや問題を抱える人のための各種相談窓口を設置し、自殺予防に取り組んでいます。

お悩みのある方は、下記相談窓口をご活用ください。

相談窓口	電話番号等	相談日時・間帯及び内容
いのちと心のサポートダイヤル	078-382-3566	月～金曜 18:00～翌8:30、土・日曜・祝日は24時間 対応：精神保健福祉士・臨床心理士等
LINE@「いのち支える」	ID:@nyl0284n アカウント名：「いのち支える (兵庫県いのち対策室)」	友だち追加すると、相談窓口の情報やいのちと心のサポートダイヤルのLINE電話相談への案内が届く。 LINE無料電話相談 18:00～22:00(毎日) 対応：精神保健福祉士・臨床心理士等
兵庫県こころの健康相談(神戸市以外)	078-252-4987	火～土曜 9:30～11:30 13:00～15:30 対応：保健師、精神保健福祉士
自殺予防とこころの健康電話相談(神戸市内)	078-371-1855	月～金曜 10:30～16:30
働き盛りSOSダイヤル「こころの電話相談室」	050-3335-3365	3月30日までの毎週水曜・土曜 18:00～22:00 対応：産業カウンセラー

EVENT GUIDE

イベントガイド



イベント名 篠山市 男女共同参画研修会

日時 3月16日(土) 13:30～15:00

場所 篠山市民センター 2階多目的ホール

※JR福知山線「篠山口駅」より神姫グリーンバスで「二階町」下車 北へ徒歩約5分

内容 講演：「ともに暮らす」を考えよう～家庭と地域の男女共同参画から～

講師：栗木 剛さん(mottoひょうご 事務局長)

※事前申込不要 ※手話通訳有 ※託児有(事前申込必要3/7(木)まで)

問い合わせ 篠山市民生活部 人権推進課

TEL 079(552)6926 FAX 079(554)2332

※その他のイベント情報は、当協会ホームページ「研修会・イベント情報」をご覧ください。

ラジオ関西「谷五郎のこころにきくラジオ」(毎週月曜 10:00～15:00)で、14:35頃から「きずな」の記事等を紹介しています。

HALF TIME



先日の新聞に小学生の女の子が、捨てネコを拾って飼うようになったことを投稿していました。「動物にだっていのちはある。たった一つのいのちを大切にしてほしい」と伝えていました。感性が豊かといわれる児童期に「いのち」について真剣に考える少女がまぶしく感じられました。

いのちはかけがえのないものです。今月の「きずな」では、いのちとどう向き合うかが考えられるよ

うに編集しました。自他のいのちを守り支え合える社会、限られたいのちを懸命に生きる人を支えられる社会、そんなあたたかく、一人ひとりが大切にされる社会づくりについて、「きずな」を通して読者の皆様と考えていきたいと思います。

来年度もよろしくお願いいたします。(西村)

*きずな4月号の発行は4月初旬予定です。

