

ニュースレター第13号をお届けいたします。今年最初の号は樋野先生とスタッフの戸田が担当します。

『訪れる人を 温かく迎い入れる』 ～ 『大きな愛を込める』 ～

樋野興夫 (順天堂大学名誉教授、新渡戸稲造記念センター長、恵泉女学園理事長)



2024年1月20日(土) 午後は、『お茶の水メディカル・カフェ in OCC』に出席した。『他人へのおもいやり』の実践の場である。

午前、東急池上線で大田区立調布大塚小学校での【『令和5年度 体育・健康教育 授業地区公開講座：自分らしさを失わないために大切なこと』で、『6年生授業』と『教員、保護者向けの講演及び意見交換会』】に赴いた。

東急池上線沿いにある洗足池の勝海舟夫妻(勝海舟:1823-1899、民子:1821-1905)の墓に行ったことが鮮明に蘇ってきた。母を亡くして悩んでいるクララ・ホイットニー(Clara A. N. Whitney、1860-1936)に対して、勝海舟の奥さんの言葉『悲しい時には 私達の所へいらっしゃい、一緒に泣きましょう、そしてあなたが 仕合せな時には 一緒に笑いましょう。さあ勇気をお出しなさい、— これから先の長い年月のことは考えず、今日という日以外には 日がないと思って ただ毎日をお過ごしなさい』は、まさに『訪れる人を 温かく迎い入れる = OCC カフェ』の原点でもある。

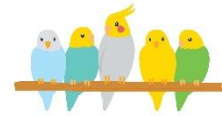
【『涙とともに パンを食べた者でなければ 人生の味は分からない』(ゲーテ:1749-1832)、ゲーテを こよなく敬愛したスイスの作家 ヨハンナ・シュピリ(1827-1901)の『アルプスの少女ハイジ』(『ハイジ、クララ』の『自己形成小説』)】は、『喜んで無邪気に 小さなことに 大きな愛を込める = OCC カフェ』の心得である。



## 『一緒にすること』は立派な前向きをサポート

大切なひとがわからない何かと立ち向かおうとしているとき、あなたならどうしますか？

人は得体が知れない何かと向き合うとき、不安や怖さをもつことが多いと思います。それは…何がわからないから不安で怖い部分も大きいはずです。テレビ、雑誌や本など、さらにはインターネットやSNSの発達により家に居ながら様々な情報を容易に手に入れることができる昨今。それ調べて何かわかったとして不安や怖さはなくなるのか？逆にわかったからこそ不安が大きくなり怖くなるのではないか？そんなこともあります。



## 『一緒に気にする』『一緒に怖がる』『一緒に考える』

樋野先生がおっしゃるところの犬のおまわりさんも「こまってしまって わんわん わわん！ わんわん わわん！」と泣いているばかりの子ネコちゃんと一緒に鳴いています。一緒に何かをしたり、怖がったり、考えたり、一緒に何かをすることだけで、解消につながるがあります。

大切なのは自分の中にある感情や想いを言葉にして相手にしっかりと伝えること。そして、相手の伝えてきた言葉をそのまま受け止めること。きっと、『一緒にすること』はその人が抱えている不安や怖さ共有することであり、解消につながるわたしにできる立派な前向きをサポートなんだと思います。

しかし、伝えたことに対して「気にしすぎ」と言ったり、「怖がりすぎ」と言ったり…これだと何にも一緒にしていません。相手の必要に共感できず自分の気持ちで接している余計なお節介になります。こんなことをされたら何にも一緒にしたくなくなるし一緒に居たくなくなります。

## 気にするポイントや怖さは人それぞれ

だからこそ、お互いにその想いや気持ち、感情をしっかりと伝える、お互いに知っておくことが大切です。そして、ここが『一緒に何かをする』という前向きなサポートの原点であり、スタート地点。そこから一歩ずつ一緒に臨んでいくということを、これからもわたしはしていこうと思います。

わたしがお茶の水メディカル・カフェ in OGCに参加したのは2021年の11月、コロナ禍を経て新生のOGCカフェとして再開されたときに初めて参加しました。その後、ご縁あってバトンを受け継ぐかの如く2023年11月からスタッフとして参加させていただくこととなりました。

いろんな方の意志や想い、経験や体験を知恵としつないでいくことをモットーにスタッフとして、がん遺族として、医療従事者としてこれからは携わらせていただきたいと思います。これからもよろしくお願いします。



お茶の水メディカル・カフェ in OGC スタッフ 戸田 裕子