



日野原重明記念

「新老人の会」東京 会報

Keep on going!

Vol.6/No.2

2024.4

与えられた時間を大切に生きていく

日野原重明記念「新老人の会」宮城 世話人代表

東北福祉大学名誉教授（医師） 佐藤 牧人



チリから二十三時間後に日本に到達した津波でした。

二〇二四年元日は痛ましい一日でした。能登半島地震及び羽田航空機事故で亡くなられた方々に心より哀悼の意を表します。厳冬の被災は想像以上に過酷な事態と思います。命と暮らしを守る支援活動が行われていますが、一日も早く落ち着きのある生活に戻れるようお祈りいたします。『方丈記』には八〇〇年前に起きた地震や津波、大火、飢饉、疫病などが記録されていますが、現在も同じです。私は小学六年の修学旅行で津波に遭遇しました。早朝の塩釜魚市場を見学していた時、静かにしかし急に潮が引き海底の岩が露出しました。そして次にむくむくと海水が膨れ重なり合い、あつという間に襲いかかってきました。必死で逃げました。体感する地震はなく、

心を持つていることは希望です。このような厄災の時代をどう生きていくか。そんな時は日野原重明先生に学ぶことが習い事です。「命とはあなたに与えられた時間、それを大切に生きること」と繰り返し教えてくれました。先生の言葉から一つの方向が浮かび上がります。「人生に無駄はない。しかし後にならないとその経験の意味がわからないことがある。今日という日を健やかに生きればよい。私たちは運命を作っていく。どんな困難に直面しても、『ここから始まる』と捉え直すことができれば、私たちは必ず前進できる。いつでも現役。私なりに創める」。自分なりに命を大切に作る時間を紡ぎ、将来に繋ぎたいと思います。

日野原重明記念「新老人の会」宮城は、現在四冊目の会員文集を編集中です。これまでのタイトルは、「東日本大震災の記録」、「伝えよう 平和といのちの大切さ」、「愛し愛されること 創めること 耐えること ―日野原重明先生を偲んで―」であり、今回は「人生を振り返り 明日を思う―コロナ禍を乗り越えて―」の予定です。大切な人の喪失や命の危機時の思いがそのままタイトルになってきました。当会は大きな理想を掲げ

て前に進んでいく活動はできていません。しかし現在も緩やかなつなかりを目標に、年九回くらい集まり、お互いに自らの言葉で語り合い、健康や文化や歴史などの講話、小旅行、食事会、日野原文庫の貸し出しなど、楽しみながら活動を行っています。

日野原先生から学んだ多くの教えを糧に、東北の地でも先生が思い描かれた「新老人」をめざして歩んでいきたいと思えます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



2023.10「新老人の会」宮城小旅行
JRフルーツパークにて

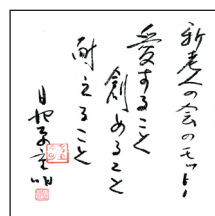
佐藤 牧人

社会福祉法人 東北福祉会 理事長
医療社団法人 東北福祉会 理事長

川越厚先生講演報告

ホスピス医がみた日野原重明先生の
人生の閉じ方

二〇二三年十一月十八日(土) 13時30分～14時40分



「新老人の会」全国連絡会 東京集会のプログラムの一環として、川越厚先生に標記のテーマでご講演いただきました。先生は、長年在宅ホスピスケアに携わってこられ、日野原先生がお亡くなりになる4カ月前の二〇一七年三月、ご自宅で療養中の日野原先生にラジオNKKKの依頼でインタビューされました。二年前に山梨に移住して仕事を減らされ、在宅ホスピス研究所パリアン理事長、森の診療所医師として活動しておられます。会報に二〇二〇年から「日野原先生」の精神(こころ)を継ぐ」と題して十二回にわたりご執筆いただきました。

ホスピス医の目

(1) 人は「死」に遭遇すると、「生き方が変わる」といわれているが、日野原先生は、どこで死を見つめたのか。それは、よど号ハイジャック事件に遭遇したときで、「人のために生きること」を決意し、生き方が変わりました。

(2) 「人は生きてきたように死んでいく」といわれるが、先生が死に遭遇しても変わらなかったことは、①医師としての姿勢、②前向きな生き方、③キリスト者としての生き方、の三つが挙げられます。

医師としての姿勢は、近代医学の父ウィリアム・オスラーを師と仰ぎ「医学はサイエンスを基本にしたアートである」との意味深い言葉を追求されました。

Keep on going (前に歩み続ける)は、先生の生涯を貫いた生き方です。そして、お父上である善輔先生から受け継いだ信

仰者としての生き方、三つのV (Vision, Venture, Victory) には、キリスト教の大切な理念が含まれています。

(3) 先生は死を受け入れてお亡くなりになったか? についてですが、私は以前に死を受け入れることはあるのか? について、「日本のホスピスケア・死の教育」と題する論文を米国の医学誌に投稿したところ、三人の査定者の一人から「死の受容などあり得ない」と反論され、改めて、死の受容について考えを深めました。そして、死を受け入れた生き方とは、「死を見つめ、希望をもって、今を生きる」と修正して受理されましたが、日本人の死の捉え方は、欧米人とは違うと思えました。

ホスピス医の気がかり

(1) “Keep on going,” という前向きな生き方は、「死を受け入れる」妨げにな



るのではないかと先生はご自身の死と向き合い切れずにいたのではないかと、という気がかりがありました。しかし、NHKの「クローズアップ現代」での日野原眞紀さんのお話から、先生が「死は怖い!」とおっしゃったのは、死から目をそむけた言葉ではなく、死を見つめたからこそ言葉で、先生のお人柄が表れています。

(2) 死を前にして先生は、何を決断したのか? 「クローズアップ現代」での聖路加国際病院福井次院長(当時)のお話から、先生は、胃ろうなど管に繋がれる延命治療をきっぱりと拒否されたこととです。決断されたのは、「死ではなく、管に繋がれた「生」の拒否で、自然な形での「死」を選ばれたのだと思います。

(3) 人は、死に向かって変わっていくます。どこで死を受けとめるかは、日本人は決断が早いと思います。日野原先生の最期の希望は「ありがとう」の言葉を遺すこと。皆が「納得がいく死」は、「お

別れの言葉」を遺すことによって実現します。日野原眞紀さんのお話では、先生は、一人ひとりにしっかりとラストメッセージを伝えられました。

ホスピス医の気づき

(1) 欧米人の死との向き合い方としては、生の延長上に死があり、ある時点から、神の手に委ねる心境に変わっていくものと思われ、前向きな生き方は、必ずしも「死の受容」の妨げにはならないのです。受容した生と死を共に生きることが可能なのが家族です。日野原先生は、「家族とは食卓を囲む人」と定義されましたが、ホスピスケアとは、死の時を「共に生きる」ことを実現するケアです。

(2) 死を受け入れたら納得のいく死に方ができるのか? 死を受け入れていても、納得できない「死」があります。苦痛や痛みをとらないまま、麻酔薬で眠らせる医療はよくない。納得のいく死には、死の受け入れ、自分の生き方の貫徹、苦痛からの解放が必要で、これは医療者の責任です。患者と家族で一人の病人と捉えることがホスピスケアの大原則です。

最後に、先生ご自身の終活について、二十一年間に二五〇〇人を看取ってきた在宅ホスピスケア医として、麻薬を上手に使って患者さんの苦痛をとることがとても大事であることを訴え続けていきたいです。次に、広島での被ばく二世として、今まで避けてきましたが、祖母、伯母を亡くしたことに向き合う必要があると考えています。と結ばれました。

初心者のためのスマホ講座④



デジタル庁デジタル推進委員
伴 克子 (東京会員 福岡在住)

新年号のお年玉企画の締め切りは4月末日です。
QRコードを読み取ってご応募ください。➔
※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。



みなさん、こんにちは～。デジタル推進委員の伴 克子です。今回のテーマは【YouTubeで日野原重明先生を検索して動画を見てみよう】

YouTubeの検索窓で「日野原」と入れるだけで、日野原先生の動画がたくさん出てきます。生前の講演会、インタビュー、対談、ニュース、数えたらキリがありません。最近では名言集もアップされていて、亡くなられてからもその影響力の強さを感じます。SSA (スマートシニアアソシエーション) 主催の104歳のお誕生日パーティーの動画には、お知り合いの方も多く参加されているかもしれませんね。

さぁ～日野原先生に会いにいきましょう。

ステップ1：YouTubeアプリを開く

スマホのホーム画面からYouTubeアプリを見つけてタップしましょう。YouTubeアイコンは赤い四角いボタンに白い三角が描かれています。

ステップ2：検索窓を見つける

YouTubeアプリが開いたら、画面上部にある虫めがねマークをタップすると、画面の一番上に白い長方形の欄(検索窓)が表示されます。

ステップ3：キーワードを入力する

検索窓の黒い棒が点滅しているところに「日野原」と入れます。

ステップ4：検索結果を見る

検索のところをタップすると、日野原先生に関連する動画が表示されます。動画のサムネイル(小さなプレビュー画像)を見ながら動画を選びましょう。

ステップ5：動画を選択

気になる動画が見つかったら、その動画のサムネイル(画像)をタップして動画詳細ページに進みます。

ステップ6：再生ボタンを押す

動画詳細ページが開いたら、動画の上にある再生ボタン(▶)をタップして動画を再生します。

いかがですか？日野原先生と会えましたか？

*YouTube試聴の際の注意点

YouTubeを見る時はWi-Fiに接続してください。Wi-Fiを使用することで、自宅のインターネット通信料金の中での視聴が可能になります。Wi-Fiに接続する方法は、スマホの設定から「Wi-Fi」を選んで接続します。

*YouTubeのアプリがスマホに入っていない場合

アンドロイド(Android)はGoogle Playストアから、iPhoneはApp Storeで「YouTube」と入力して検索します。正しいアプリを選ぶためには、開発者が「Google LLC」であることを確認してください。アプリのページに進んだら、「インストール」ボタンをタップして、アプリをスマホにダウンロード・インストールします。

「俳句のすすめ」(八)

飛鳥 蘭

俳句は「座の文学」といわれます。句会という「座」を通して自作句を発表し、仲間の句を読んで選をする、それが本来の形です。俳句は詠むと読むが両輪で、誰もが実作者であり、選者であり、選者は批評家でもあるのです。

また俳句は一人称の詩で、主役は作者です。句会を重ねることで、座の仲間の感性や考え方、人生観に触れる事にもなり、氏素性とか仕事上の立場とかには拘らない関係が生まれます。私も、年令、職業、環境も違う方々と、俳句を通して理解し合うという、不思議な、素敵な仲間が沢山できました。学生時代や、子供のママ友とは違う絶妙な距離感を共有できる、大人同士の人間関係です。

一方、作句はひとりの作業です。たとえ大勢で吟行を楽しんでも、眼前の自然に対峙するのは自分です。五感を働かせて、自分の言葉で表現できた時の達成感は格別です。幾つになっても新しい事に挑戦する、は日野原先生の流儀です。句作りは新しい自分に出会う機会であり、句会は新しい人たちとの出会いをもたらす機会でもあります。もし少しでも興味を持たれたなら、一歩踏み出してください。

※今回を以てこの項の最終稿とさせていただきます。お目通しくださいまして、ありがとうございました。

誌上句会「トキメキ句会」

選句と鑑賞 飛鳥 蘭

老猫とまどろむ小春日和かな 清子
※縁側で動きの鈍くなった猫ちゃんときつろぐ作者の、束の間の穏やかな時間。
漱石忌父の遺稿を手になぞり あんず
※作者お父上は物を書く方だったのでね。漱石のように特注の原稿用紙を使っていたらしたかも。

黒土を啄む雀雨水かな はな子
※武蔵野の黒土をつつく雀に、春になってそろそろ雨の降りそうな頃の季節感が詠まれました。

旅心ミモザの花も膨らんで 夢子
※ミモザは春の初めに明るい黄色の花を咲かせます。旅心も膨らみますね。

竹の秋旅人尽きぬ嵐山 寛子
※季語の竹の秋は、秋といっても春です。筍を育てるため、竹はこの時期葉に力が及ばず黄ばむので、こんな季語が生まれたのです。

灯されて母在すごとし春障子 夢里
※母上が過ごしていた部屋。その障子から灯が洩れると、そこに母がいるように感じる。温かくも切ない作品です。

自主トレの成果まづまづ草萌ゆる 緑
※作者はマラソン大会の常連、日頃の努力が結果に。季語が効いています。

コッコさん、弘幸さん、徳一さん、お変わりありませんか。投句をお待ちしています。

【次回のご案内】

締切 5月20日 当季雑詠三句(晩春、初夏)
メール投句 viridia@icloud.com 水口緑まで
葉書投句 〒168-0006 杉並区

永福4-28-24 飛鳥蘭宛
問合せ先 03-3265-11909

国立能楽堂・能楽鑑賞会へのご案内

同封のご案内チラシにありますように、今年も、下記のように能楽鑑賞会を企画しました。終了後に、希望者で明治記念館にて昼食会をいたします。



昨年は、34名の参加で大好評でした。ご希望の方はお早めにお申し込みください。

- 日時：6月22日(土) 11:00～
- 集合：国立能楽堂の受付周辺
- 参加費：2,300円（集合場所で集金）
- 申し込み先：黒田かほる（世話人）
メールアドレス：kahorukuroda@gmail.com
電話：090-1779-6314

「講演とコンサートの集い」へのご案内

- 日時：10月6日(日) 13:30～
- 会場：ホテル・ルポール麹町

昨年、大好評でした催しを、今年も開催いたします。詳細は7月号に、ご案内チラシを同封させていただきますが、多くの皆様にご参加いただきたく、概要をお知らせいたします。

★講演：早乙女愛先生（映像編集者、当会顧問で作家早乙女勝元先生のお嬢様）

『「今日」という日をどう語る？未来のひとたちへ伝える命の物語』と題してお話いただきます。

★コンサート：植村理一氏、下城瑠五子氏、昨年に引き続きヴィオラとヴァイオリンの弦楽二重奏です。

イベント案内 春の散策は日本橋界限へ

5月23日（木曜日）日本の道路網の起点である日本橋界限の散策を計画しました。本誌「トキメキ句会」担当の飛鳥蘭さんのご参加を得て、俳句吟行も兼ねます。

日本橋から遊覧船で隅田川まで周遊。川辺の風景を楽しみつつ間近に見られる江戸城外堀の石垣を観察したり、橋を下から眺めてその構造の違いを知るのも面白そうですね。

7月に新しい日本銀行券が発行される日本銀行本店や貨幣博物館も見学する予定です。この界限には、日本銀行本店本館をはじめ国の重要文化財に指定されている建物が多くあり街の雰囲気も素敵ですよ。

春の一日をぜひ一緒に。詳しくはチラシをご覧ください。

「新老人の会」東京

2024年 会員数120人(102件)
2023年 会員数225人(218件)

会員募集中！ 年会費

個人・家族会員 5,000円
賛助会員（一口）10,000円

日野原重明記念「新老人の会」東京 2023年（令和5年）会計報告

（2023年1月1日～2023年12月31日）

2023年度は、世の中がコロナ禍前に戻りつつあり、大きな催しを3回にわたって開催したため、会場費がかさみました。また、寄付は事務所をおかせていただいている感謝のためです。コロナ禍でできなかった対面の活動を再開できたことは幸いでした。

1. 収支 収入

（単位：円）

前年度繰越金		6,433,459
年会費	会員	188件 940,000
	賛助会員	27件 270,000
寄附金	丹野久子 / 齊藤善子様他	11,500
	3月3日 三木哲郎先生	50,000
	3月23日 日野原真紀様	38,460
	11月7日 原田さち子様	50,000
講演会参加費	3/3,10/3,11/18	450,000
利子	4/1,10/1	6
合計		8,243,425

支出

会報印刷（年4回発行）	413,600
会報送料	153,400
印刷費（会報以外）	80,180
寄附（iPS財団、LPCなど）	260,550
謝金（講師、HP管理）	310,000
会場費用（3/3、9/30、11/18分）	1,061,915
通信費（NTT、HP、Zoom管理費など）	103,335
謝礼（さわかみ中元、歳暮）	33,882
器機（ブラザー・プリンター）	34,040
消耗品費（用紙、インク代など）	13,635
雑費（タクシー代、講師茶菓）	25,157
郵便局払出料金	35,899
払込手数料	3,300
当期支出合計	2,528,893
次年度繰越金	5,714,532

2. 貸借対照表（2023年12月31日現在）

科目		科目	
資産の部		負債の部	
普通口座	517,987	未払金	0
当座口座	2,137,972		
定期預金	3,000,000		
現金袋	58,573	次年度繰越金	5,714,532
合計	5,714,532	合計	5,714,532

なお、定期預金の3,000,000円は日野原家からのご寄付です。

2024年3月関係書類を監査したところ、会計報告は適正であることを認める。 監事 牧 壮

☆ご質問、ご意見がございましたら、Eメールアドレス (t.shinrojin@gmail.com)、ハガキなどご連絡ください。

編集後記

元日に勃発した能登半島地震は、厳冬期に激甚な被害をもたらしました。高齢化が進んだこの地域の人々の再起と地域の復興が心配されます。そこで、阪神淡路大震災に医療支援された経験があり、東日本大震災を仙台で体験された「新老人の会」宮城の会代表・佐藤牧人先生に巻頭言をご執筆いただきました。この震災を我がこととして考える機会にしたいと思います。

コロナ禍が落ち着いた今年は、会員が共に学び合い支え合う機会を多くしたいと、3つの活動をご案内しております。多くの皆様のご参加を心よりお待ちしております。