

# ビハーラレポート

平成31年2月21日 発行 **No. 78**

ビハーラ秋田 ホームページ <http://vihara.main.jp>

フェイスブック <https://www.facebook.com/vihara.akita>



パステルアート（吉田みどりさん作）

## CONTENTS

---

- ビハーラセミナー 本当のグリーンケア～津波で生き残った禅僧の話～…2
- 「いきたひ」上映会報告……………4
- ビハーラ cafe……………5
- インフォメーション……………7
- 各地区事務局……………8

# ビハーラセミナー

本当のグリーフケア ～津波で生き残った禅僧の“いのちの話”～



平成 30 年 6 月 22 日、北秋田市民ふれあいセンター・コムコムにおいて、佐藤良規 師（岩手県一関市・曹洞宗 藤源寺住職）をお招きしてビハーラセミナーが開催されました。

講師の佐藤良規さんは、先々代ご住職でもある父方の祖父、母方の祖父のご逝去から「死」についての思索を深められ、その後様々な職種を経験されてから実父の先代ご住職のご逝去を経て、藤源寺住職となりました。

その後、地元・一関市の病院にあるホスピス病棟でのボランティアなど、苦悩を抱えた方々に寄り添う活動をされていましたが、あの東日本大震災の際に釜石市で津波に呑まれかけ、運転していた車の屋根に上がって数度の波を受けた後、対向車線にいたトラックの上に移らせてもらい九死に一生を得るという体験をされます。

周囲の方から「よかったね、和尚さんはやっぱり護られてるんだね」と声をかけてくれることが度々でしたが、それに大きな疑問や苦悩を感じられたとのこと、よかれと思って言うてくださるのは理解できるものの、あの2万人もの尊いいのち、とりわけ幼い子供達が亡くなったのは“護られる何か”のない人々だったのか、神や仏がどんな取舍選択をしてあんな犠牲を強いたのか、自問自答され

たといいます。そこであらためて「生きてるってことはすごい、素晴らしい」と実感されたそうです。

震災を機に更なる活動の幅を広げ、津波で子供を亡くした親の会のサポート、NPO「はまわらす」の理事長として海に恐怖感を抱いた子供達にもう一度海に親しむ機会を提供、ご自坊においても「ぼうけんあそび寺」や「千年藝術の森」構想など、子供や地元の自然の未来を思っの取り組みなど、「生きる」ことを支え希望を見出す各種活動を精力的に行っておられます。



また仏教や禅について、藤田一照老師に師事されて“マインドフルネス”を取り入れた新たな観点を講演やインターネットを通じて発信され、多くの方々より支持されています。

そうしたご経験を通して、この度のセミナーでは

悲嘆や苦悩を抱えた人々へのケアについて、「生きているだけで、私達は“ギフト”をいただいている」という点をベースに迫真の言葉と時にユーモアを交えつつ、来場者一人ひとりに語りかけるような内容で、定員を超えた約60名の参加

者の皆さんも熱心に聴き入っておられました。

セミナーの終わりには来場者一人ずつ手を握りながらお見送りしていただき、目に涙を浮かべながら手を握り返す参加者の姿も多数見受けられました。



下記の師のブログもご参照ください

「Unlock yourself. 自分を”アンロック”せよ」 <http://satoryoki.hatenablog.com/>

# 『生死(いきたひ)上映会 in ニツ井』

平成 30 年 11 月 9 日、能代市ニツ井町のニツ井公民館講堂にて、ドキュメンタリー映画『生死(いきたひ)』が上映されました(主催:いきたひ上映会 in ニツ井 実行委員会)。

臨終間際の夫を自宅で看取った妻、そして同様の体験をされた方々の声を集めた本作品は、家庭から「死」が切り離された現代に、人生の最終章をいかに迎えるか、いのちの尊さとは何かを問い直すメッセージが込められています。



映画の趣旨に鑑み、当会も協賛・協力団体として実行委員会に加わり、セミナーに替えて上映会実施の運びとなりました。

映画は長谷川ひろ子監督(五城目町出身)が末期の耳下腺がんで自宅療養を続



ける薬学博士のご主人を、4人の子供と一緒に看病しながらその姿をホームビデオで撮影、当初は病気が治って元気になった後に闘病の記録として考えていたのが叶わず、夫は47歳で

亡くなります。3年後、長谷川監督は映画にすることを決意し、編集・音楽・ナレーションもすべて自らの力で制作したものです。これまで300ヶ所以上で上映され、今なお全国からオファーが届いているとのこと。

映画上映に続いて、長谷川監督のピアノ伴奏による歌と講演というプログラムでした。当日は雨の中ではありませんでしたが、おかげさまで約300名のご来場をいただき、多くの方が深い感銘を受けられた様子でした。

循環器内科・小児科

**奈良 医 院**

〒018-3322 北秋田市住吉町 7-1

TEL 0186-62-1146

FAX 0186-62-1194

# ビハーラ Cafe

がん患者と家族のサロン

## 「私の終活 あなたの終活」

平成30年10月6日、北秋田市のトーブカフェを会場に「終活」をテーマとしたビハーラ café が開催されました。

「終活」というと、昨今はお葬式やお墓など、死後の問題にフォーカスされがちな感があります。本来は死に至る以前の医療や介護の問題も含めて、自分の意志をどのように生かすか、という点が「終活」を考える上で大切なことと思われます。



始めに新川代表より、秋田市の合葬墓や墓じまい、家族葬、胃ろうといった話題を交えて、終活を考える上でのポイントに、

- 一人で決めない
- いったん決めたことでも時間が経てば変わる
- そもそも「生き死に」に関わることは思い通りにならない
- ある程度は遺された人に任せることも大事

といったお話をしつつお茶やコーヒーをいただきながら、参加者皆さんでご自身の人生の終盤にまつわる医療や介護、お葬式やお墓について、思うところを意見交換し、和やかなひとときを過ごしました。

## 「がんサロン交流会に参加して」

12月16日には、この年最後のビハーラ café が行われました。



11月4日に行われた「県内がんサロン交流会」に新川代表が参加された際の報告（様々ながんサロンが県内にあること）や、茶話会では、日頃の思いや、新聞のコラムからの話題（親ががんなどの重い病気になった際の子どもたち心理やその向き合い方）など、多岐に渡る話題が交わされ、コーヒーを飲みながら穏やかなひとときを過ごしました。

## がんサロン交流会の参加報告

平成30年11月4日、秋田県総合保健センターで行われた「がんサロン交流会」にご案内をいただき、新川代表が参加してまいりました。

近年、県内各地で同様のサロンが開かれています。治療に関する情報交換、患者さん同士の交流やレクリエーションなどを目的に様々な活動が行われていることを、あらためて知る機会となりました。

当会の「ビハーラ cafe」についてもご紹介する時間をいただきました。患者さんやそのご家族、医療関係者やそのOB・OG等が発起人となって立ち上げられたサロンがほとんどの中、僧侶が常駐するサロンはある種の独特な存在だったのでしょうか、発表後に数名の方からお声かけや質問を寄せいただき、この分野での宗教との接点を求める感触を少なからず得ました。

## がんサロン紹介冊子について



闘病生活を送る人を支援する活動をまとめた「がんサロン紹介ブックあきた」が、秋田県内のがん患者らでつくる「秋田県がん患者団体連絡協議会 きぼうの虹」から作成されました。

この冊子には、当事者の会や患者家族の集いのほか、看護師らに相談ができる秋田大大学院の「おらほの暮らしの保健室」など24の活動が紹介されています。

当会「ビハーラ秋田」も、僧侶らとの語りを通じて、治療への不安や死生観と向き合う取組みとして紹介されています。

また、河北新聞（1月8日）でも取り上げられ、きぼうの虹で代表を務める田中鈴子さんの思い～「身近な人にがんを知られたくないと遠方の活動に参加する人もいる。当事者が自分に合った支援にたどり着けるような、できるだけ多くの選択肢を届けたい」～も紹介されました。なお、この冊子は県内の病院などで無料配布されています。

# インフォメーション

## ●平成31年度総会・ビハーラセミナーのご案内

日時 平成31年3月2日（土）  
午後4：00～ 平成31年度総会  
午後5：30～ ビハーラセミナー  
演題 「ネパール眼科医療支援  
（アイキャンプ）について」  
講師 小林眼科医院院長 小林 真 先生  
会場 北秋田市民ふれあいプラザ コムコム  
参加費 500円（当会会員は無料）



長年、ネパールでの医療支援活動に携わっておられる、小林眼科医院（北秋田市）の小林先生にお話を伺います。

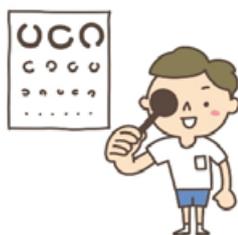


4年前に発生したネパール大地震の際に、当会も「救援募金托鉢」を大館・鷹巣で実施するにあたり、「鷹巣でネパールといえば小林先生」と思い立ち情報交換させていただいた時以来、このような機会をいつかと思っていたことに加えて大地震の影響など、その後のネパールの様子も気になる

ところでした。

今年の2月にも「アイキャンプ」を実施、ネパールから帰国されて間もない時期ですので、現地のホットな話題も聴かせてもらえることでしょう。

会員以外の方の聴講も歓迎します。ご家族ご友人をお誘い合わせでお越しください。



虹のホール

磐ジェイエ大館・北秋田葬祭センター

北秋田 〒018-3301 北秋田市綴子字田中大道下154番地

大館 〒017-0864 大館市根下戸新町10-15

 0120-62-9997

## ビハーラ

## 入会案内

随時入会できます。各事務局までご連絡ください。  
ビハーラレポートや各種案内を送付させていただきます。  
年会費 2,000円  
郵便振替 02580-5-50937

各 地 区 事 務 局		
能代地区	山田 俊哉	0185-58-2302 (倫勝寺)
藤里地区	新川 泰道	0185-79-1522 (宝昌寺)
ニツ井地区	木村 高寛	0185-73-2755 (梅林寺)
鷹巣地区	佐藤 俊晃	0186-66-2032 (龍泉寺)
大館地区	佐藤 善廣	0186-49-5173 (本宮寺)
森吉地区	奥山 亮修	0186-72-4143 (龍淵寺)
阿仁地区	今井 典夫	0186-82-2418 (善勝寺)
上小阿仁地区	保坂 康雄	0186-77-2750 (福昌寺)
合川地区	亀谷 隆道	0186-78-2344 (太平寺)

### 【編集後記】

レポート作成作業が遅くなり大変ご心配をおかけすることとなりました。申し訳ありません。今度のビハーラセミナーはネパールのお話。自分の新婚旅行がネパール・ヒマラヤトレッキングでしたので、とても期待しております。

富樫善明

### 事務局から

レポート内でも少し触れましたが、「秋田県がん患者団体連絡協議会きぼうの虹」で作成した冊子を当会にもいくらか頂いております。ご興味のある方はどうぞお問い合わせください。

また、会員皆様におかれましては、新年度につき、年会費の納入をお願いいたします。

皆様からのご意見・ご感想・情報をお待ちしております。その他、住所変更などございましたら事務局までご連絡お願いいたします。

ビハーラ秋田 事務局 (大館市本宮寺内)

〒018-5752 大館市本宮字熊の下 14

電話 0186-49-5173 Eメール [vihara@jt.main.jp](mailto:vihara@jt.main.jp)