



### 絶望に慣れることは、 絶望そのものよりも悪い

ゴールデンウィークによる人の移動を抑制し、新型コロナウイルス感染拡大を防ぐために、政府は緊急事態宣言の対象地域を全国に拡大しました。すでにこの1ヶ月近く自粛を強いられてきた人達は、終わりが見えない今の状況を憂えてどんな気持ちになるのでしょうか。

いったい いつまで続くのだろう

毎年楽しみにしていたGWの家族旅行に行けない

仕事にも行けない

勉強もしたくない

もう何もしたくない

かなわぬ思いが続くと、できないことがあっても気にしないようにします。そして、人はだんだんと感情を失っていきます。仕方がない、あきらめるしかない、もう何もかも嫌だ…。

「絶望に慣れることは、

絶望そのものよりも悪い」

これはカミュの小説「ペスト」に出てくる言葉です。絶望に慣れてしまい、ただ時間が過ぎるのを待つだけになると、人は感情を失うだけではなく、生きている意味そのものさえ失ってしまいます。

真っ暗闇で絶望としか思えないとき、その環境でも生きていくためには、心の防衛反応として、感情を殺すことも1つです。しかし、そのときに大切な何かも失うことを案じます。

それは、私たち一人一人の生きる意味であり、生きる喜びです。決して私たちは、一人で生きているわけではありません。さまざまなつながりの中で生きてきました。そして、いま、そのつながりが切れかかろうとしています。

あえて、誰かのことを思い、人に優しくなりましょうとは言いません。現実はずっと厳しいことを知っているからです。苦しくて、悲しくて、ふさぎ込みたい思いの人が、どのようにして生きる意味や、生きる喜びを見出すかは、簡単なことではないことを、身をもって知っています。

私たちは、自分の中にある弱さを認めなければ、この絶望に思える苦しみと対峙することはできないと思うのです。いつも心に留めていることは、私たち一人一人の弱さの中にある強さです。弱いかこそ、気づく自らの支えなくして、たおやかな心は生まれませんからです。

私はホスピス・緩和ケアの講演会では、あまり美しいエピソードだけを紹介することはしてきませんでした。それは、表面的なエピソードだけでは、困難な中で生き続けることは難しいと感じていたからです。

目に見えない伴走者の存在を私は大切にしています。一人一人、気づかない誰かが必ず応援してくれています。そのうえで、今度は私たちが、他の誰かの伴走者として、力になれますように。  
小澤竹俊

### コロナ 4C チャレンジ

最悪の事態を想定し、最善を考えたいと思います。医療や介護の人達だけでなく、苦しむ人を目の前にして、何かしら力になりたい人達の叡智を集めていきたいと願います。そのような思いから、めぐみ在宅クリニックとエンドオブライフ・ケア協会では、コロナ4Cチャレンジというプロジェクトを立ち上げました。

4CとはCorona Community Care Challenge(コロナ コミュニティ ケア チャレンジ)の4つのCの頭文字です。職種を問わず、新型コロナウイルス感染で苦しんでいる誰かのために、私たち一人一人にできることを形にして、声をあげ、集めていきたいと思えます。

プロジェクト名：コロナ4Cチャレンジ

ゴール：新型コロナウイルス感染拡大の影響で困っている本人と家族が笑顔になること

具体的な事例として、マスクをつくって近所の人に配ること、子どもたちへ援助、手紙を書くこと、仕事がなく困っている人に今できる仕事を探す、さまざまな現場で心が折れそうな誰かを支援することなど、広く意見を集め、見える形にし、さらに各地で賛同者を集めていくことを企画したいと思えます。

現在進行している「折れない心を育てるいのちの授業プロジェクト」も、コロナ4Cチャレンジの1つとして展開していく可能性を探ります。近日中に受け皿となるHPも立ち上げる予定です。

### 診療実績

	2006- 2019年	2020年 1月	2月	3月	2020年 計	総計
訪問回数	81,109	770	736	709	2,215	83,324
自宅永眠	2,470	14	20	10	44	2,514
施設永眠	409	4	6	7	17	426
在宅 (自宅+施設)	2,879	18	26	17	61	2,940
病院永眠	794	6	7	7	20	814