

岩手ホスピスの会通信



岩手ホスピスの会 会員数 201 名 (2025.6.8 現在)

代 表 / 川守田裕司 事務局長 吉島美樹子

編 集 発 行 / 「岩手ホスピスの会」事務局 〒020-0883 岩手県盛岡市志家町 13-31 川守田方

TEL : 090-2604-7918 FAX : 019-653-6447

郵便振替口座 / 02250-1-60580 E-mail / hospice@eins.rnac.ne.jp

Homepage (岩手ホスピスの会通信) <http://hospice.sakura.ne.jp/>

No. **76**
2025 年 7 月

年度総会開催 ~次世代への活動継承を願って~

岩手ホスピスの会2024年度総会は、2025年3月8日(土)盛岡市総合福祉センターで開催され、事業報告、会計報告、会計監査報告がありました。



岩手ホスピスの会 2024 年度総会

★新年度の活動基本方針として

※当会は 2002 年に発足してから、多くの方々からの支援を受けながらがん患者さんにご家族のサポートを行ってきました。今後は当会の活動の次世代への継承を目指し、法人化を模索して参ります。活動を次世代に引き継ぎ、時代が変わっても一人でも多くの方ががんの痛みから解放され、その人らしく生きることが私たちの願いです。

※更なる会員の拡充に努め、一般会員に加え、当会の活動や運営に賛同して支援を行う個人・団体の賛助会員も募りたいと思います。

※過去 20 年余りにわたって岩手の緩和ケアの推進を願い活動してきた私たちにとって、沿岸部や県北部にもホスピス、またはホスピスの機能を有する施設が開設され、県内どこに住んでいても等しく緩和ケア・ホスピスケアを受けられることを強く願います。

※がん患者とそのご家族の経験をもとに制作した映像「緩和ケアへの願い」を医療者や一般の方々に届けます。また、抗がん剤の副作用による脱毛に悩む患者さんにタオル帽子を届ける活動を続けます。

※スタッフの高齢化等により活動を終了する患者会や患者サポート団体が全国的に増えていますが、当会は会存続と次世代へのバトンタッチを目指して、新たな人材・後継者の確保を今後の大きな課題として取り組みます。これからも、当事者である患者さんの声を大切にし、県内各患者団体の連携を図る取り組みを行います。

※会員同士の交流を深めるなど、患者さんやご遺族の方々が孤立しないような取り組みにも力を入れていきます。

※超高齢社会の到来に直面し、私たちはこれまで以上に患者家族が結束し、助け合うことの重要性を感じています。共に寄り添い助け合い、質の高い緩和ケアの実現を願って活動を継続していきます。皆様のご協力をお願い致します。

まもなく日本がむかえる 「身寄りのない高齢者」の増加について

＜2050年には後期高齢者の5人に1人が、配偶者も子もない人になる＞



厚生労働省は、身寄りのない高齢者への支援を拡充する方針を明らかにしました。身寄りのない高齢者の入院時の身元保証や、死後の財産整理といった業務を、各地の社会福祉協議会等が行う、というものです。これまでは民間任せだったが、今後は「公」も参入することとなります。

日本では高齢化と同時に未婚化も進んでいて、これから先、身寄りのない高齢者が増え75歳以上の未婚者は、2000年では18万人だったが2020年では63万人（総務省『国勢調査』）。結婚したことがなく、配偶者も子もない後期高齢者が、20年間で3倍以上に増えています。今では団塊世代も入っているため、数はもっと膨れ上がっています。

2050年ではどうなっているか。この年の75歳以上人口の推計値は2433万人。このうち未婚者がどれほどかは、2020年時点の同一コホート（集団）の未婚率から推し量れます。

2050年の75～79歳は、2020年時点では45～49歳。この年齢以降、結婚する人はほとんどいないので、この時点の未婚率を生涯未婚率とみなし、30年後にスライドしてもいいでしょう。このやり方で2050年の各年齢層の未婚率を仮定し、未婚者の実数を見積もると表の右端のようになります。

5つの年齢層の未婚者を合算すると、2050年の75歳以上の未婚者は434万人ほどと推計され、2020年の63万人の7倍以上です。75歳以上の人口全体に占める割合も、3.5%から17.8%へと爆上がりし、近未来では、後期高齢者の5人に1人が身寄りのない人となります。入院時に身元保証人を立てられず、民間の高額な代行サービスを利用できない人も多くなり、冒頭で述べたような、公的な支援の拡充が求められます。

日本では長らく、高齢者の生活保障（福祉）は家族に委ねられてきましたが、今後は家族依存の福祉は成り立たなくなります。儒教意識が急速に薄れている韓国も過渡期にありますが、韓国では年金等の社会保障が十分でないため、高齢者の自殺率が極めて高くなっています。社会全体での「包摂」を進めないと、近未来の日本も同じ状況になると思われます。

表1 2050年の75歳以上の未婚者数推計

	a 2050年の推計 人口	b 2020年の同世代 人口の未婚率	a*0.01*b 2050年の推定 未婚者数
75～79歳(45～49歳)	8,215,710	22.4	1,836,542
80～84歳(50～54歳)	6,503,890	19.7	1,278,809
85～89歳(55～59歳)	4,770,927	15.4	735,286
90～94歳(60～64歳)	2,930,585	11.6	339,513
95歳以上(65～74歳)	1,910,421	7.6	145,728
合計	24,331,533	**	4,335,878

*（ ）内は、2020年時点での同世代人口。bの単位はパーセント。

*社人研『将来推計人口』（2023年）、総務省『国勢調査』（2020年）より舞田敏彦作成。

緩和ケアセミナー「緩和ケアの現状について」開催

ホスピス・緩和ケア（がんの痛みの治療）等に関心のある方を対象に、2月8日（土）盛岡市総合福祉センターで、「緩和ケアセミナー」を開催しました。岩手医科大学附属病院緩和ケアセンター長・木村祐輔先生に「緩和ケアの歴史、岩手医科大学の緩和ケアの実践、アドバンスケアプランニング」をテーマにお話していただきました。

様々な角度から緩和ケアについて、ACPについての最新の情報をお話ししていただき、大変参考になりました。

盛岡 がん患者や家族を支援する岩手ホスピスの会（川守田裕司代表）は8日、盛岡市若園町の市総合福祉センターで緩和ケアについて考える講演会を開いた。

会員ら約50人が参加し、岩手医大緩和医療学科の木村祐輔特任教授が講話。本人と家族、医師らで事前にケア内容を話し合うアドバンス・ケア・プランニング（ACP）への向き合い方について語った。

ACPは米国を中心に発展し、日本でも重要性が説かれていて一方で「蘇生をするかしないかだけの確認になってはいけない」と指摘。がんを告知されてすぐに判断を迫ったり、事前に決めたことを絶対視したりする対応も「『考えたくない』という患者の思いも尊重されるべき」とした。

川守田代表は「支援できるようこれから勉強を続けていきたい」と語った。

緩和ケア 患者第一で 岩手ホスピスの会が講演会



緩和ケアについて語る
木村祐輔特任教授

岩手日報記事

第2回 大人のための絵本カフェ いのちの旅（生と死）を見つめて

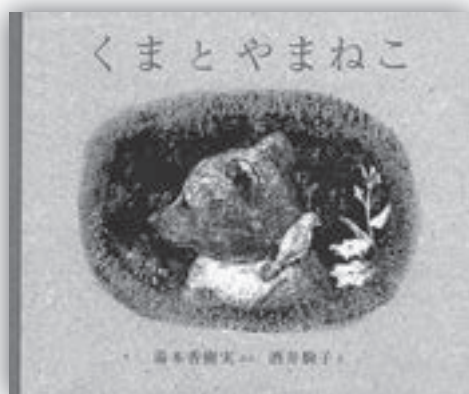
6月16日（月）、今回の絵本カフェは、がん患者と家族の会の「かたくりの会」と共催で開催され18名が参加しました。

当会の会員でもあり、読みきかせボランティアの佐々木美穂子さん、浅沼洋子さんがコーディネーターを担当しました。お二人におすすめの絵本を読んで頂いた後、参加者は会場に準備された沢山の「生と死」をテーマにした絵本を手に取り鑑賞しました。

優しい文章と絵で「死」と向き合い「生」を意識し充実させてほしいという思いもこめた情報交換の時間には、「闘病の頃の家族のことを思い出しました」「昔から大好きな絵本と今日出会い、介護して看取った両親、その後、突然亡くなった主人を思い涙が止まりません」など、気に入った絵本とそれぞれの思いが共有されました。本来は子ども向けの児童書でもある絵本ですが、生まれ変わりや愛する人の死、老いること、病気についてなど、誰もが直面する場面を私たち大人が深く語り合うきっかけを頂いた時間でした。興味のある方は次回の参加、お待ちしております。



絵本紹介



「くまとやまねこ」

発行日：2008年04月 講談社絵本賞受賞作品

この作品が含まれるテーマ：「死」と向き合う絵本 モノクロ絵本
第2回 子どもの絵本大賞in九州

みどころ

ある朝、なかよしのことりが死んでしまって…。物語はちょっとショッキングな出来事で始まります。くまは泣きながら木箱を作り、花をしきつめ、ことりをそっといれます。

大事なものを失くしてしまう、という感覚は、誰の身にも起こりうる事だけど、その心の痛みを代わってあげるということは決してできません。

例え、それが小さな心の持ち主であろうと。

くまが箱の中のことりを見せる度に、周りの動物達とはまどう。

そして忘れて乗り越えるように諭します。このやりとりには、心を締め付けられるようです。でも、ここで話は終わりません。ある日、くまは外がいいお天気なのに気がつくのです！

そして、小さいけれど大切な出会いをしていくのです。

心の再生に合わせるかのように、景色にも色がついていき…。

テーマは大きくても、子ども達に向けて優しく描かれている「死」についてのお話です。

酒井駒子さんの心のこもった絵と合わさると、読み終えた後、音楽を聴き終わった様な、静かな感動を覚えます。絵本を通して、「時間と音楽」が、こんなに尊くて素晴らしいものだと思わせてくれます。こんな体験はなかなか出来ないと思います。湯本香樹実さんと酒井駒子さんの夢のコラボレーションです。

(磯崎園子 絵本ナビ編集長)

カタクリ散策



4月22日(火)、鶯宿温泉・川長山荘の裏山の斜面に赤紫色のカタクリの花が一面に広がっていました。お天気にも恵まれ、ホスピスの会の会員さんと、交流のある「盛岡かたくりの会」(がん患者と家族の会)の有志の方々と登山道付

近に咲き乱れるカタクリを散策してきました。以前は、西和賀のカタクリも見に行ったお話からはじまり、岩手の山々、山野草、自分の病気や趣味のことなど話はつきませんでした。散策の後、現地で美味しい昼食と源泉かけ流しのお風呂もいただきました。道中の御所湖近隣のさくらも満開で、リフレッシュできた時間でした。



カタクリの花

岩手県立中央病院・外来化学療法室を訪問



5月9日(金)、いつもタオル帽子をお届けしている県立中央病院の化学療法室に直接タオル帽子を持参しました。受け取りは、がん化学療法看護認定看護師の佐々木さんが対応してくださいました。外来のベット数は30床で1日に来られる患者さんは20名から多い時では40名になる時期もあるそうです。抗がん剤の副作用により脱毛される方々には、これから暑い時期をむかえるので少しでも快適に過ごせるように、自分の好みに合ったタオル帽子を選んでほしいと、当日は50個寄贈しました。

岩手医科大学附属病院がん患者家族サロン訪問

4月14日(月)、岩手医科大学附属病院のがん患者家族サロンにタオル帽子を持参しました。担当の藤川さんと情報交換をして、後日サロンにてタオル帽子をテーマにしたイベントをやりましょう、と話し合いました。どんなイベントにしようかと今からいろいろ考えているところです。



岩手保健医療大学講演

5月21日(水)盛岡市の岩手保健医療大学において地域・在宅看護技術論(4年生)授業科目「地域包括システムの実践③」として、「地域を支える互助の実践」をテーマに、当会の活動を同大の学生さんたち約50名に紹介しました。当会の設立の経緯や活動内容、抗がん剤の副作用で脱毛した患者さんをサポートするタオル帽子活動について説明を行いました。また、吉島事務局長は生徒さんたちに向けて、「家族の立場から看護学生さんとして理解して欲しいこと」を伝えました。



学生さんへ

私たち患者や家族は病気と向きあい、いつもつかみどころのない不安に包まれています。そこでこれから働くみなさんは、私たちの一番身近な大切な存在です。なによりも自分の心と体を豊かにし、私たち患者家族のサポートをお願い致します。

全国の病院にタオル帽子を発送

今年も全国箇所のがん診療連携拠点病院にタオル帽子総数800個を発送しています。

送付先病院一覧

2025年6月(1件50個程度)病院8件 総数800個

北海道 帯広厚生病院 **岩手県** 岩手医科大学附属病院、岩手県立中部病院 **宮城県** 東北大学病院 **神奈川県** 相模原協同病院 **岐阜県** 大垣市民病院 **京都府** 京都医科大学附属病院 **山口県** 山口県立総合医療センター

「ホスピス施設」について

いつもお世話になっている東京都のがん遺族の会「青空の会」の中野貞彦さんからご連絡をいただきました。青空の会の会員さんで、昨年お母様を亡くした方から、お母様が「緩和ケア施設」に転居したのに緩和ケアどころか反対に痛みを与えているに他ならなかった、という声があったとのことで、緩和ケアの実態を当会でも調べたいと思っております。以下にその概要と今後当会として何ができるかをまとめました。



2023年11月	神奈川県 K 総合病院でお母様がのどの緊急手術～入院 数週間後、主治医より、「舌根に悪性腫瘍がありステージ4。抗がん剤を行う体力がないと思われる」、と告知され、末期がん患者を受け入れる病院か緩和ケア施設に転院するよう説明される。
2024年 1月	正月明けに自宅から近い「ホスピス施設 A」に転院。転院の日は大変元気だったが、翌日からがんの痛み症状と、栄養剤によるとと思われる嘔吐症状が始まり毎日苦しみ続けた。
1月下旬	訪問診療の医師の提案により、吐き気を止めるため痛み止めを液体から貼り薬に変更。その翌日容体が急変し意識がなくなり、酸素不足で酸素吸入処置を行った。
2月7日	「ホスピス施設 A」にてお母様逝去。享年82歳。

お母様を看取られた息子さんのお話で、「緩和ケア施設の訪問診療の医者は、栄養剤や痛み止めの処方については専門医ではないからやむを得ないと思う」とありましたが、日本ホスピス緩和ケア協会会員で同協会HPに記載されている全国398施設※の医師であれば、がん末期の様々な容態に習熟しているので、このような急変症状は起こり難いと思います。末期がん患者のケアをどの位経験した医師だったのか気になります。「ホスピス施設 A」と同系列の施設は岩手県内に現在7か所あり全国的にも数を増やしつつあります。

その中の1か所の施設を後日見学する予定です。

他に岩手県盛岡市には「ホスピス施設 A」とは別系列のようですが、同じような内容でケアを行っている施設もあり、こちらの施設は当会で見学し担当医師の方から施設概要をお聞きしましたが、医師の方の緩和ケアに従事した経験が「数年位」と少なくそのスキルに疑問を持ったことや、前述のホスピス施設と同様に、あくまで自ら「ホスピス」と名乗っているだけで、厚労省の緩和ケア病棟設置基準は満たしていない施設でした。

当会では基本的に、厚労省の設置基準を満たした全国の緩和ケア病棟のみを推奨しております。

また、8～9ページに記載しておりますが、岩手県内の緩和ケア病棟7か所のケア内容等の詳細（病床数、ベッド、ベッド料、看護師数、ホスピス医の名前、看護師長の名前、・・・etc）一を年に2回調査して会報に掲載し、ケア内容に変更があった場合必ず内容を更新しております。

注意深く緩和ケア病棟を選択しないと（これでも足りないと思います）、前述のように不本意ながら大切なご家族を苦しめてしまう、或いは自分が苦しむ可能性がどなたにもあると思います。（実際私は、家族に緩和ケアを受けさせることが出来ず、苦しませて看取ったので、その様な患者さんが一人でも少なくなるように、2002年から岩手ホスピスの会を設立し、活動を行っております）

今回の中野さんからのご連絡で、ホスピスケア、緩和ケアを取り巻く状況に課題があり、あらためて正しい情報発信の必要性を感じています。

※特定非営利活動法人日本ホスピス緩和ケア協会HPに記載されている全国398の緩和ケア病棟入院料届出受理施設
(2025年4月1日現在)

書籍紹介



「死ぬということ」

医学的に、実務的に、文学的に
黒木登志夫 著 中公新書

「死ぬということ」は、いくら考えても分からない。自分がいなくなるということが分からないのだ。生死という大テーマを哲学や宗教の立場から解説した本は多いが、本書は医学者が記した、初めての医学的生死論である。といっても、内容は分かりやすい。事実に基づきつつ、数多くの短歌や映画・絵画等を紹介しながら、ユーモアを交えてやさしく語る。加えて、介護施設や遺品整理など、実務的な情報も豊富な、必読の書である。

- ・初版刊行日 2024/8/20 ページ数 320 ページ
- ・定価 1320 円 (10% 税込)

「死ぬということ」第 11 章 遺された人、残された物 一より抜粋

症例 11-2・戦没画学生の恋人

長野県上田市郊外の小高い丘に、窓のないコンクリートがむき出しの建物がひっそりと建っている。「無言館」だ。館主の窪島誠一郎は、全国に散らばっていた戦没画学生たちの絵を集め、それを展示するために、人里離れたこの地に無言館を建てた。中に入ると、抑えた照明の壁に絵が飾られている。説明を読んでいくうちに人々は言葉を失う。戦場に赴く画学生たちが残した絵から、彼らの悲痛な想いが伝わってくる。

日高安典の描いた裸婦像が飾られている。彼は、「あと 5 分、10 分描いていたい」「生きて帰ってきたら必ず続きを書く」と言って出征した。1945 年、満州からフィリピン・ルソン島に転戦し戦死。享年 27。モデルの恋人が無言館を訪れ、55 年ぶりに自分の絵と向き合った。(中略)



安典さんへ

私来ました。とうとうここへ来ました。あなたの絵に会いに、この美術館にやって来たんです。わたし、もう、こんなおばあちゃんになってしまったんですよ。だって、もう、50 年も昔のことなんですもの。でも、今日は、決心して、鹿児島からひとりでやって来たんです。安典さんに召集令状が届いた時、もう自分は故郷に帰らない、と心に決めました。安典さんが帰ってくるまで、いつまでも待ち続けようと、自分に言い聞かせたのです。それから 50 年、あっという間の歳月でした。世の中もすっかり変っちゃって。わたし、こんなおばあちゃんになるまで、とうとう結婚もしなかったんですよ。一人で一所懸命、生きてきたんですよ。あなたが、わたしを描いてくれた、あの夏は、わたしの心の中で今も、あの夏のままだんです。

岩手県内各ホスピス現況

(岩手ホスピスの会調べ 詳細は

	孝仁病院 緩和ケア病棟	盛岡赤十字病院 緩和ケア病棟	盛岡友愛病院 緩和ケア病棟
住 所	盛岡市中太田泉田 28	盛岡市三本柳 6 地割 1 番地 1	盛岡市永井 12-10
電 話	019-656-2888 (代表) 医療福祉相談室 (直通) 019-656-2808	019-637-3111 (代表) 緩和ケア相談室 内線 337	019-638-2222 (代表) 医療相談室 緩和ケア担当 内線 185
病 床 数	10 床	22 床 (全室個室)	18 床
ベ ッ ド	無料個室 8 床 有料個室 2 床	無料 12 室 有料 10 室	個室 10 床のうち 9 床が有料 4 床室無料
ベ ッ ド 料	1 日 6,600 円	1 日 5,500 円・11,000 円	1 日 5,500 円
看 護 師 数	16 名 + 看護補助者 1 名	21 名 + 看護補助者 2 名	18 名 + 看護補助者 5 名
ホ ス ピ ス 医	米山幸宏	畠山元、旭博史	藤井祐次
看 護 師 長	小澤香奈	高柳明子	横手美幸
入 院 審 査 を 受 け る に は	医療福祉相談室 (地域連携室) にご相談ください。 月～土曜 8:30～17:15	緩和ケア相談室へお問い合わせください。 月～金曜 9:00～16:00	医療相談室まで。 019-638-2222 (代表) 月～金曜 8:30～17:00
審 査 日	随時	随時	随時
ホスピス入院 平均待機者数	0～3 名	0～3 名	0～2 名
ホスピス入院 平均待機期間	状況により数日～2 週間 重症者優先	外来受診後、平均 7 日	状況により数日～1 週間 (患者さんの意向を確認後、一般病棟で対応する場合があります)
入院期間に限度 はありますか?	限度は特に設けておりません。患者様側個々の状態に合わせて対応させていただいております。	限度は設けてはおりません。	ご本人やご家族に寄り添えることを大切に支援させていただいておりますので、明確にしておりません。
利 用 者 内 訳	盛岡市周辺がほとんど (8 割以上)	盛岡市周辺の方がほとんど	盛岡市周辺の方がほとんど
緩和ケア外来	診察日: 月～金 (第 2・3・4 木) 9:00～12:30 13:30～17:00 要予約 土 9:00～12:30 要予約 担当医: 米山幸宏	診察日: 火・水・木 14:30～16:00 要予約 担当医: 畠山元、旭博史	診察日: 月・水・木・金 (AM・PM) 火 (AM) 要予約 担当医: 藤井祐次
ホスピスボ ランティアの 人 数 と 活 動	1 部ボランティア再開	病院ボランティア 12 名がホスピスで活動。 ※月 2 回程度で活動中。	年 1 回程度イベント活動を検討中
遺 族 会 の 名 称 と 連 絡 先	ひだまりの会 今年度より再開予定	名称: ハナミズキの会 連絡先: 緩和ケア病棟 年 1 回開催	設置未定
入 院 料	定額制 (3 段階…診療報酬上の緩和ケア病棟 入院料に準じます) 保険適用	医療費+食事代+日常生活用品費 (病 衣やおむつ代など) + 個室料の合計額。 医療費、食事代は年齢と所得によって 自己負担額が区分されています。	定額制。入院期間により 3 段階。患者 さんの自己負担額は加入している保険 等により異なる。 各種医療保険適用、医療費の他に食事 代別途徴収。
ペットの同伴	面会のみ可能。条件あり要相談。	面会のみ可能。	面会のみ可能。条件あり。 要申請。
麻酔医との連携	必要時可能	硬膜外ブロックなどを行う場合などに 連携あり。	なし

(2025 年 4 月現在)

各病院に直接お問合せ下さい)

岩手医科大学附属病院 緩和ケア病棟	岩手県立磐井病院 緩和ケア病棟	岩手県立中部病院 緩和ケア病棟	美山病院 緩和ケア病棟
紫波郡矢巾町医大通 2 丁目 1 番 1 号	一関市狐禅寺字大平 17 番地	北上市村崎野 17 地割 10 番地	奥州市水沢羽田町字水無沢 495-2
019-613-7111 (代表) 緩和ケアセンター 内線 3223	0191-23-3452	0197-71-1511	0197-24-2141
25 床	24 床 (個室 20、2 床室 2)	24 床 (個室 18、2 床室 3)	20 床 (全室個室)
無料個室 17 床 有料個室 8 床	無料 17 床 有料 7 床	有料個室 10 床、無料室 14 床	無料 20 室
1 日 5,500 ～ 25,300 円	1 日 3,190 ～ 6,490 円	1 日 5,280 ～ 14,520 円	無料
27 名 + 看護補助者 1 名	19 名 + 看護補助者 2 名	17 名 + ナースエイド 2 名	17 名 + ケースワーカー 1 名 + 看護補助者 5 名
木村祐輔、鴻巣正史、中村聖華	平野拓司	星野彰、綿引奈苗、田中詩乃	及川司
菅野綾子	石崎奈穂子	始閣悦子	小林洋子
緩和ケアセンターに 相談ください。 019-613-7111 内線 3223 月～金曜 8:30 ～ 17:00	0191-23-3452 (入院相談等) がん相談支援センター 相談時間: 平日 8:30 ～ 17:15	0197-71-1511 (入院相談他) がん相談支援センター 相談時間: 平日 9:00 ～ 17:00	入院相談 (担当: ケースワーカー) 後面談 入退院検討会 (医師、薬剤師、栄養士、看護師、理学療法士で構成)
随時	随時	随時	随時 (その後ベッドが空くまで待機)
0 ～ 3 名	1 ～ 2 名	1 ～ 2 名	0
状況により 6 ～ 7 日程度	数日 (緊急対応可)	待機期間は同院一般病棟や 近隣の病院、連携のとれている訪 問診療で対応	0
入院期間に限度はありません。	無料個室の入院 期間が 60 日を超える方について は、空き待つ方のために特別室 (有料個室) や 2 人部屋への移動を お願いしています。	状況に応じて相談します。	
盛岡市周辺の方が多い	一関市周辺や宮城県北の方がほと んど	花巻北上周辺の方が 8 割以上 その他は奥州、盛岡等	奥州市周辺の方がほとんど
診察日: 月～金、要予約 担当医: 木村祐輔、鴻巣正史	診察日: 月～金、要予約 担当医: 平野拓司	診察日: 月～金の午前、 要予約 担当医: 星野彰、田中詩乃	診察日: 水 (午前中) 要予約 担当医: 及川司
実績無し 活動検討中	ボランティアコーディネーター 1 名、ボランティア 7 名 活動: がん患者・家族サロン「こころば」	登録者 37 名。 活動内容: お茶会・歌っこの会・ア ロマ・生け花・季節のイベント企画	現在登録者 5 名で活動中。 ホスピスボランティアを 随時募集中
設置未定	偲ぶ会 (連絡先: 緩和ケア病棟) 当院緩和ケア病棟でお亡くなりにな った方のご遺族の方のみ 年 1 回開催 (※コロナ禍のため R2 ～未開催)	偲ぶ会 緩和ケア病棟 (0197-71-1511) 当院緩和ケア病棟でお亡くなりにな った方のご家族の方のみ 年 1 回開催 (令和 2 年度～休止中)	しちせき 七夕の会 緩和ケア病棟 (0197-24-2141) 当院緩和ケア病棟でお亡くなりにな った方のご遺族の方のみ これまでに 7 回開催 (2020 ～中止)
定額制 (診療報酬上の緩和ケア病棟 入院料に準じ入院期間により 3 段階) 保険適応	定額制 (入院期間により 3 段階) ただし、定額に含まれない加算や 有料個室の料金等は別途追加にな ります。	定額制 (入院期間により 3 段階) ただし、定額に含まれない加算や 有料個室の料金等は別途追加にな ります。	定額制 3 段階になります。
面会のみ可能。宿泊不可。 条件有。要申請	要申請。ケージに入る小型犬が望 ましい。大型犬は要相談。	面会可能。条件あり、要相談	面会可能 11 時～16 時 (面会時間を決めて可) 宿泊要相談
必要時可能	なし	院内ペインクリニックと連携	なし

岩手ホスピスの会とタオル帽子ボランティアへの メッセージ (2025年1月～2025年6月)

当会のタオル帽子を受け取ったがん診療連携拠点病院から寄せられたメッセージをご紹介します。2008年6月からスタートしたタオル帽子発送はこれまで118590個に上っています。今日もどこかでタオル帽子の活動に思いを寄せている方がいます。帽子を作るボランティアの皆さんに深くお礼申し上げます。



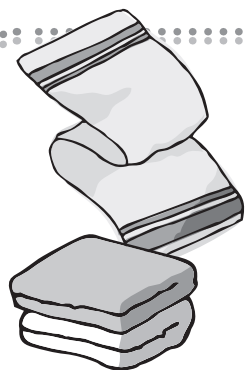
*こんにちは、私は京都大学医学部附属病院で乳がんの治療を受けています。「今月末ごろから脱毛が始まる」と説明を受けています。洗髪、ドライヤーをすることも煩わしく、早く毛が抜けて欲しい。でもウィッグの手入れをすることも難しいかもしれない、と相談すると、ソーシャルワーカーさんからこの帽子を頂きました。ピンクと白の水玉がとてもかわいくて、これから明るい気持ちで治療を頑張ろうと思いました。大切にに使わせていただきます。ありがとうございます。

(京都府京都市)



盛岡二高タオル帽子講習会

*悪性リンパ腫で入院の時、タオル帽子を看護師さんからいただきました。ほとんど髪が抜けてしまい、子供の前で泣いてしまいました。そんな時、タオル帽子が「泣いて良いよ。みんな同じだよ」と言っているようでした。ありがたい存在です。本当にありがとうございました。小さいタオルですみません。お役に立てれば嬉しいです。(滋賀県長浜市)



フェイスタオルご寄付のお願い

皆様にお願ひがあります。ボランティアさんがタオル帽子を作るためのフェイスタオルがとても不足しております。どのようなものでも構いません。ご家庭で眠っているタオルがありましたらぜひご協力をお願いいたします。

送付先：〒020-0883 岩手県盛岡市志家町13-31 岩手ホスピスの会宛

タオル帽子を作りたい方へ

※タオル帽子を作りたい方へ型紙をお譲りしています。申し込み方法：はがきかメールで

※メールアドレス：hospice@eins.rnac.ne.jp

はがき：031-0823 青森県八戸市湊高台6-4-22吉島方「岩手ホスピスの会」

これからのタオル帽子講習会・サロン日程(予定)

8月9日：タオル帽子講習会・サロン 9月13日：タオル帽子講習会・サロン

10月11日：タオル帽子講習会・サロン

場 所：盛岡市総合福祉センター

開催時間：午後1時から

問い合わせ先：080-1658-1762

***** 岩手ホスピスの会活動日誌 *****

2025 年 1 月～ 6 月

1 月 1 1 日	第 1 回役員会～第 1 回タオル帽子サロン	(盛岡市総合福祉センター、18 名)
1 月 14～31 日	一般社団法人移行についての打ち合わせ	(岩手行政書士法務事務所、2 名)
2 月 7 日	一般社団法人移行について打ち合わせ	(竹田菊地税理士法人、1 名)
2 月 8 日	第 2 回役員会～緩和ケアセミナー「緩和ケアの現状について」(講師・木村祐輔先生)開催～緩和ケアへの願い上映会	(盛岡市総合福祉センター、50 名)
2 月 22 日	がんを語る会開催	(タオル帽子倉庫、4 名)
3 月 1 日	役員会、総会準備作業	(タオル帽子倉庫、4 名)
3 月 8 日	第 3 回役員会～年度総会～第 2 回タオル帽子サロン・講習会	(盛岡市総合福祉センター、25 名)
4 月 12 日	第 4 回役員会～第 3 回タオル帽子サロン	(盛岡市総合福祉センター、26 名)
4 月 14 日	岩手医科大学附属病院がん患者・家族サロン訪問	(同院、2 名)
4 月 22 日	盛岡かたくりの会＋岩手ホスピスの会合同でかたくり散策会開催	(雫石町、6 名)
5 月 10 日	第 5 回役員会～第 4 回タオル帽子サロン	(盛岡市総合福祉センター、27 名)
5 月 21 日	岩手保健医療大学の授業で当会の活動を紹介(盛岡市・岩手保健医療大学講義室、2 名)	
5 月 28 日	丸木医科器械様より当会へのタオル寄贈式	(同社岩手支店、2 名)
6 月 2 日	絵本カフェ用書籍準備	(岩手県立図書館、3 名)
6 月 14 日	第 6 回役員会～第 5 回タオル帽子サロン	(盛岡市総合福祉センター、25 名)
6 月 16 日	生と死を見つめる大人のための絵本読書カフェ開催	(盛岡市総合福祉センター、20 名) (盛岡かたくりの会＋岩手ホスピスの会共催)
6 月 25 日	JA 岩手中央様より当会へのタオル寄贈式	(JA 岩手中央矢巾支所、6 名)

「岩手ホスピスの会」がんを語る会

開催日	毎月第 2 土曜日午後 1 時 30 分～3 時(月により変更あり。要問合せ) 無料
場 所	盛岡市若園町総合福祉センター内 タオル帽子サロン会場(月により変更あり)
内 容	がん全般・介護全般についてそれぞれの悩みを語り合い情報交換を行います。 どなたでもお気軽にご参加ください。
問合せ	岩手ホスピスの会 090-2604-7918



賛助会員募集

岩手ホスピスの会は、がん患者さんやご家族の方々に寄り添い、必要としている情報提供や日常の悩みに耳を傾けた交流とサポート活動に取り組んでおります。今後、次の世代への継承を目指しながら、時代が変わっても多くの方が、がんの痛みや不安から解放され、その人らしく生きられることが活動の願いです。この度、活動に賛同し支援してくださる個人や団体の「賛助会員」を募集しております。

賛助会員：個人年会費(1口) 5,000 円、団体年会費(1口) 5,000 円

多くの皆様からのご支援を元に、さらに充実した活動を続けてまいりたいと存じます。

お申し込みは事務局へのお問い合わせか、ホームページにて確認できます。

電話：090-2604-7918

ホームページ：hospice.sakura.ne.jp

がん患者さんのための栄養講座 パート 33

岩手県立江刺病院 がん病態栄養専門管理栄養士 蛇口 真理子

皆さん、こんにちは。昨年9月にホスピスの会で「がん患者さんのための栄養講座」を開催しました。その際のアンケートで、化学療法中の副作用があったと回答された方10名中7名の方が困ったこととして「食欲不振」と「体重減少」を挙げていました。食欲低下があることで、体重減少や疲れやすくなるということに繋がってきます。疲れやすくなると、何かやろうという活気もなくなり、今まで好きだったことも億劫になってしまいます。体重や体力を落とさずに、出来るだけ元気に治療を過ごせるようにしたいですね。



【体力を落とさない食事のポイント】

1、十分なエネルギーを摂る

エネルギーが不足すると筋肉を分解してエネルギーを作ります。結果、筋肉が減り、動く疲れやすい状態になってしまいます。主食や油を使用した料理はエネルギー補給になります。

2、たんぱく質の摂取

筋肉の材料はたんぱく質です。だからといい、たんぱく質だけ摂っても筋肉にはなりません。エネルギーとたんぱく質の両方を摂ることが大切です。

【筋肉が減ってきた、体力を維持したときにはどのくらい摂ればいいのか?】

体重50kgの場合必要なたんぱく質 1日60g程度となります。

食品にするとどのくらいになるでしょうか。

1日必要なたんぱく質の目安

(腎臓疾患等で治療している方はかかりつけ医師の指示に従いましょう)



スライス3枚 1個 1パック 1/4丁 1切

この中から、1日4個分が目安になります。
筋力低下、体力低下がある方は、プラス1つあってもよいです。

「そんなに食べていない…」という方は副菜にたんぱく質を使用する、みそ汁に豆腐や肉を使用することでたんぱく質摂取ができます。

今回は副菜でたんぱく質も摂取できる1品を紹介します。



人参しりしりプラスたんぱく質 (沖縄風人参のきんぴら)

1人前 約135kcal たんぱく質10g

材料(2人前)	分量
人参	150g(1本)
かつおフレーク(オイル漬)	70g(1缶)
卵	1個
めんつゆ(3倍濃縮)	5g(小さじ1)
だしの素(顆粒)	3g

作り方

- ① 人参の皮をむき、千切りにする。
- ② 卵は、容器に割りほぐしておく。
- ③ フライパンにかつおフレーク缶のオイルを入れる。中火にかけ、フライパンが温まったら①の人参を入れる。
- ④ 人参がしんなりしてきたら、かつおフレークを入れる。
- ⑤ 分量のめんつゆ、だしの素を入れ、炒める。
- ⑥ ②の溶き卵を流し入れ、全体に回しながら流し入れ、炒め、完成。

岩手ホスピスの会 がん患者さんのための公開栄養講座のお知らせ

「がん治療中に体力を落とさない食事の工夫」

日時：2025年10月4日(土) 13:30～15:00

場所：岩手保健医療大学 2F 講義室1 (盛岡市盛岡駅西通一丁目6番30号)

講師：蛇口真理子さん 参加費：無料 問い合わせ：岩手ホスピスの会 TEL 090-2604-7918