

とにかく手洗いを徹底いたしましょう！！

シグリーフケア Side by Side 「さばさ」 ㄱ のメールマガジン第 25 号をお届けします。

目次-----

- 1) スタッフのつぶやき
- 2) グリーフ体験談
- 3) イベントのご案内
- 4) メルマガについて
- 5) 風と虹の診療所設立準備委員会について

1) スタッフのつぶやき

1 月とは思えない暖かい日が続いています。河原は菜の花が満開だし、梅を通り越して桜がほころんでるし・・・。

グレタさんのトーンはしんどいものがありますが、真剣に温暖化に向き合っていかなければいけないなと頭では考えています。

でも、温暖化や絶滅種の問題は人間にとってだけなのでしょうね。長い地球の歴史の中では些細なことかもしれません。

さて、今月から上山さんの亡き奥さまのメールとそのメールへの上山さんの思いを交互に掲載していきます。

奥さまのメールは振り返りではなくリアルタイムの心がつづられているので、苦しい思いが浮き上がってくるかもしれません。

今はまだ読みたくないという方は、このメルマガはこれ以上スクロールしないで、

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/news-event/>

からイベントの確認だけなさってください。いつの日か、バックナンバーを開いていただければ幸いです。

2) グリーフ体験談

現在、四三歳。とすると、一二月生まれの私は、享年四三歳か。二月にがん告知を受け、余命三ヶ月と聞いたときの感想だ。以来、新聞の訃報欄が気になり、年齢と死亡原因に目がい

く。四〇代は同士、それ以下なら私の負け。美人薄命という。私でさえも、早逝すれば美人として人々の記憶に残るのだろうか。

事の始まりは、二〇〇一年一月のこと。

息苦しくて喉がヒューヒュー鳴り出したので、てっきり喘息かと思い込み、インターネットで見つけた専門医へ駆け込んだら、《気胸》だと言われた。即刻紹介された呼吸器専門の病院へ入院。《気胸》って何？疑問符だらけ。レントゲンに映った肺は、テニスボールのように縮んでいた。肋骨のわきに穴をあけられ、ドレインという管を突っ込まれ、以後四〇日間。呼吸器内科から呼吸器外科へ転じて肺を広げるための手術までした。

そもそも、気胸は良性の病気であり、若く細い男性に多い。私のように体格のよい中年女性には規格外である。

当初、ドレインからどくどくと排出された血液はドロドロの粘液状だった。それを目にした胸部外科部長の目が光った。「どうも、おかしい。」「何がおかしいんですか？」「いや、単なる気胸で、こんなに血液が溜まるっていうのは、どうもね。何か別の病気があるのかも」「別のって？」「だから、腫瘍とか・・・」「へえ～、まっ、何でもいいです。とにかく、肺を萎まないようにしてもらえませんか。」背後にあるもの、それが、腫瘍であろうが、ガンであろうが、そんなことはどうでもよかった。萎み続ける肺の前にはとるに足りないしろもの。唯一の願いは、萎まない肺をゲットして、ドレインから解放される日を迎えることだった。

胸水の検査を繰り返してもガン細胞は発見されず、手術は、やはり、気胸の手術ということにとどまった。しかし、医者チームの頭にはガンの疑いが残り、手術中に細胞の迅速診断をし、ガン細胞ができれば、抗がん剤を散布するとの方針だった。しかし、やはり、ガンの存在は現れなかった。このときは、内視鏡手術で終わったが、結局、萎み続ける肺を阻止できなかった。手術までしたのに・・・という悔しさに絶望的な思いを味わった。

仕方なく、癒着術という、糊で肺を貼り付ける方法でお茶をにごし、退院にこぎつけた。犬の鎖のように自由を奪ってきたドレインから四〇日ぶりに解放された。

しかし、応急処置は、すぐぼろをだす。

ひと月もすれば、肺は、また、萎み、再度入院。

ちょうど、主治医だった研修医が大学へ戻り、新しい主治医には前回の入院の経緯を知らない新人りの医師が現れた。

「こんな萎んでばかりの肺では、社会人として生活できません。萎まない肺にしてください。」

断固たる抗議を受け、開胸手術へ。ガンを怒らせてはと開胸に二の足をふんでいた部長達もこの時とばかりに組織を切り取ってがんを探したが、やはりみつからず、肺は丹念にくっつけられ、手術終了。術後の培養検査でもガン組織は発見できず仕舞い。若い主治医は、最後まで単なる気胸と信じて疑わなかった。そして、無事退院。

しかし、呼吸器に関わって二〇余年。部長の目には私はガン患者とうつついていた。

ガーゼ交換にやってきては、傷口を診て
「ああ、若いから、傷の治りは早いなあ。」とため息をつく。しかし、大胆にいじってしまった肺では、きっとガン組織が猛り狂ってくるだろうとの後悔があったようだ。私の気胸に対するあせりを理解して、開胸手術に同意したものの、これで眠れるガンを起こしてしまったとの思いがあったのだろう。傷をみては「ええねん、ええねん・・・」と繰り返していた。探せども現れぬ敵に対する諦念だったように思われる。

「2002年3月22日・・・ひいちゃんへ*」（*夫，上山克彦の愛称）

ひいちゃんが、帰ってきてくれるだけでうれしいです。
今日はメールもしたし、本も読めたし、充実した一日でした。ワードや一太郎はイン
ストールできますか？
あしたから又デートしようね。

「2002年 3月27日・・・ひいちゃんへ」

じっくり検討してたら、メール一本打つのに時間がかかって、書きたい文章や遺言書に取り
組めない。ウー。
マヨネーズ欲しいなあ。
給食のおかげでひもじくもなく、A先生のおかげで痛くもなく、もちろん寒くも
ない。こんなことしてると頭とからだがなまる。早く退院しなくっちゃ。ねっ。

3) イベントのご案内（予告なく変更することがあります）

■講演会&ワークショップ

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/news-event/>

・2020年4月18日（土） 「親の死を経験した時の心身のプロセス～心の専門家が自分を振り返る～」【さばさ】

演者：江夏亮さん 臨床心理士、公認心理師、日本ゲシュタルト療法学会スーパーバイザー、江夏心の健康相談室主宰 (<https://enatsu-kokoro.com/>)

日時：2020年4月18日（土）14：00～16：30 定員 90名

場所：新大阪丸ビル別館 <https://marubiru-bekkan.com/> ※JR 新大阪駅東口より徒歩2分

※グランフロント大阪から変更となりました。

参加費： 事前決済 3,500 円（当日会場にて決済 4,000 円）※小学生以下無料

☆メルマガ割引あります！☆

お問い合わせフォームかメールでの事前連絡+当日メルマガまたはご挨拶の提示で、当日決済から¥600 引き！（他の割引との併用はご容赦ください。）

・ 2020 年 4 月 19 日（日） 江夏亮さんによる個人面談

日時：2020 年 4 月 19 日（日） 10:00～12:00 13:00～16:00

対象：グリーンケアが必要だと感じていらっしゃる方はもちろん、なんとなく心がもやもやする方、江夏さんの個人ワークを体験してみたい方、江夏さんから学びたい方もお申し込みいただけます。が、講演会参加者が優先となりますことをご了承ください。複数人での面談はご相談ください。

費用：18 日の講演会参加者は ¥6,000 /50 分 その他 ¥10,000 /50 分

※当日お支払いください。

場所：新大阪丸ビル別館 <https://marubiru-bekkan.com/> ※JR 新大阪駅東口より徒歩 2 分

※グランフロント大阪から変更となりました。

※講演会とは部屋が違うのでご注意ください。

お申し込み：4 月 18 日（土）19:00 までに、1）講演会参加の有無 2）希望時間 3）連絡のつくお電話番号を記載の上、ご連絡ください。締め切り後、折り返しお電話で調整させていただきます。

・ 2020 年 10 月 10 日（土） 仮題「傾聴とフォーカシング」

演者：池見陽（あきら）教授 臨床心理士 医学博士 関西大学 大学院心理学研究科教授

日時：2020 年 10 月 10 日（土）14:00～16:30 定員 90 名

場所：大阪市内 詳細未定

概要：詳細未定

参加費： 事前決済 3,500 円（当日会場にて決済 4,000 円）※小学生以下無料

4) メルマガについて

■発行 不定期発行です。

■転送など

当メルマガは、グリーフケアがお役に立ちそうな方、そして、グリーフケアに興味がある方へ、
転送していただければ嬉しいです。抜粋・転載はご遠慮くださいませ。

■登録・解除

当メルマガは下記よりご登録することができます。

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/mailmag/acc.cgi?id=1564754504144857>

ご登録していただくと、御礼のメールが配信されます。PDF ファイル付きです。

迷惑メールに入ってしまうことがありますので、ご確認ください。

登録時に提供していただいた氏名・住所などの情報は、風と虹の診療所の設立に関し、主に統計をとるために利用させていただきます。

また、下記より解除することもできます。

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/mailmag/acc.cgi?id=1564754504144857&m=d>

■バックナンバー

風と虹の診療所設立準備委員会の HP の「メールマガジン」からご覧いただけます。

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/mail/>

■大切な人を病気で亡くされた方の体験談を募集しています。

ご協力いただける場合は「風と虹の診療所設立準備委員会」の HP にある「お問い合わせ」からご連絡ください。

(当方で加筆・修正させていただくことがあることを御了承ください)

5) 風と虹の診療所設立準備委員会について

グリーフケア Side by Side 愛称「さばさ」と生きるための死への準備教育 (death education) 生老病死 愛称「わんまいる」は
風と虹の診療所設立準備委員会がプロデュースしています。

風と虹の診療所設立準備委員会

<https://www.kazetoniji-clinic.jp/>

Facebook ページ

<https://www.facebook.com/kazetonijclinic/>