

## かんわ News Letter vol.3 June.2014

もうすぐ七夕です。



こんにちは。緩和ケア普及室です。ボランティアさんや保育士さんが飾ってくれた笹の葉に、今年も願い事がかかれた短冊がたくさんかけられています。毎年この時期になると「看護師さんたちがずっとずっと元気でいられますように。」と願いを込めてくれた R くんのことを思い出します。（今も、お空で見守ってくれています）センターのこどもたちの願い事は見ていてせつなくもなりますが、いろいろなことに気づかせてもらうことも多く、毎年大切にみていこうと思っています。さて、今月のメンバー紹介は、「こどもたちに笑いを届けたい！」そんな願いをいつも胸に秘めている緩和ケアサポートチーム隊長（？）のご紹介です。

ある柏木看護師と最初に会った時の印象は、「きれいな人だけど、ものすごい天然の人だな。」でした。今も変わらずそう思っています。

### 緩和とは

緩和、という言葉を知ると何を思い浮かべますか？大辞泉でひくと、厳しさや激しさの程度を和らげること。また、和らぐこと。Relaxation(リラクゼーション)。と記載があります。薬や注射だけじゃなくて、つらさをどのように和らげるか。話を聞くのも、近くにいるだけでも、笑顔であいさつするだけでも、少し方向性を一緒に考えるだけでも良い時もあるでしょう。絡まってしまった糸のように、いったい何から手を付けてよいかわからない、そんなときもあるかもしれません。完全に元のように戻らないかもしれませんが、少し緩めること、のお手伝いは出来るかも知れません。遠慮なく、緩和ケアサポートチームの人と話をしてみたいと、担当の医師、看護師に伝えてください。

### これからの緩和のこと

この間、成人の医療記事で、ある投稿を見つけました。「ごめんなさい、ちょっとおなかが痛いんだけど…」腹部の痛みが出てきた一人のおばあちゃん。「先ほど痛み止め使ったので、あと2時間使えません。」と受け持ちの看護師はそのように話をして去って行った。そこにお掃除の方が来て、「私がおみ箱を片付けるとき、ドン、と置いてしまったから、響いたのかな、ごめんなさい。大丈夫ですか。」緩和って、みんなができる、こういうことなんですよ、きっと。

**緩和ケアサポートチームの横須賀先生にも、どうぞお気軽にお声かけくださいね。**

お問い合わせ： 緩和ケア普及室 柏木順子【PHS5984】

### 「こどもたちに笑いを届けたい！」横須賀とも子です



### はじめまして

みなさん、はじめまして。血液再生医療科で、170 cm位ある、ショートカットの…。ピンときましたか？困ったときに頼られることがとても嬉しい、生まれながらの姉御肌の**横須賀とも子**と申します。性格は大らかで、気さくで、明るいです。たまに調子に乗ります。皆さんも見かけたら声をかけてください。



### きっかけ

2013年4月に神奈川県立子ども医療センターにやってきました。緩和ケア普及室の室長である青い帽子をかぶった、髭の三輪先生と、ばったりお会いし、いつの間にか、緩和チームの一員となりました。その時の三輪先生の印象は、「この先生は手術室じゃないのに、なぜ帽子をかぶっているのだろう。雲みたいな頭だな」でした。緩和ケア普及室専従の看護師で

