

緩和ケアだより

ひだまり

第3版
令和 元年 11月号
公立八鹿病院 緩和ケア病棟



朝晩、すっかり冷え込むようになり、赤や黄色の葉が山を彩る季節となりました。日中との寒暖の差が激しく、山での雲海も素晴らしく見えているようです。体調を崩しやすい季節でもありますので、バランスの良い食事、ほどよい運動、休息をとることを心がけ、体調に気をつけて過ごしていきましょう。

今回はグリーフケア（悲しみをいやす心のケア）として緩和ケア病棟で主催している「ひだまりの会」についてお話ししたいと思います。

秋 遺族会(ひだまりの会)をおこないました



ひだまりの会の様子です。入院中の病棟の様子やできごとなどの思い出を、季節を通して一緒に振り返ります。

10月19日、第13回ひだまりの会を行いました。この遺族会(ひだまりの会)は、緩和ケア病棟を退院されたご家族の方のご意向を聞きながら、毎年行っている会です。

「ひだまり」と名づけられた由来は、病棟を退院されても、緩和ケア病棟で過ごされた日々や出来事・思い出が心のよりどころになるようにと思いを込めて、ホッと温かい陽だまりのような場所でありたいということで名づけられました。今年は20の方にご参加いただき、大切なひとときを一緒に過ごしました。



患者さんが作られた行事の作品を展示しました。



約6人ずつに分かれ、今思っていること・感じていることを自由に話し合いました。ご家族が中心であり、看護師はお話を聞かせていただいています。



参加して下さったご家族の意見をご紹介します

- 3年前のことですが、思い出を話すことができて良かった。
- こころにたまっているものを吐き出すことが出来ました。
- さまざまな方と交流が出来て良かったと思います。
- 他の方とも話をできたことは良かったです。
- それぞれの方の心の想いを感じました。
- はじめて会った方とも同じ痛みを持っているため、話しが（相手の気持ち）出来て良かったです。
- すこし会話が聞こえにくい時があったり、話す声がぶつかり合った為、聞き取りにくいことがあった。
- どういうことをする会なんだろうと思いましたが、とても良い機会を与えて頂いて嬉しく思いました。同じ思いを持った人達の集まりは素敵でした。

編集後記



参加されたご家族の中で、今まであまり感情を出さずに頑張っていたが、ご主人のことを思い泣くことが出来た、と話されたり、他の方のお話を聞きたいと参加された方が多くおられ、改めてひだまりの会の意味を考えました。今後も今を大切に、一緒に、考えたり、悩んだり、喜んだりしながら、患者さんご家族と寄り添うわたしたちでありたいと思います。（編集委員）