Relief

［リリーフ］

2019 JANUARY

Vol. 34

CONTENTS

- 第６回いのちのリレー大会
- AED訓練器等助成活動紹介
- アジア太平洋災害医学会
- 2018年度第４回・第５回・第６回・第７回いのちのセミナー
- 2018年度公募助成活動紹介
- 今後の催し等のお知らせ

公益財団法人 JR西日本あんしん社会財団

JR-West Relief Foundation

救急フェスタin京都 第6回 いのちのリレー大会を開催しました

11月3日（土・祝）、京都駅ビル駅前広場にて「救急フェスタin京都～第6回いのちのリレー大会～」を開催しました。（主催：公益財団法人JR西日本あんしん社会財団・西日本旅客鉄道株式会社、共催：一般財団法人日本AED財団、協賛：オムロンヘルスケア株式会社、協力：京都市消防局・京都橘大学救急救命研究会）
メインイベントである「いのちのリレー大会」では、小学生から大人までの20チーム計60名が参加し、倒れている人を発見してから救急隊に引き継ぐまでの救命処置を3人1組のチームで協力して行い、救命処置の的確さを競いました。また、JR西日本や京都市消防局などが「心肺蘇生・AED体験」や「こども制服の着用」、「ホーム非常ボタンの使用体験」、「ミニ消防車」のコーナーを設けるなど、家族揃って「いのち」の大切さを学んでいただきました。

開会式

京都駅長の開会宣言と、昨年度の神戸大会優勝チーム「117KOBE ぼうさい委員会チームA」の大学生3人による元気な選手宣誓で幕を開けました。

出場チームからは、「『いのちを守る』を合言葉に3人が力を合わせて頑張ります。」、「普段の練習の成果を発揮して必ず優勝します。」、「誰一人として失っていい『いのち』などない！ぼくたちの手でつなげてみせます。」など、大会に向けて力強い意気込みをいただきました。

開会宣言

選手宣誓

予選

全20チームが、年代別の4ブロックに分かれ、各ブロックから1チームずつ、4チームが同時にステージに上がって、1チーム3名で協力しながら救命処置を行いました。各ブロック上位2チームが決勝に進出しました。

Aブロック（小学生）

下京ジュニア消防団

ポーアイコードブルー～弓晃大（急行隊）～

南ジュニア消防団Aチーム

南ジュニア消防団Bチーム

ライフサポート

Bブロック（小学生・中学生）

KMK

チーム「IKUNO～助け隊1年～」

チーム「IKUNO～助け隊2年～」

南ジュニア消防団Cチーム

南ジュニア消防団Dチーム

Cブロック（中学生・高校生）

京都精華学園高等学校Aチーム

京都精華学園高等学校Bチーム

京都精華学園高等学校Cチーム

京都聖母学院チーム

チーム「IKUNO～助け隊3年～」

Dブロック（高校生・一般）

117KOBEぼうさい委員会チームA

117KOBEぼうさい委員会チームB

京都精華学園高等学校Dチーム

中仁野自主防災会

東播磨地域防災の会

決勝

予選を突破した「南ジュニア消防団Bチーム」、「ライフサポート」、「KMK」、「南ジュニア消防団Dチーム」、「京都聖母学院チーム」、「チーム「IKUNO ～助け隊3年～」」、「117KOBE ぼうさい委員会チームA」、「117KOBE ぼうさい委員会チームB」の8チームによる決勝を行いました。

1チームずつステージに上がって、3通りの設定場面から指定された場面の状況に応じて救命処置を実演していただきました。

いずれのチームも熱のこもった演技で、審査員の方も優劣が付け難いという様子でした。

競技の様子(京都聖母学院チーム)

競技の様子(チーム「IKUNO～助け隊3年～」)

表彰式

優勝	京都聖母学院チーム
準優勝	チーム「ＩＫＵＮＯ～助け隊３年～」
	南ジュニア消防団Ｂチーム
敢闘賞	ライフサポート
	ＫＭＫ
	南ジュニア消防団Ｄチーム
	１１７ＫＯＢＥぼうさい委員会チームＡ
	１１７ＫＯＢＥぼうさい委員会チームＢ
特別賞	下京ジュニア消防団
	京都精華学園高等学校Ｄチーム

優勝

準優勝

準優勝

敢闘賞

特別賞

受賞者コメント

●**京都聖母学院チーム**
私は３回続けて出場しましたが、ずっと予選敗退でした。毎回、とても悔しくて、上手なチームから学んで、自分たちの救急処置に活かすようにしてきました。
今回、優勝できて本当に嬉しかったです。優勝できたことは、私たちにとって大きな『宝物』となり、たくさんのことを学ぶことができました。

●**チーム「ＩＫＵＮＯ～助け隊３年～」**
今年のメンバーで京都大会に出られて、準優勝をとれたのは、とても嬉しかった。
この「いのちのリレー大会」に3年間参加させてもらって学んだことは、本当にいのちには優劣はないということ。これからも、困った人がいた時に助けられる人でありたいです。機会があれば、また出場してみたいです。

●**南ジュニア消防団Ｂチーム**
僕たちのような小学生でも救命処置ができれば多くの人の「いのち」が救うことができると思い出場しました。
少ない練習時間でしたが、3人で力を合わせることができました。準優勝の賞品は少し重たかったけど、とてもうれしかったです。将来は「消防士」になりたいです。

クイズ大会

審査の時間を使って実施された救命処置に関するクイズ大会では、勝ち抜いた個人や団体に素敵な賞品がプレゼントされました。

イベントコーナー

「心肺蘇生･ＡＥＤ体験」コーナーを設置し、救命講習を行う資格をもつＪＲ西日本の社員が講師となって多くの方に救命処置を体験していただきました。ＪＲや消防の「こども制服」を着用しての記念撮影や日本AED財団によるゲーム感覚で心肺蘇生を体験する「胸骨圧迫レース」などもあり、家族揃って楽しみながら参加していただきました。

「心肺蘇生・AED体験」コーナー

「こども防火服･ミニ消防車」コーナー

「胸骨圧迫レース」コーナー

「ホーム非常ボタン」コーナー

イコちゃんと参加されたお子さん達

体験された方の声（アンケートから）

●親切でわかりやすく説明していただきました。このようなイベントは続けてほしい。
●貴重な体験が気軽にできました。胸骨圧迫の重要性がわかった。
●救命処置を習う機会は、なかなかありません。これからも、このような体験ができる場所があれば参加したい。
などのお声をいただきました。

AED訓練器等助成活動紹介

10月から12月にかけて実施された救命処置普及啓発活動の講習会を訪問しました。
各地で取り組む助成先団体の活動の模様をご紹介します。

10月20日（土）
特定非営利活動法人　エンゼルネット

エンゼルネットが運営する保育所に関わる保護者、保育士、事務職員、ボランティアを対象とした講習会が開催されました。
映像により救命処置の大切さを伝えた後、指導者が全体の手順を説明し、その後、受講者はAED訓練器を用いて心肺蘇生法とAED操作方法を体験しました。体験後は活発な質疑応答が行われ、非常に有意義な講習会でした。

10月20日（土）
ＮＰＯ法人　国際ボランティア学生協会

国際ボランティア学生協会の大学生会員を対象に、講習会が開催されました。前半は、国際ボランティア学生協会が作成した「危機対応講習マニュアル」を用いた学習を行い、後半はAED訓練器を使って実技を行いました。指導者1名あたりの受講者を少人数にして、一人ずつ丁寧な指導が行われていました。受講生からの質問も多く、大変活気のある講習会でした。

10月26日（金）
神戸常盤大学

神戸市立駒ヶ林中学校2年生の生徒を対象に講習会が開催されました。前半は、神戸市消防局が作成した「市民救命士講習テキスト」に沿った説明があり、後半は訓練人形とAED訓練器を用いた実技が行われました。指導者は専門知識の豊富な神戸常盤大学の講師であり、的確な指導で大変わかりやすい講習会でした。

11月7日（水）
広陵町防災士ネットワーク

広陵町民生児童委員協議会のメンバーを対象とした講習会が開催されました。指導者は経験豊富な広陵町防災士ネットワークの方々と地元消防署職員であり、前半は心肺蘇生法とAED使用方法について、デモンストレーションを交えて説明が行われ、後半はAED訓練器を用いて心肺蘇生法の講習が行われました。会場を和ませる寸劇を用いるなどの工夫がなされ、大変楽しい講習会でした。

11月9日（金）
社会福祉法人　白寿会

白寿会に勤めている職員を対象に講習会が開催されました。前半は心肺蘇生法とAEDの使用方法についての説明と実技が行われ、後半は応急手当法（止血法、三角巾の使い方）の講習が行われました。最後に、AEDの使用方法の復習を兼ねて、大阪市消防局ホームページ上の「救命テスト中級編」を受講者全員で行い、心肺蘇生法の知識の定着を確認するなど、大変効果的な講習会でした。

11月10日（土）
大東市立大東中学校

大東中学校は「大東AEDプロジェクト」と称して、在学３年間を通して「いのち」の大切さの学習を行い、安全安心な社会の担い手を育てる活動を行っています。今回、大東中学校で開催された地域の祭りにおいて、大東市地域保健課と連携して「AED体験コーナー」を設置し、来場者に対して救命処置の啓発活動を行いました。PTA関係者から地域住民まで多くの方々が訪れ、『AEDの重要性がよくわかった』との声があがるなど、大変有意義な活動でした。

11月21日（水）
西宮市甲子園二・三番町自治会防犯・防災部
西宮応急手当グループ

甲南女子高等学校の体育授業において講習会が実施されました。心肺蘇生法とAEDを使用する際の一連の流れについて説明した後、十分な時間を割いて実技講習が実施されました。
また、当財団が助成している「チームTEC安[2]」も当日は講師役としてこの講習会に参加し、豊富な指導実績がある2団体からの丁寧な指導が行われる大変有意義な講習会でした。

12月4日（火）
学校法人森ノ宮医療学園
森ノ宮医療学園専門学校

プール学院中学・高等学校の教職員に対する講習会が実施されました。初めに、映像を使って心肺蘇生法の要点を説明し、AED訓練器等を用いて実技を見せました。その後は、6～7名程度のグループに分かれ、一人ずつ時間をかけて丁寧に実技の指導が行われました。受講者の教職員の中には普通救命講習修了者も多く、学校全体で「いのち」を救うために取り組んでいる様子が印象的でした。

「第14回アジア太平洋災害医学会」に出展

10月16日～18日の3日間、シーサイドホテル舞子ビラ神戸にて「第14回アジア太平洋災害医学会」が開催されました。当日、国内外より災害医療関係者約500名が参加し、災害医療や防災対策などの最新動向について、シンポジウムやパネルディスカッションなどが開催されました。当財団も企業展示ブースに出展し、地域社会の安全構築を目指した財団の取り組みについて紹介を行いました。

海外からの参加者と

国連職員に財団の取り組みを説明している様子

財団ブース

財団ブース 訪問者のコメント

- **イスラエルからの参加者**
  イスラエルにも鉄道会社はあるが、このような財団はない。いのちや安全に関わる事業内容を聞いて大切な取り組みだと感じた。
- **オーストラリアからの参加者**
  福知山線列車事故については知っていたが、その後財団が設立されたことは知らなかった。AEDの使用方法など、救命処置の啓発活動を支援することは大変有意義であるので、今後も継続して取り組んでいって欲しい。

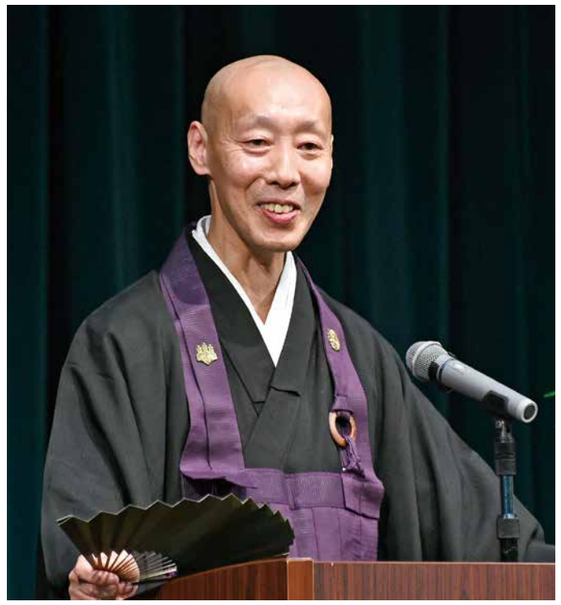
2018年度 第4回・第5回・第6回・第7回 いのちのセミナー～ひとのいのち 私のいのち を考える～

2018年度いのちのセミナーは、「ひとのいのち　私のいのち　を考える」をテーマに8回開催いたします。その第4回を9月21日（金）に、第5回を10月11日（木）に、第6回を11月2日（金）に、第7回を11月29日（木）に、それぞれ毎日新聞オーバルホールにて開催しました。その講演内容の一部をお届けします。

第４回いのちのセミナー
講師：垣添 忠生氏

第５回いのちのセミナー
講師：佃 祐世氏

第６回いのちのセミナー
講師：小笠原 望氏



第７回いのちのセミナー
講師：南 直哉氏

第4回いのちのセミナー

人はがんと どう向き合うか

講師：垣添 忠生氏

公益財団法人日本対がん協会会長、国立がんセンター名誉総長

がんという病気

我が国では一生のうち２人に１人ががんになり、３人に１人ががんでなくなるという、がんは誰にとっても無縁の病気ではありません。がんは遺伝子の異常により発生する細胞の病気ですが、その原因はたばこや食事など、多くは私たちの生活習慣とか生活環境にあります。

がんは長い時間を経て発生、進展する病気であり、心筋梗塞や脳卒中などのように一刻一秒を争うものではないので、なった場合にも、どのように対処すべきか考える時間は十分あります。がん＝死というイメージが強いですが早期の検診で対応すれば死なずに済みます。しかし、日本は検診受診率が低く、既に転移をしているという段階でわかることもあるため、その場合、緩和ケアを提供して尊厳を持って亡くなられる手助けをするというパターンになってしまっています。

がん対策は、①予防 ②検診 ③治療 ④緩和ケアという４本柱で構成されていますが、治療では時に非常に高額な医療行為が行われるため、予防と検診に注力するのが合理的手法だと私は考えています。

私の場合も、がんを２回経験しました。１度目は検診時に見つかり、大腸がんを内視鏡切除しましたが、２度目は自分の病院の検診で腎臓がんが発見され、腎臓の一部を切除しました。私は、幸い双方とも早期発見のおかげで死なずに済んだわけです。

妻の闘病、看取り

妻も体の異常を機に検診を受け、発見された甲状腺がんと肺がんを摘出したものの、その後の検診で、僅か４mmでしたが小さな影が発見されました。リスクも覚悟しつつ提案された陽子線治療を受けたところ、影はなくなり、がんが治ったかに思い喜びました。しかし、６か月後、肺がんの中で最もたちの悪い小細胞がんの転移が発見されたため、最も強いという抗がん剤を投与し、放射線治療も併せて行い、完治を確認するつもりで検査を受けました。結果は、消えるどころか全身化していました。画像を見たとたん余命は３か月だとわかり、そのまま妻へ伝えました。

その後も治療を行いつつ、週末に外泊許可で自宅に帰る毎に妻は引き出しの整理をはじめ、私に手伝わせるんです。妻も自分の余命を承知していたので、私にもののありかを教えていたのではと思います。11月の最後の外泊のときは、銀座の洋服店に行ってお気に入りの洋服を買い、帰宅するとそれを着て楽しげにファッションショーが始まりました。死に装束を選んでいることに私も気づき、それを密かに直ぐに取り出せるところにしまっておきました。

12月になると妻の病状はどんどん悪化し、殆ど寝たきりになりました。しきりに自宅での死を口にするようになり、その決心が固いことがわかると、それに向けた準備を私も始めました。自宅１階に布団を敷けるようにし、酸素発生機を手配し、気心のしれない看護師さんが来るよりもと思い、医療機器の取扱い方や点滴の仕方等を私が習って、12月28日に妻を自宅に連れて帰りました。予め妻が食べたいと言っていたクエ鍋を準備、この状態では食べられないとの予想に反し、在宅の奇跡というか、２杯もおかわりをして美味しそうに食べてくれました。苦労して連れて帰って本当に良かったと思いました。

翌日から意識も途切れがちになり、12月31日夕方６時15分頃、完全に意識を失っていた妻が突然半身を起こして、ぱっと私を両目で見て、私の手をぎゅっと握ったのです。そして、がくっと顎が落ちて心肺停止になりました。私にとって大みそかの夕方６時15分は特別な日にち、時間になったわけです。最後の最後の瞬間に意識を取り戻して、言葉はなかったけれど、「ありがとう」と言って亡くなったんだと思います。その最後の心の通い合いがあったからこそ、その後の、つらい３か月でしたが、何とか生き延びることができたのではないかと思うのです。

私の喪失と再生

とはいえ、清拭や先ほどの死に装束等やるべきことをやった後の正月３日間は、ひたすら妻の顔を見て私は泣いて過ごしました。仕事に復帰してからも、職場では期限のある仕事に追われ気丈に過ごしましたが、家に帰るとわっと涙が出るわけです。そういう生活が３か月くらい続きました。

「あなた、何しているの」もし妻が生きていればそんなことを言われそうだと気づき、それから、体のトレーニングからはじめ、妻とよく出かけたカヌーを再開、料理屋で知合った方とともに登山にも行くようになりました。また、全く新しいことへの挑戦という意味で、居合をはじめました。そういうことを１年がかりでやってようやく見かけ上、元気になってきたわけです。登山に行くときはザックの一番上に妻の写真を入れ、山頂からの景色を見せてやっています。

次の正月は妻が亡くなった直後のように酒をむちゃくちゃ飲むことはなくなり、お節料理もちゃんと食べることができました。ただ、散歩以外にすることがないので、ふっと思いついて妻の病歴だとか、私の苦しみを書き続けたら、書くということが私の深い心の底の悲しみを表出する行為だと気づいたわけです。それから、出版の声がかかり、「妻を看取る日」という本が出てから私の人生は一変しました。この内容がNHKでドラマ化され、大きな反響を呼び、たくさんの手紙をもらいました。総じて自分はこんなに苦しいんだけど、がんの専門家でも奥さんを亡くしてそんなに苦しいならもうひと頑張りします、という前向きな内容でしたが、こんなにも世の中に配偶者を亡くして苦しんでいる人がいるのかと気づかされました。

妻が亡くなって10年が経ちます。40年間の伴走者を亡くした悲しみは永遠に消えませんが、悲しみを抱いたまま生きる術は身に着け始めたと思います。私はがんに関するあらゆる局面に立ち会ってきたこの経験を今後のがん対策に活かしていこうと思っています。誰にでもがんになる可能性があるのに、世の中の無理解や誤解のためにがん患者やその家族が差別を受ける現状があります。がんサバイバーが、がんになる以前と同じような生活を気負いなく淡々と営める社会、それが成熟社会に求められています。

最後に

人は60兆個の細胞で構成されていると言われています。そして細胞の中にあるDNAをすべてつなぎ合わせると1000億キロメートルとなり、太陽と地球の間を300往復する距離になります。一人ひとりの人は本当に儚く弱い存在に見えますが、その一人ひとりの中身をじっと見るとものすごく強靭な存在であり、その遺伝子の違いが僅かずつあって出来上がっています。そういうことで、いのちの大切さとか個性の尊重というのは本当に大事であり、人間はそれぞれ素晴らしい力を発揮する可能性を持っているのだと思います。

第5回いのちのセミナー

生きたいのに 生きられなかった命

～自死遺族の立場から語る～

講師：佃 祐世氏

弁護士、自死遺族

普通の死と変わらない「自死」

自らを殺すという意味で使われる「自殺」という言葉は、遺族からすると言葉にするのも辛いです。生きたいのに生きられずに追い込まれた末の死なので、がんで亡くなった人と精神的に追い込まれて亡くなった人と、それほど違わないのではないかと思い、「自死」という言葉を使うことでさえ抵抗があります。そのため、私が遺族と話すときは、普通の死と同じように語るようにしています。

また、それぞれの死にはさまざま状況があって、遺族の方それぞれの思いや考えがあります。今日語ることが全てだとは決して思わないでください。

生きようとしていた軌跡

昨年度、自ら命を断った方は約２万1,000人。そのうちの約半数が健康問題で亡くなっており、中でもうつ等の精神的疾患が多くを占めています。次に、経済・生活問題、家庭問題、勤務問題、男女問題、学校問題と続きますが、5,000人ぐらいは動機が不明です。

弁護士として、亡くなった方の日記やメールの履歴を見たり、遺族らの話を聞いたりすると、とても死ぬとは思えないような事柄が出てきます。私の夫も前日は、子供たちと楽しくゲームセンターで遊びました。とても死ぬとは思いませんでした。頑張って生きようとしていた軌跡が見えるのです。

亡くなる方は複数の悩みを抱えていることが多いと言われています。複合的に追い込まれてストレスが高まり、限界状態になっているにもかかわらず、それでも生きたいから精いっぱい生きているのです。そのストレスに耐えられなくなって自死に至る最後のきっかけは、ちょっとしたことだと思うのです。そこは誰にもわかりません。

今も焼きつく夫の死

私の夫は国相手の訴訟で国側の代理人となる訟務検事でした。人一倍努力家で、チャレンジャーで、スポーツマン。当時、私が４人目の子供を妊娠したことを非常に喜んでくれていました。その頃、ジョギング後に突然倒れ、検査の結果、脳腫瘍が発見されました。このことがきっかけでうつ病を発症しました。

耳鳴りがするようになり入院したら、今度は筋炎、そして原因不明の神経炎にかかりました。失神、失禁とさらに状態は悪化し、おむつをはく事態にまでなりました。物も食べられず常時点滴となり、体重も体力もどんどん落ちていきました。手術をしようと東京の有名な病院に転院したのですが、それでもよくならず、手足のしびれや失神の原因もわかりません。夫は手術が怖いと病室で震えるようになり、精神科の先生からも手術はやめたほうがいいと言われ、自宅療養を選択しました。

自宅療養中、状態のいいときは、子供たちとゲームセンターに行って一緒に喜んでいるのですが、悪いときは、無表情で何を言っても反応がありません。明るくて表情豊かだった今までとは全然別人で、私もどうしていいのかわからない状態でした。

１月３日の朝、珍しく夫が布団の中で何かにおびえて震えていたので、それをとめようと、私がぎゅっと抱きしめていました。でも、子供が呼ぶので、夫は「大丈夫だから行ってあげて」と言ってくれました。これが最後の言葉になりました。昼食を作って、次に夫を呼びに行ったときには、隣の書斎で首をつっていました。今でもその光景は私の頭の中に焼きついています。病院に運んで一命はとりとめたのですが、脳がかなりの損傷を受けており、４人目の子供が生まれて２週間後、亡くなりました。今思えば、首をつる前に私に助けを求めていたかもしれないなと思い、自分を責めています。

償いとしての司法試験

夫が元気になることがそのときの私の生きがいだったので、亡くなって何かが暴走しました。手首に包丁を当てたこともあります。実はそこからの記憶がありません。しかし、夫が東京の病院に入院していた際に「司法試験を受けてみないか」と言っていたことを、四十九日の法要のときに思い出しました。司法試験に合格して頑張れば、それが夫に対する償いにつながると思って勉強を始め、自分を取り戻していきました。

40 歳で司法試験に合格しましたが、そこには家族や友人、近所の方の支えがありました。近所の方が私に代わって子供を注意してくれたり、友人が子供の習い事の迎えをしてくれたりしました。私がここにいるのは私自身の努力だけでは決してありません。それだけ周りの方の支えというのは遺族にとって必要だと思っています。

自死遺族を取り巻く法律問題

最初は自分で命を断つ人は弱い人、命を粗末にする人と思っていたため、夫が自ら命を断ったことを他人に話したら、自慢の夫の名誉が傷つくと思っていました。子供たちにもお父さんは脳腫瘍で亡くなったと伝えていました。

しかし、あるとき自死遺族の人の相談を受ける決心をし、自分が自死遺族であると伝えるようになりました。相談の中には、賃貸アパートの部屋で命を断ったため、その部屋に欠陥を残したとして遺族が大家から多額の損害賠償請求をされたり、お祓いをするように言われたりするケースがあります。本人が弱く資質に問題があるから亡くなったとか、周りから心ない言葉を浴びせられたり、働かせるだけ働かせて自死に追い込んだ会社から、勝手に亡くなったから代替要員を連れて来いと言われるケースまであります。だから、死因について本当のことが言えず、誰にも相談できない遺族もいらっしゃいます。

自死遺族を取り巻く法律問題は多種多様です。私の所属する自死遺族支援弁護団では、自死遺族の相談に無料で対応させていただいています。例えば、生命保険の支払い拒否の問題があります。これは、自死が不当な目的で行われる可能性が高いという建前でつくられた法律が今なお存在するためです。いじめや過労死で自殺した方の遺族が、何があったか知りたいと、訴訟や労災申請をする事件もあります。

生きたかったあなたを死なせてしまってごめんね

また、自死に対する偏見などによって遺族が苦しめられるケースもあります。しかし、誰も死にたくて死んだのではありません。生きたいのに生きられなかったのです。自死は誰に起きても不思議ではない出来事です。私は自分の子供に対しても、頑張り過ぎず、辛くなってどうしようもなくなる前に相談して欲しい、力があるうちに逃げてねと言いたいと思っています。

今でも夫に伝えたい言葉は、生きたかったあなたの力になれず、死なせてしまって本当にごめんねということです。ほかの人には自死なんて絶対にして欲しくないから予防活動をしており、遺族の支援ということで、弁護士として、同じ遺族としてできることをしています。

訴訟したいわけじゃない。お金が欲しいわけでもない。もう一度会いたい…これが遺族の思いです。

第6回いのちのセミナー

ひとのいのちも自然の中のもの

～四万十川のほとりの診療所の物語～

講師：小笠原 望氏
大野内科院長

自然の中にあるいのち

私は今、自然の中で医者をやっています。往診車で走っていますと、道端に四季それぞれの花を見ます。９月には彼岸花で、今はコスモス、春には菜の花や桜が咲き、アザミが咲き、そういう四季折々を感じながら、患者さんを診させていただいています。往診車で走りながら自然を感じ、その自然の中にまた患者さんのいのちがあるということを感じます。

1997 年、四万十に移ってきて在宅医療を始めました。四万十に住んでみて目からうろこだったのは、とにかくいのちも自然の中にあるということです。「人のいのちも自然の中のもの」「生まれたら死ぬ」というのを四万十の方たちは感じています。以前の病院ではとにかく少しでも長く、少しでも痛くないようにと治療を一生懸命やっていたわけですが、四万十の医療は、そんな病院のいろんな治療より自然の中にあるいのちを大事にします。私も医療をやっていて気が楽になるし、患者さんや家族も肩の力が抜けている感じがします。

在宅医療は文学

在宅医療をしていて、病院ではみられないいのちを見せていただきながら患者さんとやりとりをしていると、患者さんの言葉に伸びやかさを感じます。患者さんは病院では構えてしまいますが、自宅に行くと、主役は患者さんです。やりとりが全然違います。ある 103 歳の方は電話をすると「先生、待ってますわよ」と色っぽく言い、それに対して「はーい、今行きます」というようなやりとりをしています。別の 101 歳の方はいつも診察の最後に「どうかねえ。まだ死なんかね」と私に聞きます。私が「死にませんよ」と言うと、「そりゃ困った」と言って、にこっと笑われます。その方の頭の中にはやはり死ということがあるのですが、それに対して私が何をここで言えばいいか、相手はどんな言葉が欲しいか、今の言葉は何の表現なのか。そのやりとりが楽しく、いのちとやりとりをしている気がします。

在宅で話をすると、私に話しながら本当は家族に聞かせている場面というのもよくあります。ねぎらいの言葉を家族には照れて直接言えないのです。「先生、こんなに長いことになったら死んだほうがええんじゃないかと思うけど、娘がほんとうにようしてくれる」。「そうやね。こんな娘さん、おりませんよね。ほんとうにお幸せですね。よう育てられましたね」と。私は、在宅医療は科学ではなくて文学だというふうに思っています。

自宅でのいい仕舞い

３年前の経験です。89 歳の方でした。大腸がんが再発し、糖尿病で右足を切断して、痛んで、食べれず、眠れないため、家族の方が、「最期は家で」と言って自宅に連れて帰りました。私が診にいき、希望を聞いて、「点滴はやめて、夜の痛みどめも飲まないようにし、自分で食べて、自分の感じでやっていきましょうか」と始めたら、どんどん食べるようになりました。痛みもなくなりました。ある日ちょうど食事どきに行ったら、たくあんをカシャカシャと食べていました。これが食べられなかった人かなと思うような力強い食べ方でびっくりしましたが、これは大丈夫だなと思いました。

その方は主治医の紹介状では余命２週間ということでしたが、90 歳を迎えて、結局1年半生きられました。「呼吸がほとんどとまっている」と私のところに電話があって、お宅を訪ねたところ、すーっと衰えていき、なだらかにゆったりと最期を迎えられました。こんなことがあまり珍しいことではありません。いのちを自然に帰してあげたら、意外にいのちというのはその中でゆっくり、ゆっくり逝くんですね。

四万十には「いい仕舞い」という言葉があります。食べられて、痛まず、苦しまず、なじみの中で最期を迎える、これをいい仕舞いといいます。全部がきれいにいくわけではないですが、仕舞うということを決してタブーにしない。私は、このいい仕舞いのプロデューサー。決してこれをして、あれをしてじゃなく、それを支える役目です。ご家族の気持ちも聞き、本人の気持ちも聞き、そこで最期の仕舞い方、どんな仕舞い方がいいか、それを言葉にしていただくこともあるし、言葉にならない気持ちも、こういうふうな感じがいいんだなと思いながらやっていきます。ちょっとした時間に「顔を見にきました」と言って、とにかく家に行きます。ご家族が「先生と話をして安心する。だから、やっていけるような気がします」と言ってくれるのが一番うれしいです。そして、本人がにこっと笑ってくれる。そういう感じがうれしい時です。

自分の仕舞いを考える

たまたま診察に行っている時に、私の目の前で亡くなる人も時々います。それは、やはり最期は家族に迷惑をかけないよう

にという気持ちだと私は思っています。ずっと世話した人がいないときに急に亡くなったら、私は家族の方に、「あなたに最期のところを見せたくなかったから、あなたのいないときを選んだんじゃないでしょうか」というお話をします。だから、患者さんというのは自分の死期というか、自分が死ぬときを知っているんじゃないかと私は思っています。仕舞い方に患者さんの意志があるような気がするのです。

また、私は在宅で亡くなった方のお通夜に出ることが多く、その時は家族の方と話をします。家族の方が自分たちは十分やりきったんだという気持ちがあるのを確認するのも、私の役割だと思っています。家族が「あんたら、ようやったね」と親戚や近所の方にねぎらってもらっている場面によく出会います。「自分もああいう仕舞い方をしてくれ」と言われたりもします。仕舞うということを決してタブーにしない。生まれたら死ぬ。単純なことですが、そういうことなのです。

いのちを仕舞うというのは、どう生きて、どう最期を迎えるか。最後なんてあまり考えたくないというのが皆さんの気持ちだと思いますが、自分の中でこういうふうにしたいという気持ちを日頃から持っていることは、大事なのかなと思います。いい仕舞いを私自身も考えたい。私のいのちもいのち。患者さんのいのちもいのち。皆さんのいのちもいのちです。そのいのちをどのように充実した仕舞い方にするのか。自然の中が一番似合うと私は思っています。私はこれからも四万十で泥臭くいのちと向き合いながら、いのちを抱き締めながら、いい仕舞いを支える仕事をしていこうと思っています。

第7回いのちのセミナー

魂のゆくえ

講師：南 直哉氏

福井県霊泉寺住職、青森県恐山菩提寺院代

霊場恐山

私は今、青森県の恐山で院代（住職代理）をしております。ありがたいことに、最近は恐山もしばしばメディアに取り上げられ、その風景を御存じの方も多いでしょう。火山の噴火跡のような所に巨大な岩がゴロゴロしていて、ケルンみたいに小石があちこちに積み上がっています。さらに無数の風車が立ち並び、そこへ冷たそうな風が吹いてきて、カラカラと回っている…というような映像や写真を見たことがありませんか。あの風景と、土着の霊媒師として有名な「イタコ」さんが揃えば、恐山のイメージはそれでほとんど決まるでしょう。

そしてダメを押すのが、「霊場恐山」という名称です。これを目にすれば、まず十中八、九、人は幽霊の出る怖い所だと思ってしまいます。ただ、私自身は恐山に来て 14、5 年になりますが、一遍も見たことがありません。「私は見た」と証言する人にも会ったことがありません。

それでは、なぜここは 1200 年以上もの間、霊場であり続けてきたのか。何でここにこんなに大勢の人が来て、霊場として特別視されているのだろうと、私は院代就任以来ずっと考えてきました。それに思い当たったのが、 7年前の東日本大震災の時です。

あの地震の直後、あまりにも広汎で甚大な被害なので、「今年はここを訪れる人もほとんどいないだろう」と、恐山の住職はその年、 5月の開山をやめようと思ったそうです。

ところが、開けてみたらその日から、遺族が犠牲になった家族の供養に来たのです。以後も絶えず遺族の参拝がありました。ならばそこには、「死者」の存在が持つ決定的な意味があるはずです。

なぜ私はここにいるのか

東日本大震災の前と後で、私は、日本人の生きている感覚が変わったと思います。どう変わったかといいますと、「明日は我が身だ」ということです。3.11 以後、あの地震は東北だけのこと、原発事故は福島だけ、我々とは全く関係ないなどと思っているお目出たい人間が、今の日本に多くいるとは私には思えません。

あのときの根本的な衝撃は、おそらく、「あそこで多くの人が被災して亡くなっているのに、なぜこちらは無事なのか」という問いとして、自覚があるかどうかにかかわらず、我々の意識の深いところに刻印されたでしょう。

当時私は福井にいて、仙台の平野を襲う津波が走る車をのみ込んでいくところを、テレビで茫然と見ていました。「あ、あの運転者は死ぬだろうな」と思いつつ、自分は畳の上に座って彼の死を見ている。なぜ死ぬのは彼で、見ているのはぼくなのか。

この問いは、ついには「なぜ私がここにいるのか」という問いに連続します。だから、東日本の地震や原発事故が深刻な影響を我々に与えるのです。本来、この災害は被災者以外の者には「他人事」のはずです。他人事なのになぜこんなに堪えるのか。それは、被災しようとしまいと、この問いに答えがないからです。換言すれば、今生きている誰もが、「自分がなぜ生まれてきたか分からない」からです。

今日、この会場で自分がなぜ生まれてきたか、知っている人は、いないはずです。母親のお腹の羊水の中に浮いているころに、どこかから声が聞こえてきて、「あなたは何年、何月、何日に、どこどこで、こういう人を両親に、およそこういう人生を送ります。よろしいですか」といわれて、「はい」といって生まれてくる人がいれば、それが生きている理由や根拠になるでしょうが、そんな人はいません。生まれた後に他人から聞かされる話は、後付けのお伽噺にしかなりません。

事実として、生まれてきた理由は分からない。ただ単に、意味も目的も価値もなく、母体から出てきただけです。死ぬという意味も分からない。最初と最後が分からないのに、なぜここにいるのか分かるわけがありません。だから、みんな不安なのです。

自分が生きる意味と価値

我々は、意味だの価値だのを分からないで、ただ生まれてくる。それで何とかなるのは、生まれてきた瞬間に「よくぞ生まれてきてくれました」と受けとめてくれる手があるからです。これを後に「親」といいます。そのような親がいるということは、すごく幸運なことです。私は、この幸運を赤ん坊は本能で知っていると思います。なぜかというと、赤ん坊は1週間たつかたたないうちに突然「ニコッ」と笑います。

そんな顔面の筋肉が動くように生まれてくるのだったら、もっと手足が動くように生まれてくるべきだと思いますが、そもそも手足よりも大事だから、顔面の筋肉が動くのでしょう。すなわち、親を見て「ニコッ」と笑うのは、媚びているのです。「お父さん、お母さん、よろしくね。可愛がってちょうだいね」って。可愛がって抱いてもらわないと命に関わると知っているから、笑えるように生まれてくるのだと思います。

自分が生きる意味や価値は、幾ら本を読んだり考えたりしても分かりません。人は、自分の「命」の意味や価値は他者を通じてしか分からない。絶対に分かりません。当たり前です。誰も自分の体を自分で作っていないし、自分の名前を自分で付けられません。全部他人からです。

ならば、その他人に「あなたがそこにいるだけでうれしい」と言ってもらえない限り、自分の「命」の意味や価値は分かるはずがありません。そして、それを最初に言うべき人が「親」なのです。

人は産んだだけでは「親」になりません。生まれてきた存在を、彼がただそこにいるということだけの理由で、全面的に肯定できる者が「親」であり、それこそが「親」の責任であり資格です。そして、その肯定をする人がいるということが、生きる意味と価値をつくり出す上で致命的に重要なことなのです。

私が以前相談を受けた 70 歳を過ぎた方は、ずっと人間関係がうまくいかないという悩みを抱えていました。面談してよくよく話を聞いてみると、彼女は幼い頃に母親に心ない言葉を浴びせられていたのです。「あんたさえいなければ」と。

場合によっては自分の命より大事な母親にそう言われたら、二度と人を信じなくなるでしょう。彼女は自分の存在の根底を損傷してしまったのです。結果的にその後の人間関係がうまくいかなくなるのは、実に当たり前です。

死者と魂のゆくえ

私は、恐山には「幽霊」はいないけれども「魂」はいると思います。「魂」はまさに生きる意味と価値のことであり、これは、人との関係で育まれるしかないものです。

私はあるとき、老僧から次のようにいわれました。「人は死ぬとその人が愛したもののところへ行く。人が人を愛したんだったら、死んだとき、愛した人のところへ行き、仕事を愛したんだったら、その仕事の中に入って行く。だから、思い出したくなくても死んだ人を思い出すだろう。それは心の中にいるからだ」と。そうなるのは、死者が遺された者の「魂」を育ててくれたからなのです。

生きていても死んだとしても、親は親、子は子です。大切な人は大切な人です。大切な人とは、我々の魂を育んでくれた人です。死者というのは、生者同様、あるいはそれ以上に、我々の存在に深く食い込んでいる人です。これは気持ちでどうなるものでもなく、私が私であることの一部なのです。死者は決していなくなりません。それは心の中にあるかないかという話とは違います。それは厳然と存在しています。触れもできなければ話も聞けないけれど、確かにいるのです。

同時に、我々は死者を通してしか自分の「死」を見ることができません。絶対に分からない「死」を何とか想像しようとしたら、死者を通じてしか見ることができません。恐山は死者に会おうとして人が訪れるわけですが、実はその死者を通じて自分の「死」を見ようとしているのです。

生と死の時間は並行に流れます。命の終わりは生の時間の終わりではなく、生と死の終わりなのです。人は死なない限り自分の「命」を自覚することはありません。人が自分の生きている意味や重さを感じるのは「死ぬ」からです。「生」に意味が宿るのは「死ぬ」からです。おそらく恐山はそれを体験的に教えてくれる場所だと思います。

2018年度公募助成活動紹介

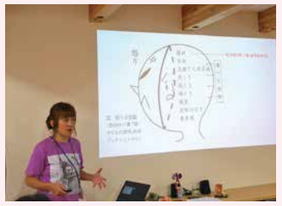
2018年度公募助成団体の活動内容をご紹介します。たくさんのイベントが開催されました。

特定非営利法人 インターナショクナル

9月15日（土）

あなたの知らない非常食の世界！自分にぴったりの非常食が見つかる大試食会

災害時非常食のアレルゲン情報データベース構築等への取り組みとして、非常食の試食ワークショップを中心に活動が行われました。30名超の参加があり、災害備蓄体制や非常食の賞味期限切れを防止する為のローリングストック実践の講演が行われました。アレルギーでも食べられる「畜肉由来の材料不使用のカレールー」「水で戻すことのできるご飯」をはじめとした非常食約30種類が価格も含めて紹介されており、参加者からは「美味しい」「やや高価だ」「味付けが濃い感じがする」等の意見が出ていました。災害においては、「食」は消費者にとっても提供する側にとっても重要なテーマであるということがわかりました。



サバイバルサロン ぷれぜんと

9月15日（土）

性教育インストラクター養成講座

性教育インストラクター養成講座の第1回目として、第1部は犯罪、いじめなどで傷つけあわないように、また性の知識がないことで起こる事故を防げるように子供向けに教える知識を学ぶ養成講座が、第2部はDV被害からどう立ち直ったか実際の被害者による講話が行われました。今回の講師で心理カウンセラーでもある柳谷和美氏は、自身も被害を受けた方で、壮絶な経験を元に語る内容はとても説得力がありました。講座の大きな目的には「子供たちや親を加害者にも被害者にもしてはいけない」「被害者も幸せになってほしい」という代表の強い思いが込められており、重要な取り組みだと感じました。

はすの会

9月16日(日)

研修会「遺族会とファシリテーターの役割」

「遺族会とファシリテーターの役割」について学ぶことをテーマに研修会が行われました。テーマについて、特にファシリテーターとして認識しておくべき事項等について講話が行われた後、参加者が3つのグループに分かれてグループワークが行われました。講義ではファシリテーターの心構えとして、参加者の語りを通じて故人と出会わせている感覚を忘れないようにすること、当事者の気持ちを先回りしたり超えることがあってはならないこと、参加者は他の参加者の語りを通じて喪の作業をしていることから、沈黙を無駄な時間として捉えないこと等の話がありました。いずれの説明も意義深く重みのあるものと感じました。

大阪IJ　いのちの授業

10月20日（土）

第5回高槻市小学校救命ラリー

高槻市民を対象に、救急ならびに災害に関する3項目（熱中症、心肺蘇生、傷病者）のシナリオに基づき、4人1チームで参加し、審査員（医師、救急救命士）が採点を行うラリー大会を開催しました。当日はスタッフを多数配置して実施したこともあり、現実に近く、緊迫感のある質の高い大会となっていました。
また「学びブース」を設け、大阪医専学生による二次救命処置のデモンストレーションを実施するなど、地域の救急医療に関する啓発活動にも力点を置いた会となっていました。

NPO法人 日本教育再興連盟

10月27日（土）

先生のための防災教室 ～あなたはどう子どもの命を守りますか?～ ダイレクトロード体験会と防災座談会

教員志望の大学生を対象に、「ダイレクトロード」というカードゲーム形式の防災訓練教材を活用した体験会を行うとともに、災害時には何を優先すべきか等についての講話が行われました。ゲームは、ばらばらに渡された情報を集めて現状を把握し、「消火指示」「救護指示」「搬送指示」「救助指示」の4指示書をどれだけ迅速かつ正確に出すことができるかを競うものです。2グループとも制限時間内にやり終え、災害遭遇場面での協力の必要性を感じる機会となったようでした。体験後、講師から「災害が起こってから迷っていては生徒たちの命を守れない、何があっても生徒たちの命を守るという覚悟が必要」との話があり、皆熱心に聞き入っていました。

三田市国際交流協会

10月28日（日）

在住外国人のための防災バスツアー ふりかえりイベント

日本に住む外国人を対象に活動を行っている団体により、9月に開催された防災バスツアーの振返りイベントが行われました。ツアーの要点の説明が行われ、そのあと災害時の調理実習が行われました。災害時の料理の作り方ということで、母と子での参加が多く見られ、水の使用量を最小限にした調理や、牛乳パックをまな板に用いるなど、災害時に対応できるよう訓練も兼ねて行われました。中国やアメリカ、インドネシアなど様々な国の人達が参加していたため、中国人スタッフによる通訳や、説明をゆっくりとはっきりした口調で行う工夫がされていました。調理実習を通じて参加者同士のコミュニケーションが図られ、災害時に孤立しがちな外国人のネットワーク作りの場ともなっていました。

和歌山動物愛護推進実行委員会

11月4日（日）

災害時におけるペットの同行避難 ～考えたことがありますか?～

災害時に飼い主とペットが適切に避難できるよう、事前に自助の意識を高め災害時に備えることを目的に、行政・自治会・獣医師・愛護団体が参加したイベントが開催されました。午前の部は3名の講師による講演があり、午後からは9名のパネラーによるディスカッションとアマチュア落語家による「防災落語」が披露されました。午後のディスカションでは、「災害時におけるペットの救護マニュアル」の必要性を中心に、参加者と意見交換が行われました。躾が行き届いたペットでも、有事の際には大人しいとは限らないため、いかにしてペットとの同行避難についての理解を広めるかが課題であると感じました。

潮見小学校区防災会

11月4 日（日）

防災士対象の防災気象講座

防災士として活動を行う人達に対して、台風、集中豪雨の災害発生のメカニズムと防災情報の入手方法などを学ぶ防災気象講座が行われました。講師は日本気象予報士会関西支部や神戸市消防局から派遣された3名の気象予報士でした。天気予報がなぜ外れるのか（なぜ予測が難しいのか）のメカニズム、洪水、高潮になる原因、台風などの気象災害から身を守る情報を入手する方法など、いずれも専門的な内容ではありましたが、地元で防災士として活動し、住民を誘導する立場にある人達にとって大変有意義な内容だと感じました。

＜特別枠(東日本大震災、平成26年広島市土砂災害に対する被災地、被災者支援活動)＞

NPO法人語り部 おもちゃ箱音楽隊

10月9日（火）

東北被災地ふれあい♪ 語り部コンサート

阪神大震災で被災した経験を持つメンバーが、東日本大震災で被害に遭われた方々を元気づけることを目的に、石巻市の復興住宅にある集会所等で、4日間にわたりコンサートを実施しました。ハンドベルやシャンソンなどでの有名曲の演奏に加え、阪神大震災の被災状況の画像を映しながらオリジナルの曲を演奏した際には涙ぐむ参加者も多数いらっしゃいました。参加者からは、「泣きたい時は泣けばいいんだ」「泣いて気持ちを吐き出すことができた」などの声がありました。災害から7年が経過し、悲しみを表現する機会が減少した今だからこそ、同じ災害を体験した者同士が気持ちを通い合わせる場の意義があると感じました。

笑顔つながる ささやまステイ実行委員会

10月14日（日）

笑顔つながるささやまステイ報告会&お話し会

夏に行われた福島の子供たちやその保護者を篠山市に招いて実施したキャンプ「放射能の影響を受けている子供たちとその保護者のための保養プログラム」の報告会と、福島から関西に避難している人たちの近況報告、福島の現状を話し合う会合が開かれました。震災から7年が経ち、「保養」をおこなう団体は年々減る一方、放射能がまだ残る地区に住んでいる子供の保護者からは、「デトックスさせたい」「窓も開けられない生活から解放したい」と「保養」に参加希望の人たちはまだまだ多いとのことでした。

祇園地区青少年 健全育成連絡協議会

10月30日（火）

幼・保育園児緊急時 避難訓練

万一の災害の際に幼い子供たちの命を守るため、近隣の安全な場所にいかに避難させるかというテーマで訓練が行われました。地震が起きた後、2つの保育園から園庭に集まり、3階建ての郵便局の屋上に園児が避難するという内容で、短い距離でしたが、途中信号のない交差点など危険個所の通行が数か所あり、そのサポートに地元消防団のほか、多くの地域関係者の方が加わり、地域としての取り組みになっていました。避難の際、園児は防災頭巾を被って、スムーズに避難できていましたが、郵便局の階段の昇降が難しかったという声もあり、いざという時に身につき役立つよう、今後も繰り返しの訓練が必要であると感じました。

アジア子ども基金

10月30日（火）

石巻市渡波町 子ども未来図書館での活動の様子

東日本大震災で津波の最大被災地、石巻市渡波地区にある子ども未来図書館で、小中学生を対象に、毎週2回学習サポートなどを行っている団体により、交流イベントとしてハロウィンパーティーが開催されました。英会話を交えたすごろく、ボウリング、カードゲームなどの遊びを通じ、子供たちの笑顔が溢れていました。体を動かす子、宿題や読書を行う子、おしゃべりする子などそれぞれの自主性を尊重しながら図書館は運営され、子供たちにとっては憩いの場となっているようでした。震災によって生じた各家庭の諸事情の相談を受けるなど地域のコミュニティにとって大切な存在であり、活動も有意義なものであると感じました。

2018年度公募助成イベント情報

2018年度公募助成先団体の活動予定をご紹介します。内容等の詳細は、各団体へ直接お問い合わせください。

体験！体感！実感「表現力・防災力向上！地域防災演劇ワークショップ」
[申込要、参加費1,000円]

ワークショップで演劇のプロと防災のアドバイザーの指導を受け、「地震が起きた後、自分たちにできること」をテーマにした演劇発表を行うほか、防災ゲームやクイズ、非常食の試食など、参加者みんなで一緒に取り組みます。

日　時：2月16日（土）　13:30〜14:30　演劇発表会
　　14:30〜15:30　防災イベント
場　所：明徳児童館（京都市明徳小学校内）
　　（叡山電鉄 岩倉駅　徒歩5分）
問合せ：特定非営利活動法人フリンジシアタープロジェクト
　　TEL: 075-276-5779　FAX: 075-276-6073
　　MAIL: info@fringe-tp.net

被災地の高校生との親善野球試合
[申込不要、参加費無料]

東日本大震災の被災地の高校生の意欲を高めるため、被災地の高校生を茨木市に招待し、野球の親善試合を行い交流を深めます。
「私たちは震災を忘れていない」のメッセージを被災地に持って帰ってもらいます。

日　時：3月23日（土）　9:00〜　歓迎会
　　10:30〜　気仙沼高校 VS 春日丘高校
　　14:30〜　登米高校 VS 茨木高校
　　※3月24日（日）、25日（月）も別の場所で試合あり
場　所：大阪府立春日丘高校
問合せ：がんばろう！つばさネットワーク
　　TEL:090-3271-4292
　　MAIL: snjfji@leto.eonet.ne.jp

2018年度いのちのセミナー ～ひとのいのち　私のいのち　を考える～ 開催のお知らせ

今年度のセミナーの最終回として、現在、第８回いのちのセミナーの募集を行っています。
当財団ホームページや京阪神の駅等でもお知らせしています。奮ってご応募ください！

日時	2019年３月17日(日)　13時30分〜14時40分（13時開場）
講師	浜村　淳　パーソナリティ　映画評論家
演題	幸せさがして ～あなたらしい「いのち」を考える～
応募締切	2019年２月18日(月)
応募方法	ホームページからご応募ください。　JR西日本財団
会場	松下ＩＭＰホール（JR・京阪 京橋駅 徒歩10分）

セミナーかんたん申込はじめました！

セミナーかんたん申込にご登録いただくと、次回以降のお申込操作がお手軽になります。また、マイページからお申込履歴をご覧いただけたり、今後のセミナー開催のお知らせも受信できるようになります。いのちのセミナーへご応募される際にぜひあわせてご登録ください！

JR西日本あんしん社会財団のホームページから【セミナーの応募画面】へすすむ
▼
セミナーかんたん申込の新規登録画面へすすむ
▼
メールアドレスを入力したのち、【仮登録完了メール】が届く
▼
登録フォームのＵＲＬが記載されているので、会員登録を完了させる

アンケート実施中

毎号、皆様からご好評いただいておりますReliefにつきまして、いつもご感想をお聞かせくださり、ありがとうございます！
今号についてのご意見やご感想もお待ちしております。（https://www.jrw-relief-f.or.jp/enquete/）

編集後記

「救急フェスタ〜いのちのリレー大会〜」を京都で開催しました。ひとりでも多くの「助かる命」を救うため、今後も救急フェスタなどを通じた救命処置の普及啓発に取り組んで参ります。（N）

広報誌「Relief」 2019年1月号(vol.34)
【表紙写真：第6回いのちのリレー大会で決勝進出した南ジュニア消防団Ｂチームの競技の様子】
Relief(リリーフ)には「ほっとする、安堵。安心」といった意味があります。
当財団は、「安全で安心できる社会」の実現を目指した事業に取り組んでいます。

編集発行／公益財団法人JR西日本あんしん社会財団
〒530-8341 大阪市北区芝田二丁目４番24号　TEL：06-6375-3202
ホームページ：https://www.jrw-relief-f.or.jp/

Facebook　ホームページ