

まずな

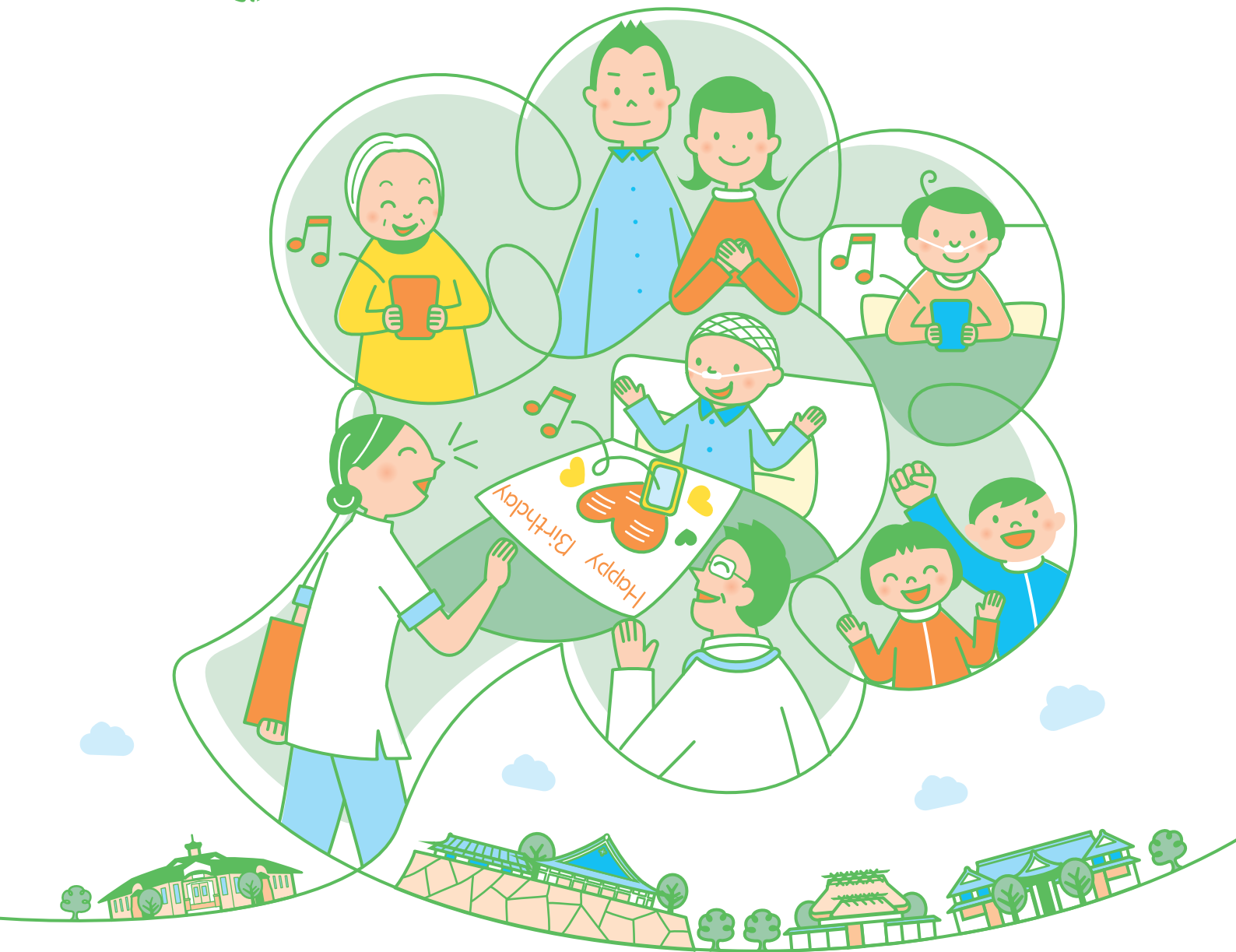
KIZUNA

3

2022年
令和4年

特集 いのち

互いを支え合い、
今を生きる



INDEX

- 2 「他者の死に伴走することで気づいたこと」
溝渕 雅幸さん（映画監督）
- 3 「私たち一人ひとりにできる自殺予防」
小高 真美さん（武蔵野大学 准教授）
- 4 「患者の「生きる」を考える
～がん患者さんと社会をつなぐ、医療者のアピアランスケア～」
野澤 桂子さん（目白大学看護学部 教授）
- 5 「コロナ禍における人身売買：「自己責任論」の影で」
佐々木 綾子さん（千葉大学 准教授）
- 6 のじぎく文芸賞 詩部門 最優秀作品
「雨の交差点」 後藤 益男さん
- 7 ふれあいサロン
- 8 情報ぷらざ



多発する自然災害や人命軽視による事故や事件、病による命の喪失、生きる意味を見失い孤独や喪失感などから自ら命を絶ってしまうことなど、「いのち」に関わる様々な問題が発生しています。

本号では改めて命の尊さを知り、人と人がお互いを大切にしていけるとともに、尊重し合える社会について考えてみましょう。

特集 いのち

他者の死に伴走する「う」で 気づいたこと

映画監督

溝渕 みぞぶち

雅幸 まさゆき さん



プロフィール

大学を中退後、夕刊紙記者、広告制作会社勤務を経て1990年からフリーランスで映像制作に携わりテレビドキュメンタリーや企業CMなどの演出を手掛ける。2013年から終末期医療や在宅医療をテーマに映画を公開。監督作品に「いのちがいちばん輝く日」「四万十 いのちの仕舞い」「結びの島」など。

いのちや終末期医療をテーマにドキュメンタリー映画を制作されている溝渕監督にお話を伺いました。

Q いのちや終末期医療の映画監督になられたきっかけは

A テレビの番組制作で、ホスピス病棟取材したことがきっかけです。ただ遠因としては、阪神・淡路大震災の発災直後の現場取材があります。記者時代から事件事故などの取材で人の死には接してきましたが、震災の取材で短時間に数多くの死を目の当たりにしたことは大きな衝撃でした。その後毎年のように1月17日に向けて取材を続けました。その中で、死について深く考えるようになり、「看取られる死」について病院での医療現場や医師への取材を始めました。ただこの「死」の現場は、ひるがえって「生や「命」の取材となりました。

Q 新型コロナウイルス感染症に罹患されて感じられたこと

A 入院生活で感じたことは、もし今両親や家族の身に何かあっても会うことが出来ないという恐怖でした。またコロナ患者の死は家族や大切な人に看取られる

ことがないという事実の理不尽さでした。病気による死にも区別があるということ、言いようもない、一種怒りにも似た感情が沸き上がりました。コロナ禍が続く今も大半の病院や老人福祉施設では面会が制限されています。せめて命の限り、終焉が見えている患者や入所者への面会には配慮が必要であると考え続けています。そのために、病院や施設には「会いたい」と願う家族への可能な限りの工夫や配慮を求めたいと考えています。その実現のためには、私たち一人一人が、普段から他者の「死」や「命」へ思いを馳せることが必要であると考えています。

Q 映画制作への思い

A 生命の終末期や看取りの現場は、次世代への「命の継承」の現場であると考えています。

大切な人の死は、悲しみに満ちたものです。しかし、失われゆく大切な人の命に伴走することは、その人の生きた時間を共有することであり、その人の人生を共有することにつながります。大切な人の「命」に伴走することは、「命」のはかなさや大切さを再認識するとともに、生きる

力を与えてくれると考えています。

Q 今後の抱負

A 終末期医療や在宅医療の現場を取材した映画作品をこの十年で三作監督してきました。今現在も同じテーマで二本の映画を制作中で、これらの作品は2023年に公開予定です。しかし、多分その後も同じテーマで映画を撮り続けると思います。なぜなら一つの「生」や「死」にはそれぞれのドラマがあり、その「命」に伴走する人々にもそれぞれのドラマがあります。「命」は決して一様ではないからです。

Q みなさんへメッセージ

A 私は命の現場を取材することで、自分の死、家族や大切な人の死、さらには自分には直接関係のない人の死に思いをはせることが、「生」の実感を生み、「命」を慈しむことにつながるという気づきを得ました。「死」をタブー視することは「命」を軽視することになると思っています。

溝渕監督より「いのちがいちばん輝く日」のDVDを読者の皆様へのプレゼントとしていただいております。詳しい内容はP8に掲載しています。

私たち一人ひとりにできる 自殺予防

武蔵野大学

准教授

小高 こだか

真美 まなみ

さん

日本は先進7か国の中で自殺が最も多い国です。自殺予防は社会で取り組むべき喫緊の課題です。

自殺を考える人の背景

自殺は、複数の要因が重なって起ります。様々な生きづらさが重なる、適切な判断が難しくなり、問題解決のために「自殺」以外には考えられない状態に追い込まれてしまうことがあります。しかし、100%死を決意しているのではなく、「死にたい」と「生きたい」の二つの間で揺れ動いているとされています。また、自殺を考えるほど追い込まれた人は、強い孤立感や孤独感を感じています。このような状態にあると、「どうしたらよいか分からない」「相談しても仕方がない」などのように、誰かに相談することをためらったり、拒んだりすることがあります。

気づいて話を聴くところから

では私たちに何ができるのでしょうか

か。自殺を考えるほど追い込まれた人は、何かしらの自殺の警告サインを発していると言われています。ただし、様々なサインが知られており、人によっても異なります。ですからまずは、身近な人の「どこかいつもと違うな」という状態に気づき、声をかけ、じっくりと話を聴きます。アドバイスや提案の前に、まずは話を聴いて一緒に悩むことと自分が助けになります。

また、自殺を考えている人は、「死にたい」と口に出さないこともあります。そのためこちらから、「立ち入ったことをお伺いしますが、死にたいと考えていますか」のように、自殺を考えているかたずねることも重要です。自殺の考えをたずねると、自殺の後押しになるのではないかと思うかもしれませんが、それ自体が背中を押すことはないと言われています。本人は「苦しい気持ち」を言えて安心した「自分のことを分かっただけ」のように感じることもあるようです。

自殺を考えていたら

悩んでいる人が自殺を考えていたら、話を聴いた人が一人で抱え込まないようにします。一人で解決策を見出すことは困難ですから、相談機関などにつながることも重要です。その際、相談機関に関する情報提供だけでは、必要な支援につながらない可能性があります。本人に代わって相談予約を入れたり、担当者を確認したりするとよいでしょう。ご自身もしくは誰かが同行・同席できると安心です。

本人が相談に行った後は、その結果について教えてもらいましょう。ご自身も引き続き相談に乗ることを伝え、継続的に見守ることが大切です。ただし、まさに自殺の危険性が迫っている場合は、本人に付き添い、警察に支援を要請してください。ただ、どんなに対策を講じて、自殺が起きることもあります。



プロフィール

コロンビア大学大学院(理学修士)、ルーテル学院大学大学院(博士 社会福祉学)。社会福祉士。専門はソーシャルワーク、精神保健、自殺対策。愛知みずほ大学(専任講師)、国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 自殺予防総合対策センター(研究員)などを経て現職。著書『ソーシャルワーカーのための自殺予防対策入門』(日本社会福祉士会編著 ミネルヴァ書房)他。

自殺予防のためのゲートキーパー

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、相談機関などにつなぎ、継続的に見守る人のことを「自殺予防のためのゲートキーパー」と言います。ゲートキーパーは特別な誰かではなく、私たち一人ひとりのことです。身近な人のいつもとは違う様子に気づいたら、「何がありましたか」と声をかけるところから始めてみませんか。相談機関が分からない場合は、以下のウェブサイトをお問合ください。

厚生労働省:自殺対策相談先一覧



https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/soudan_info.html

患者の「生きる」を考える 〜がん患者さんと社会をつなぐ、 医療者のアピアランスケア〜

目白大学看護学部 教授 野澤 桂子 さん

がん治療と外見の変化

1981年から40年間、がんはずっと日本人の死亡原因の1位になっています。そのため、手術・放射線・抗がん剤などの厳しい治療が積極的に行われてきました。これらのがん治療は、体型の変化や傷あと、脱毛、爪障害、皮膚障害など、さまざまな外見の変化をもたらします。当然、患者さんには大きな苦痛となりますが、これまでは、生きていることが大事なので、我慢してきました。

ところが、近年、患者さんを取り巻く状況に変化が生じてきています。医療技術の進歩によって、長く生きられるようになり、また、入院日数も短く、働しながら治療をする患者さんが36・5

万人もいる時代になりました。そのため、第3期がん対策推進基本計画に外見の問題が取り上げられるなど、医療においても、外見のケアに真剣に取り組もうという動きがでてきたのです。しかし、どのように患者さんの外見の悩みを支援するかは、難しい問題です。

患者さんを支援すること

以前に、がん専門病院で「新しい抗がん剤を使ったら、顔が赤くなってブツブツが。お化粧してはいけませんか？」という相談を受けました。「新薬ですし、リスクを避けるために治療中にはしない方がよい」という一般論を伝えると、「私は、かわいいおばあちゃん、って言われるのが生きがいだし

た。こんな顔では孫に会えません。生きてる限り使う薬ですよ。これでは、何のために生きているのかわからない」とのこと。主治医と相談して、皮膚計測をしながら化粧をしたところ、何も問題は起きませんでした。患者さんは、人と関わりながら豊かに生きるために、厳しい治療に耐えているのに、医療者が根拠のない情報でその生活を制限している可能性があることを、あらためて気づかされました。

治療中も患者さんが社会とつながれるよう支援することを目標に、患者支援に関心のある医療者や患者代表の方々とアピアランスケア（外見のケア）の構築に取り組んで来ました。医療で必要なアピアランスケアの柱の



プロフィール

臨床心理士・公認心理師。立教大学法学部卒業。「外見と心理」をテーマに目白大学大学院心理学研究科博士課程修了。山野美容芸術短期大学美容福祉学科教授、国立がん研究センター中央病院アピアランス支援センター長を経て2021年4月より現職。

一つは、正しい情報の提供です。残念ながら、外見の副作用に対する治療法の研究は少なく、化粧品などに関しては、根拠のない情報があふれています。それでも、日本がんサポーターケア学会からガイドラインが発行されるなど、少しずつ状況が変化していきます。今後も支援のあり方を追求したいと思います。



コロナ禍における人身売買

…「自己責任論」の影で

千葉大学 准教授 佐々木 綾子 さん



プロフィール

千葉大学大学院国際学術研究院准教授。ニューヨーク州立大学大学院にてソーシャルワークを学び、社会福祉法人、NPO法人、財団法人での勤務ののち、一橋大学大学院社会学研究科博士後期課程修了。博士(社会学)。千葉大学普遍教育センター特任講師、千葉大学国際教養学部講師を経て、2020年より現職。専門は、国際社会福祉論。

自己責任論

コロナ禍の影響により、飲食・サービス業やエンターテインメント産業等に従事していた多くの人々が職を失い、貧困状態に置かれるようになりました。とりわけ女性と子どもの貧困化が進み、女性の自殺者数の増加が顕著であったことはマスコミ各社で報じられています。一方、国際NGOオックスファムの報告によれば、「コロナ禍において2020年3月から12月までに世界の富裕層トップ10人は合わせて約56兆6千億円相当の資産を増やしており、これは感染拡大による世界の貧困化を防ぎ人類全体のワクチンを購入できる額に値する」と言われています。

このように、日本も含めた世界の経

人身売買のリスク

格差は拡大しつつ固定化しています。いびつな構造のなかで、「努力が足りないから」貧困に陥ったのだという「自己責任論」によって不可視化される人々がいます。

低賃金で不安定な職業についている人は、職を失ったり、親やパートナーからの暴力によって居場所を失ったりするたび、人身売買のリスクにさらされています。人身売買は、「搾取を目的に暴力や詐欺、弱い立場につけこむなどの手段を用いて売春や強制的な労働をさせたりする行為」を指しており、国籍や性別や職種を問わず起り得ますが、構造的に弱い立場に置かれた人ほどその被害を受

けやすいといえます。昨年、コロナ禍で職を失ったベトナム人技能実習生が風俗産業で働き逮捕される事件が起きました。その過程に詐欺や売春等の強要など、弱い立場の悪用はなかったでしょうか。生きるか死ぬかの瀬戸際で、「生きるために」と選択した自分が悪いと思いきまされ、誰も助けてくれない」と考えるがゆえに助けを求めることをためらっていないかたでしょうか。

格差が拡大し続けている構造に、「努力」では太刀打ちできなくなっている現状があります。「生きたい」と願いながら「自己責任論」によって声をあげられない人々の存在に気がつき、寄り添い、小さな変化を共に起こせる社会を築くことが必要です。



老いを育む

この本は、淀川キリスト教病院名誉ホスピス長 柏木さんが自身のホスピスケア医としての経験をもとに、「老い」について、身体、こころ、社会、魂の4つの側面から語ったものです。

「親鳥が羽で包んで育てるように『老い』を『育む』」という言葉が印象的で、マイナスに捉えがちな「老い」という言葉をプラスに考えることの大切さが伝わってきます。終末期医療での「いのち」の向き合い方にも触れられています。「老い」をどのように捉えて、「どう生きるか」について深く考えさせられる内容です。



著者 柏木 哲夫
発行 三輪書店
定価 1,600円+税



令和3年度 のじぎく文芸賞受賞作品紹介



のじぎく文芸賞 詩部門 最優秀賞

「雨の交差点」

後藤 益男（ごとう ますお）さん

スーパー前で信号待ちをしていた
右手に傘、左手に買い物袋、背中に荷物
早く変われと思っていると
斜めの青信号が点滅し始めた

横断歩道の真ん中あたりで
背中を丸め手押し車を押している
おばあさんが眼に入った
傘を差しているけど半分濡れている
間に合わないぞと思いながら見ていると
女子高生が向き直し
おばあさんに寄り添って歩き出した
バスの運転手に頭を下げながら
バイクを手で制しながら

青信号が終わる
もう少しで渡りきろうとしていた時
何台か後ろの車がクラクションを鳴らす
女子高生はまたバスの運転手に頭を下げた

無事渡り切ったあとおばあさんに
何か言って歩道を歩いて行った
もう何事もなかったように

もちろん他人だろう
30秒に満たない行為を何人が見ただろう
僕の傘にも おばあさんの傘にも
女子高生の傘にも雨は降り続く
バスは停留所で乗客を降ろす
僕は家路につく

それぞれ 人の時間の流れは違うけれど
流れの違う人達が交差し合えば
何か温かいものが 発生するのだろうか
女子高生の自然なおこない
傘を握る手と背中が熱くなる

のじぎく文芸賞作品集講評より

雨の交差点でのわずか30秒ほどのできごと。青信号が終わるまでに横断歩道を渡りきれそうにないおばあさんに気づき、とっさにおばあさんに寄り添って、信号待ちしているバスの運転手に頭をさげる。そしてひとことおばあさんに言葉を告げてから何事もなかったように歩いていく。この女子高生のごく自然な優しさや思いやりの気持ちは、おばあさんだけではなく、それを見ていた作者を含めた人々の心に「何か温かいもの」を残していること。

そして、そのことが詩になって、それを読んだ人たちも同じように、人の優しさや思いやりの気持ちを持つことの大切さに気づいていくにちがいない。

出来事の丁寧な描写や、第四連と最終連の余韻の響かせ方など、詩の表現も優れている。

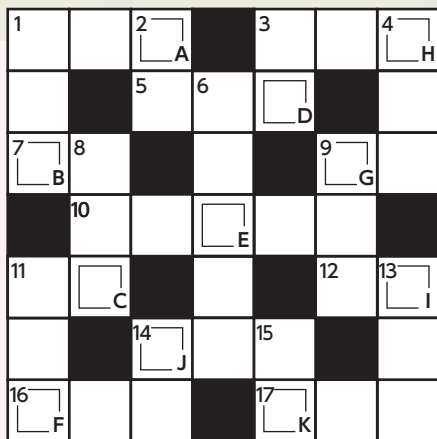
詩人 のじぎく文芸賞審査委員 ときさと じろう
時里 二郎

ふれあい サロン

投稿 & クロスワードで

「オリジナル紙ファイル」 プレゼント!

問 A~Kの文字を順番に並べると、何という言葉になるでしょう?



タテのカギ

- 1 ラスベガスやマカオにある遊興施設
- 2 赤や青や白や黒など
- 3 ノブを回して開けたり自動で開いたり
- 4 市松—— 水玉——
- 6 子どもを産むこと
- 8 海ではありません
- 9 学校の授業で聞いたことをメモします
- 11 はがきや封筒に貼ります
- 13 こだまやひかりよりも速い新幹線です
- 14 かつおやこんぶなどで取ります
- 15 親のをかじって生活する人もいます

ヨコのカギ

- 1 煮つけや唐揚げなどで食べる魚。ヒラメに似ています
- 3 驚かされることを「——を抜かれる」と言います
- 5 面積が世界一大きな国
- 7 寿司に巻く海藻
- 9 狂言や歌舞伎などと並ぶ日本の伝統芸能
- 10 パーンと鳴らしてお祝いします
- 11 おみくじで引きたい運勢。凶の反対。
- 12 戦国時代、武士は主君をこう呼んでいました
- 14 社交—— ストリート—— フラ——
- 16 キリスト教などの神の使い。英語でエンジェル
- 17 十二支で一番最初の動物

1月号の答え

ボウハンパトロール



読者からののお便り

コロナがまだ収束しません。マスクをしているので表情が見えませんが、困っている人を見かけたら一声かけて相手から返事を聞いて一人一人が行動をすれば世の中は少しは明るくなると思います。一人一人の少しの勇気で兵庫を活力ある県にしたいです。

(明石市 みっちゃん さん)

人権啓発ビデオ「夕焼け」

最近TVでヤングケアラーの話を見て、初めて知りました。辛かったです・・・

子どもたちが家族の世話に忙殺されて、学校にも行けない状況にあるということ、もっと多くの人が知り、手助けできる社会になって欲しいと思います。そしてヤングケアラーという言葉がなくなる日が来ればいいなあと心から願っています。

(神戸市 とみはん さん)

■「読者からののお便り」の投稿掲載者(令和4年5月号)とクロスワードの正解者(抽選で10名)に、環境に配慮した「オリジナル紙ファイル」をプレゼント。本誌「きずな」へのご意見や感想、人々とのふれあいを通した心温まるエピソードなどを募集しています。どしどしご投稿、ご応募ください。

※投稿掲載時はペンネームの使用も可能です。 ※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

■応募方法・締め切り

はがき、FAX、Eメールで受け付け。クロスワードの答え、郵便番号・住所、名前(ペンネームを使用の場合も要併記)、電話番号、年齢、職業、本誌へのご意見・ご感想を明記の上、ご応募ください。

■応募先

〒650-0003 神戸市中央区山本通4丁目22番15号 県立のじぎく会館内

(公財)兵庫県人権啓発協会「きずな」ふれあいサロン係

TEL: 078(242)5355 FAX: 078(242)5360 Eメール: info@hyogo-jinken.or.jp

*応募者および投稿者の個人情報は、管理を適切に行い、誌面づくり以外の目的には利用いたしません。



締め切り **3月25日(金)必着**

3月は自殺対策強化月間です



一人で悩まずお電話ください
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の理解の促進や、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
兵庫県のちと心のサポートダイヤル	TEL.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 公式アカウント 「いのち支える」	 LINE→ホーム→友達追加→QR コードで読み取り	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 電話相談等の案内が届く。 毎日 18:00～21:30 対応：精神保健福祉士、臨床心理士等
兵庫県こころの健康電話相談 (神戸市以外の方)	TEL.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
自殺とこころの健康電話相談 (神戸市内の方)	TEL.078-371-1855	月～金曜 10:30～18:30 対応：保健師、臨床心理士、精神保健福祉士等
経済問題等心の悩み相談事業 ①新型コロナウイルス感染症に 関する電話相談 ②夜間電話法律相談	TEL.078-341-9600	(令和4年3月31日まで) ①月～金曜 18:00～20:00 対応：弁護士 ②毎週土曜 17:00～20:00 毎週日曜 17:00～21:00 対応：弁護士、精神保健福祉士
ひょうご女性サポートホットライン ～ここふれ～	TEL.0120-62-3588 	火～土曜 9:00～12:00 13:00～16:00 対応：医師、弁護士等（女性相談員）

読者
プレゼント

死によって受け継がれる、“いのち”がある。

いのちがいちばん輝く日—あるホスピス病棟の40日—

<http://www.inochi-hospice.com>

P2にご寄稿いただきました溝渕監督よりDVDのプレゼントを
いただいております。

抽選で5名様へプレゼントいたします。

下記までご応募お待ちしております。

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

●応募方法・締め切り

はがき、FAX、Eメールで受け付け。郵便番号・住所、名前、
電話番号、年齢、職業、本誌へのご意見・ご感想を明記の上、
ご応募ください。 **3月25日(金) 必着**

応募先

〒650-0003

神戸市中央区山本通4丁目22番15号 県立のじぎく会館内 (公財) 兵庫県人権啓発協会

DVDプレゼント係

TEL: 078(242) 5355

FAX: 078(242) 5360

Eメール: info@hyogo-jinken.or.jp

*応募者の個人情報は、管理を適切に行い、誌面づくり以外の目的には利用いたしません。

