



皆さんは普段どんな会話をしているのでしょうか？何を話したかなんて覚えていないですよ。何故かと言えば私たちの会話のほとんどは雑談だからです。雑談＝どうでもいいようなこと、ではありますが、雑談であるからこそ本質に迫れるという側面もあります。ある方に「マイクロハピネス」という考え方を教えてもらいました。あなたの趣味は何ですか？旅行です、読書です…というのは大きなハピネスです。他人から見るとどうでもいいようなことに何かちよっぴり楽しみや喜びを感じている、それが「マイクロハピネス」です。さきめて些細なことなので、公式の会話には出てきません。でも雑談には時々顔を出します。「家庭菜園で植えてないはずの野菜が芽を出すのが楽しみ」というのが私のマイクロハピネスの一つ（庭に捨てた生ごみの中から何が生えてくるかという話）ですが、正直どうでもいい話です。でも時々雑談の中で、へえ～と思うようなマイクロハピネスに出会うこともあります。そのことをきっかけに、相手への理解が深まり、大切な話につながることもあります。雑談の力はすごいですね。ちなみに緩和ケア病棟のS医師は、雑談の横綱です。私は稽古が足りず、前頭五枚目といったところでしょうか。（雪田慎二）

緩和ケア私の仕事③ 看護サポート部門

高田千春



私たちは、療養中の患者様の衣類の準備、シーツ交換、食事の準備や配膳など間接的な生活サポートをおこなっています。今回は緩和病棟担当のスタッフに質問をしました。

①緩和ケア病棟の雰囲気はどうか？

斎藤さん「急性期病棟の業務とはまた違い、穏やかな空気が流れている印象です。全職員が一致団結して動いている感じがします」

②仕事で大事にしている事はありますか？

石塚さん「患者さんとのコミュニケーションの中で患者さんの体調に合わせて接する心がけています。」

③仕事のやりがいを感じることは？

黒沼さん「患者さんに寄り添いながらケアを心がけています。患者さんのありがとうの言葉にうれしさとやりがいを感じています。」

とても心強い3人です。今後も気づきを大事に、看護師や他スタッフと協力し患者さんの

埼玉協同病院東5病棟

十一月号

緩和ケア・テラス新聞⑤



緩和ケア研修の振り返り

齋藤祐里医師



こんにちは。研修医1年目の齋藤祐里です。私は先月、緩和ケア病棟を4週間まわらせていただきました。今回は、その中で最も苦勞し、同時に心に残っていることについて書きたいと思います。それは、患者さんとのコミュニケーションについてです。緩和ケアでは患者さんの価値観や人生観を中心において様々な方針を決めていきますが、これらを理解することにとっても苦勞しました。自分の想いや考えを自ら語ってくださる方は多くなく、何気ない会話から本当の想いを読み取ろうと努めていましたが、答えを引き出そうとすればするほど空回りしているように感じました。そもそも、私の何倍もの人生を歩んでこられた方の生き方を完全に理解できると思うこと自体、おこがましいのかもしれないとも思うようになりました。しかし、理解しきれないからこそ、患者さんが発する言葉や表情の変化に丁寧に向き合い、その方が大切にしてきたものを想像し続ける姿勢が重要なのだと感じるようになりました。こうした視点に気づけたことは、今後の医師人生において非常に貴重な学びになりました。まだ正解は見つけられそうにありませんが、その人のペースで想いを表出できるような関わり方を今後も探し続けたいと思っています。



埼玉協同病院東5階緩和ケア病棟のホームページは

こちらからもご覧になれます。



今後のイベント予定

11/23 健康まつり 緩和ケア病棟見学会
12/23 緩和ケア病棟 クリスマス会