「桜の樹」ニュースレター vol.31

岡倉天心記念
がん哲学外来・巣鴨カフェ「桜」
2024.2

「山本ひろみさんと谷中天王寺のしだれ桜」

小泉　毅昇

巣鴨桜カフェを知ったのは、2 年ほど前、初めてがんカフェに参加させていただいた流山のカフェに、山本ひろみさんが顔を出されていたことがきっかけでした。

それから数か月後、西巣鴨にある大学に通っていたので、すぐ近くということもあり桜カフェにおじゃまさせていただきました。

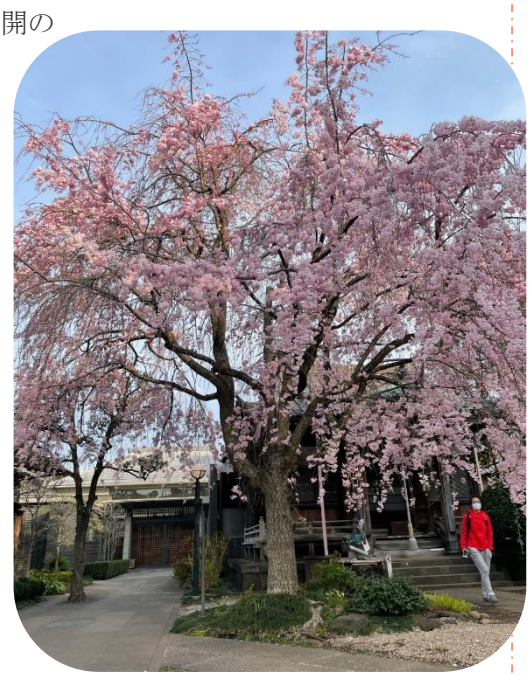
何よりも忘れられないのは、山本ひろみさんが、27 年前に先生から手術をしないと来年の桜は見られないと言われ、手術が終わって退院し家に帰る時、満開の桜が迎えてくれたというお話でした。それ以来毎年谷中の桜を見に行かれていたそうです。

そのお話を伺った頃、私は桜の花の絵を描くことに夢中になっていました。理由は、定年退職までやっていた仕事が、年度ごとに大きな区切りがあり、毎年桜の季節に大きな別れと出会いがあったという経験からです。桜の花を見ると自然に、感慨深い寂しさ、緊張感、そして希望の思いが沸き上がっていたからだと思います。そして山本さんは、その頃描いた私の桜の絵を、わざわざギャラリーまで見に来てくださいました。心から感謝の気持ちでいっぱいになりました。私は昨年からご縁があって、日暮里駅からすぐ近くの谷中天王寺というお寺に僧侶として勤めています。

山本さんにそのことをお話したら、ご主人の実家の菩提寺もお近くの、修性院という同じ谷中七福神のお寺ということでご縁を感じました。しかも、山本さんは天王寺の山門を入ってすぐ右にあるしだれ桜がお好きで、毎年満開の時期におみえになっていたということも知りました。なんと！私よりもずっと以前からその桜をご存じだったのです。この写真が、私が勤める前の年に、山本さんが撮られた天王寺のしだれ桜です。

そしてもう一枚が谷中霊園の桜並木です。

そうしたご縁があり、桜の DNA が引き継がれている巣鴨桜カフェを、微力ながらも応援させていただきたいと思っています。



天王寺のしだれ桜
撮影　山本さん

谷中霊園の桜並木　撮影　山本さん

「鶴の恩返し」

ミニオン

毎週　抗がん剤。輸血。を繰り返していた私がドナーバンクを使って骨髄移植をしたおかげで　この二つを摂取することがなくなりました。感謝。感謝。なのです。これからは恩返しのために骨髄バンクのお手伝いをしようと考えています。骨髄を待っている人が日本に 1000 人以上いるそうです。患者さんに頑張って下さいの気持ちを込め千羽鶴を作る計画があります。そのお話しをガン哲学カフェでお話ししたら「あなたにも作ってあげたよねー」て言われて。ビックリしました。そして思い出しました。自分が骨髄移植。無菌室に入る時　ガン哲学カフェメンバーが折り鶴を作って。がんばーれメッセージも。山本さんが動画にして LINE に。「喉元過ぎれば熱さを忘れる」まさにこれでした。

Photo by　ミニオン

「がん相談支援センターとは」

ニャンコ先生

もしご自身や親しい方が「がん」と診断された時、治療については、医師はいくつかある方法、例えば手術、放射線、内服薬を教えてくれますが、その決定は本人に任せることが多いです。

その時に納得できる治療をしてもらうためにはリスクを含め理解してなければなりません。なにもかも自分で調べられる方は必要ないかもしれませんが、そうでない方の相談窓口の一つ「がん相談支援センター」がどんなものかを書きます。

「がん相談支援センター」とは全国の「がん診療連携拠点病院」や「小児がん拠点病院」「地域がん診療病院」に設置されている、がんに関する相談窓口です。名称はそれぞれの施設で違う呼び名かもしれません。

ここでは誰でも無料で、匿名でも、面談・または電話で相談できます。内容はがんの疑いがあるといわれた時、診断から治療、その後の療養生活、さらに社会復帰や、生活全般に渡る疑問や不安を感じた時、どのフェーズでも相談できます。さらに何を相談してよいのかわからない時も対応しています。

Photo by ミニオン

また相談内容は担当医や、病院のスタッフを含め、他の人に知られることはありません。

このような制度、施設を利用し、問題を解決するために参考になればと思います。

Photo by 美恵子

「家族に支えられて」　　凪ちゃん

昨年の春に、かかりつけの病院で知り合った看護助手の方と初めて食事をしました。いつも明るい笑顔で挨拶をしてくれる彼女と、お話ししたいと思いお誘いしました。私ががんを患った話しをすると、とても心配してくれました。そして今は落ち着いていると伝えると、涙を流して喜んでくれました。

夏の間に2回程ランチをしました。自己紹介から始まり家族の事など話は尽きることなく、充実した時間でした。彼女は、子供の頃からリウマチを患い、通院など、家族に負担をかけているのではないかと悩み続けてきたそうです。今も突然の手首の痛みや腫れがあり、通院と仕事を両立されています。家族や周りの人達に見守られ身体の弱い部分と向き合い、そのような自分と葛藤しながら、頑張ってきたのだと思いました。

年末、久しぶりにランチのお誘いのラインを送ると、長文の返信がありました。お父様が肺がんで末期であり、治療せず自宅での緩和ケアを選んだとのことでした。彼女は相当なショックを受けているようでした。同時に、余命を宣告されたお父様に出来ることを、精一杯やりたいという気持ちが伝わりました。

家族が病気になり、余命を宣告されるのは本当に辛く悲しいことだと思います。それでもそばにいて支え続ける家族愛は愛おしいと感じます。病気による痛みや、先の見えない不安、死と向き合う気持ちは、家族の想いという力に支えられているのだと思います。

Photo by うらちゃん

彼女の気持ちと生活が落ち着いたら、ランチのお誘いがあるだろうと心待ちにしています。

「あれから二年」　　美恵子

生後3か月のモコちゃん

Photo by 美恵子

あれから二年が過ぎました。娘は肺がんを手術した後の二年後、再発転移が見つかりました。漸く十回目の抗がん剤治療を終えた時、あまりの辛さに耐えきれなくなり「もうこれで止める。必ず治るのであれば何とか頑張るけど、どうなるかわからない状況ではこれ以上は無理！もう充分生きたのでこれで終わりにしたい」と涙ぐみながら私たち家族に告げました。「病院の先生にも会いたくないし病院にも行かない」と言い張りました。私たち家族はどう説得して良いのか見当もつかず、取り敢えず落ち込んでいる娘を元気づけようと三か月になる保護犬を引き取ることにしました。数か月して子犬もスッカリ懐いて娘もとても可愛いがっておりました。そんな時、ある方の紹介で「山本ひろみさん」にお会いする機会を得ました。ご自分の体調も良くないのに、穏やかに心暖かくご自分のお話をして下さいました。それから樋野先生の面談をはじめ、カフェの方々にも優しくして頂きました。そんな時、担当の先生から「遺伝子検査」を勧められました。本人は最初「どうせ無駄骨になるので」と言って全然乗り気では無かったのですが、愛犬とのふれ合い、樋野先生や癌仲間との交流を重ねるうちに「！もう少し生きたい！」と思い始めた様で検査を受けることにしました。今までも期待してはダメの状況が続いたので今度もあまり期待しておりませんでしたが、先生から「結果が出ましたので直ぐ来て下さい」とお電話頂きました。早速病院に行ったら、先生から「伊藤さんは数十人に一人の確立の薬が上手くヒットしましたのでこれで治療しませんか？」と勧められました。娘は即座に「是非その治療をお願いします。」と即答しました。それが現在服用している薬です。実際に服用し始めると食欲も落ちず多少の副作用も薬で抑えることができています。治療を続けるうちに少しずつ生きる意欲が涌いてきた様で、今では旅行・陶芸・カフェ巡り・愛犬とのふれ合いと、日々ニコニコ笑いながら生きている娘を後ろから見ていて幸せを深く感じています。こんな幸せを与えて頂いている事に感謝しながら、「癌になって見つけた大切なもの」、「病気であっても病人ではない」を実感しております。これを実践することができている娘を誇らしく思っております。この春からカフェのスタッフの役目を頂くそうで、緊張と重圧に不安を感じているようですが、後ろから見守るのも自分の務めと思っております。

Photo by 美恵子

Photo by 美恵子

「最近読んだ本　さみしい夜にはペンを持て　古賀史健」　　うらちゃん

ロングセラー「嫌われる勇気」の作者が書いた考える力を鍛える本。全編「日記を書くことの効用」が童話のような物語形式で綴られている。私自身日記が続かないのは、自分や他者のネガティブな描写が多くなりがちで、書いている時や読んだ時いやな気分になるから。それについての解決策は、「ネガティブな気持ちを過去形にする」という。私はバカだ。と書くのではなく、その時私はバカだと思った。というように過去にすることで今と切り離す。人の悪口も、〇さんは嫌いだ。ではなく、〇さんは嫌いだと思った。と書くとネガティブな気持ちと距離を置ける。もっと距離をとる方法としては、その時花子は、〇さんを嫌いだと思った。と主語を自分以外の名前にする。自分の物語を別人の名前にすると一気に距離ができるので客観的になれるのだ。ほんとうにやってみると、よくわかる、全然感じ方が違うので驚いた。その他、多くの示唆に富む内容で、小中学生向けに書かれたらしいが現在多くの大人たちに読まれている。ぜひ悩める大人に贈りたい。

心動かされるエピソードや素敵なお写真をいつもありがとうございます

岡倉天心記念がん哲学外来・巣鴨カフェ「桜」
sugamocafe.sakura@gmail.com
https://sugamo-sakura.com/
後援：一般社団法人がん哲学外来

代表　西原　光治
編集　浦川慶子