



信州地域社会フォーラムと共催したワールドカフェの様子



薬王山東昌寺住職 飯島恵道さん  
(ケア集団ハートビート代表)



信州大学医学部保健学科准教授  
山崎浩司さん

る死や死別について以前よりもオープンに話せるようになり、死別体験者を支援する「グリーンケア」の考え方や実践が生まれた。山崎さんによれば、日本でも同じような展開が見られるが、まだまだすべきことがあると言う。「地域のつながりが希薄になったいま、大切な人と死別した方々のサポートには、もっと宗教、医療従事者、葬儀社などの連携が必要だと感じています」

そのような生老病死のトータルケアが根付く地域づくりのきっかけとなるように冊子づくりを行った。そして出来上がったのが「大切な人を亡くしたとき〜長野県・中信地方版〜」である。大切な人を亡くした時の気持ちにどう向きあっていたらいいか、事前に話し合っておきたいこと、死と直面した時にやらなければならない必要なことや手続きなどがわかりやすく書かれている。やさしく語りかける

ような文面に、死別を味わう人の心情をくみ取ってこの冊子を作った想いが反映されている。この他、死別や看取りに関する講演会や死別体験者や支援者を対象としたわちあいの会なども開催。メンバーの一人である松本短期大学看護学科教授の山下恵子さんは、子どもを亡くした親の会「たんぽぽの会」の代表でもあり、生きることやいのちの大切さについて考える場づくりに力を注ぎ、悲しみにあたたかい地域づくりに貢献している。



イギリス最大の死生学のセンターがあるバース大学のトニー・ウォルター先生を招いて開かれた語らいの集い



冊子「大切な人を亡くしたとき〜長野県・中信地方版〜」  
「ケア集団ハートビート」のホームページからダウンロードできる



命のパネル展を開催した時に行ったキャンドルナイト



松本短期大学看護学科教授 山下恵子さん

# ケア集団 ハートビート

長野県中信地方を中心に、誰もが満ち足りた人生をまっとうでき、大切な人を亡くした後も人々が支え合って生きていける地域社会の実現をめざして活動する市民団体「ケア集団ハートビート」。死や死別を見据え、人生そのものを考え、語り合う場をつくり出している。



大切な人を亡くした時に  
人々が支え合えるまちづくり  
有意義な人生を送るために  
必要なことを学ぶ

主な活動拠点は、松本市の東昌寺。看護師として諏訪中央病院の緩和ケア病棟に勤務した経験をもつ、このお寺の住職である飯島恵道さんは「ケア集団ハートビート」の代表である。この団体は、死別や看取りについて様々な活動をしている。そのひとつに、偶数月の第一火曜日に開いている読書会がある。毎回、死別や看取りがテーマの本を一冊選び、参加者は次の会までにその本を読み、心に響いたことや、感想などを意見交換する。人それぞれの観点を共有しあう中で、さまざまな角度から物事をとらえることができ、新たな発見や気づきが見えてくる。まさに、人と人が分かち合うこと、つながることによって新しい可能性が開けてくるのだ。それを実践し、この輪を少しずつ広げていけたらという思いで活動している。

メンバーの一人である信州大学医学部保健学科准教授の山崎浩司さんは、「医療が発展し、死に方、生き方についての選択肢は広がりましたが、一方で、どうすれば人間的に死を迎えられるのか、看取れるのが問題になってきました」と話す。こうした問題に対応すべく、欧米では日本に先がけて医療者や学者が「死生学」を発展させてきた。そして、誰もがいつかは直面す