

- ② アジアの途上国を「日本の心」で医療サポート  
特定非営利活動法人 ジャパンハート
- ⑥ 第8回 社員総会報告
- ⑦ 新役員就任あいさつ  
●副代表 小林和明／森本弘道  
●理事 栗田 正／藤井 基
- ⑧ 親切の科学：「小さな親切」が健康長寿につながる！
- ⑩ 「しんせつさん」に聞きました 実行章受章者アンケート
- ⑫ 声優さんがやってきた！  
新潟県 長岡市立深沢小学校
- ⑬ コラム「これってどうなの？」／のんちゃんのおすすめスポット紹介
- ⑭ Information & HIROBA



## 表紙写真

- ①：笑顔で実行章を受ける露木サヨ子さん（東京都武蔵野市支部）
- ②：日々多くの命が生まれる「ジャパンハートこども医療センター」（カンボジア）
- ③：紙芝居に引き込まれる子どもたち（新潟県長岡市立深沢小）
- ④：パワースポットとして有名な「別府弁天池」（山口県美祿市）
- ⑤：厳島神社参拝のお供のイタリアンジェラート（広島県）

「小さな親切」誌は、季刊発行  
春号・5月、夏号・8月、秋号・11月、新春号・1月の予定です

平成 30 年 8 月 1 日発行 通巻 511 号  
編集・発行人 鈴木恒夫  
発行所 公益社団法人「小さな親切」運動本部  
〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町 2-20-4  
TEL. 03-3263-2866 FAX. 03-3263-3838  
<http://www.kindness.jp/>  
印刷所 広研印刷株式会社  
© 無断転載禁止 落丁、乱丁はおとりかえいたします。  
デザイン・DTP 有限会社リトルフット  
イラスト P5、P8、P9：清水 稔／P13：安彦麻理絵



## 「闘病が教えてくれた」

**「頭」** が悪い以外、体には何一つ悪いところはない。これがかつての私の自慢のセリフだった。背は低いし、顔はまずいし、の若い頃。しかし、60歳を過ぎるころまで、病気はおろか、ムシ歯さえ1本もなかった。だから、健康は人間として当たり前のことと思っていた。

その私が、後期高齢者（77歳）のお仲間入りをして2ヶ月後の昨年4月。左手の指の痺れが強くなり、ついに地元の総合病院に入院。頸椎を治すために喉を切開する大手術を受けた。病名は、「頸椎症性筋萎縮症」。おまけに、ごく初期の喉頭ガンが見つかり、こちらは幸いにして切開手術ではなく、放射線治療ですむことになったが、2ヶ月近い入院の後、退院後もそれ以上に長い通院の日々。

**「食」** 事は喉を通せず、お腹に穴をあけて胃に栄養液を1日3食分注入する「胃ろう」。自分の手で処理する他なく、ベッドの上で苦闘を続け、ようやく流動食を口からとれるようになったら、今度は自宅にリハビリの訪問看護を週に1回、受けるようになった。そして、10キロ余り減っていた体重も次第に元に戻り始め、1年近くたった今、ほとんど手術前と同じ。しかし、訪問看護は続いて、週に1回、女性看護師さんが自宅に来て、手当てをして下さっている。

しかし、まだ腕の筋肉は元に戻らず、とくに右手が真横から上にあがらない状態だが、歩行に不自由

もなく、心配してくださる方々に対し私は、「いや、お陰様で9割がた回復しました」と言えるところまで来た。3ヶ月ごとに定期検査を受け続ける状態だが、例えば文字を書くのにも問題はなく、「元新聞記者が字を書けなくなったらオシマイよ」とおどけて言えるところまでになった。

**そ** んな私が今、心の底から申し上げたいのは、他人様の親切のありがたさだ。これまでの自分の人生の中で、自らの体験によって、これほど頭の下がる思いにかられたことはなかった。お医者さん、看護師さんをはじめとする医療関係者をはじめ、食事、掃除など、患者の生活のすべてをサポートして下さる方々。昼も夜もなく患者の生命を守り、助け、回復させようと、まさに「滅私」の働きをし続けて下さる姿。「いや、これは私の仕事ですから……」と照れくさそうに言われた方もおられたが、私は病気を初めて、人の心の尊さを感じてきたと言っている。

折しも、この原稿を書き終えようとしていた時に飛び込んできたのは、横浜の病院で一昨年の9月に起きた入院患者の死亡事故が、31歳の女性看護師の消毒液投与による殺人事件、というニュース。この他にも、恐るべき事件の頻発が続く社会のありさまに、天を仰ぎたくはなるものの、決して絶望することなく、人の心の優しさを追い求めていこう。

「頭が悪い」のを治すのは無理だが、健康だけは取り戻して、さあ、愚生なりにもうひとふんばり!!