

2025-2026 週報



R | 会長 フランチェスコ・アレツツォ
R | テーマ 『よいことのために手を取りあおう』

UNITE
FOR
GOOD

地区ガバナー 相原 茂吉
地区スローガン 『ロータリアンは「行動人」でなければなりません。
皆さん、まずは行動して下さい！』

国際ロータリー
第2570地区

狭山中央ロータリークラブ

会長 江原伸夫 会長エレクト 渡邊高治 副会長 沼崎正徳 幹事 小島美恵子

事務所 〒350-1305 狭山市入間川1-24-48
TEL: 04-2952-2277 FAX: 04-2952-2366
E-mail: schuohrc@p1.s-cat.ne.jp HP: https://www.schuohrc.org
例会場 ニックス 〒350-1305 狭山市入間川4-25-3 TEL: 04-2954-9595



[第3グループ 例会日: 入間 所沢 飯能 新所沢 日高 所沢西 新狭山 所沢東 入間南 狭山中央金]

第1441回 (6月5日) 例会の記録

点 鐘 江原伸夫会長
斉 唱 国歌斉唱・奉仕の理想
第2副SAA 高田会員 若松会員
出席報告 出席向上委員会 若松泰誼委員長

会員数	出席者数	出席率
18 名	15 名	93.75 %

本日のお客様 沼崎正徳副会長

緩和ケア特定認定看護師
株式会社 Style 代表取締役 長谷川記三子 様

感動を強めたりするための特別な言葉)を用いて、四季折々の自然を主題にして詠むことが一般的です。一方、川柳は季語や切れ字にはさほど制限されず、口語(日常の会話で使う言葉全般)で人間・世相・日常を、風刺などを交えてユーモラスに詠んでいるだけに、いつも面白いと思いますし、共感できる句も多々あります。

先月28日に、第一生命保険(株)が昨年9月から10月にかけて、**2025年『サラッと一句!わたしの川柳コンクール』**を実施した結果が発表されました。

今日はその句を見ていただきたいと思います。全国から寄せられた約54,000作品の中から、今年1月に全国優秀100句が選出され、その後ベスト10が決定しました。

第一位

キャッシュレス 充電なくなり 一文

私の場合、出掛ける時は必ず財布に現金とカードを用意しますが、最近はスマートフォン決済を利用し、財布(現金)を持たずに歩く人も多くなっているようです。どこに出かけてもキャッシュレス決済に対応している店舗や施設が増え、現金非対応先まで見かけるようになりました。確かに便利にはなっていると思いますが、機械音痴と物忘れ進行中のため、思いはあってもスマートフォンでの利用は怖くてできません。この川柳は私の思いとは別でしたが、確かにそういうことはあるはずですね。20代の方の句ですので、日常的にスマートフォン決済も利用していたのだらうと思われます。

❖ 会計時にも充電が切れてしまったら? 知人や家族に連絡しようにもすべてスマートフォンの中。まさかの無一文状態に...そんな現代ならではの不安をユーモラスに表現されていますので、世代を問わず実体験として共感した人や、「自分にも起こり得る」と感じた人からも、多くの支持があつての結果だらうと思います。

会長の時間

江原 伸夫 会長



こんにちは。
毎月一回、例会日に(今年度は高田)委員長より雑誌「ロータリーの友」に記載されている内容についての紹介がありますが、私がいつも最初に目を通す箇所は、俳壇・歌壇・柳壇のページです。

短歌は五・七・五・七・七の31音で詠まれ、自然や恋愛・日常生活や感情など幅広い題材を用いて、五感を駆使した繊細な描写や、感情の深い表現が特徴とされています。

俳句と川柳はどちらも五・七・五の17音なので同じようですが、俳句は原則として季語が必須で、切れ字(意味やリズムを区切って、句を引き締めたり

第二位

パスワード 記録したけど 記憶なし
日常茶飯事です。

第三位

ミyakミyakと 続く気配の 物価高
買い物に付き合っていますのでよくわかります。

第四位

パスワード 思い出せずに また初期化
初期化もできません

第五位

ロマンスは 昔は神様 今は詐欺
昔も今も、そんな話も連絡ありません

第六位

デコピンは きっと俺より 高い飯
同感です。出演料だけでもきっと俺より・・・

第七位

ポイントを 気にするあまり ついで買い
ポイントのつけ方さえもわかりません

第八位

キャッシュレス 増える決済 減る貯金
何に使ったかさえて忘れていきます

第九位

セルフレジ タッチパネルで 店主呼ぶ
経験者です。そのような店には行けません

第十位

パパは、居る パパは、いない 娘言う
昔はそんな生活スタイルでした。ひょっとして今の
生活スタイルでも・・・？

因みに、2024年の第一位は、
AIの 使い方聞く AIに

2023年の第一位は、

増えるのは 税と贅肉 減る贅沢

急速に進むデジタル化への困惑や、長引く物価高への戸惑いは、今回のベスト10ではより多く選出され、日常での「パスワード忘れ」や、移り行く時代の速さなど、日頃感じている悩みや不安を、ユーモラスな表現の中にも社会のリアルをにじませた句がランク入りしています。

今から36年前、1990年の句に、

一戸建て 手が出る土地は 熊も出る
という句がありました。

我が家はそれ以前に購入していますが、無理して手を出した土地でしたのに、最近は近隣の市町村での熊の目撃情報も耳にすることが増えてきました。熊も生活範囲を広げざるを得なくなるほど環境変化が進んでいるのでしょうか。

サラリーマン川柳は、サラリーマンの悲哀を感じつつ、変わらない家族の温かみがあり、ほっとした心持ちになります。

2025年の十一位から百位までの句や、過去の句なども別途コピーをしてありますので、よろしければ目を通してみてください。



幹事報告

＜ 小島美恵子 幹事 ＞

報告

・6月19日(金)クラブ協議会について

クラブ管理運営・親睦活動	清水幸彦
プログラム・副SAA	田端都女子
会員増強	柴田譲
出席向上	若松泰誼
R財団	稲見淳
米山記念奨学会	東美栄
R情報・雑誌	高田虎光
SAA	小林奈保絵
幹事	小島美恵子
副会長	沼崎正徳
会長	江原伸夫

以上の方は、今年度役員・委員長の退任挨拶をお願いいたします。

・2026-27年度上期会費納入について

毎回早めに納めてくださる方がいらっしゃいますので、少し早いですが以下ご連絡いたします。2026-27年度上期会費は、7月1日以降にお納めください。会計上の都合で大変恐縮ですが、何卒よろしくお願いいたします。納入の詳細は改めてお知らせをいたします。

・新狭山RC創立記念例会出席報告

5月18日(月) 18:00より「歌音」で行われた「新狭山RC創立記念例会」に、江原・小島・渡邊・小林の4名が参加しました。お疲れ様でした！新狭山RCの石川会長よりお礼状届きましたので回覧いたします。

委員会報告

■ 親睦活動委員会 ＜ 清水幸彦委員長 ＞

6月記念日のお祝い

会員誕生…………	小島会員	清水(幸)会員
夫人夫君誕生…	渡邊会員	東会員
結婚記念…………	東会員	

卓 話

【人は最期に何を望むのか】 ～緩和ケアの現場から～



長谷川 記三子 様

■自己紹介■

- 1996年 看護師免許取得
救急・集中治療室・外科・脳神経外科などを
を経験
2012年 訪問看護へ移行
2017年 緩和ケア認定看護師取得
2019年 訪問看護ステーションを設立
2022年 特定行為研修（精神・神経分野）
2024年 リンパ浮腫専門医療従事者育成講座受講

■事業紹介■

- 2019年3月4日 株式会社 Style
代表取締役 長谷川記三子
（訪問看護ステーション所長）
看護師 30人
（理学療法士・訪問看護・施設非常勤を
含む）
ケアマネ 6人
ヘルパー 11人（非常勤を含む）
介護タクシー1人
事務員 10人（調理職員を含む）
2019年4月1日 訪問看護ステーションStyle開設
2020年4月1日 居宅介護事業所Style開設
訪問介護事業所Style開設
2021年8月15日 ハピタルハウスStyle開設
2024年9月1日 グリーフcafé Style開設
2025年9月 Style介護タクシー開設

私は看護師になって30数年が過ぎようとしています。18歳の時に医療の現場に入って、当時は住み込みで看護師になるという大変厳しい時代を生きて50数年が経ちました。2012年に訪問看護の世界に入ってまいりました。そこから緩和ケアという看護に触れて、専門家になりたいと資格を取り、看護にどこまで挑戦でき

るのかを試してみたくて、2019年、ちょうど7年前に株式会社Styleという訪問看護ステーションを設立しました。

今、特定行為といって、医師の代理、医師と同じような行為ができるということが看護会にも定着してまいりましたので、2022年にこの資格を取って現在に至っております。

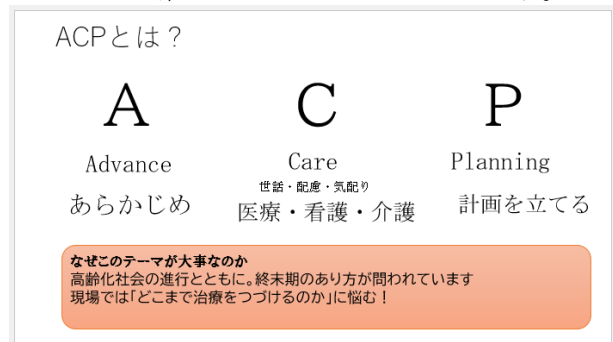


2019年に看護師3名で立ち上げた会社ですが、現在は60名ほどの事業になっています。基本は、『家を拠点に、病気があっても最後まで自分らしく、自分の家で自由に病氣と向き合いながら療養できる』で、24時間365日、この狭山市を中心に夜中も駆けずり回っております。私には、看護の家で患者さんを見てさしあげたいという思いがあり、かねてからのこの夢を叶えることができました。介護施設ではできない、医療依存度が高い、そして医療病院ではもう見られない、という方が必ずいらっしゃいます。そこで看護師の家で、自宅のように、家族と同じように、専門家が苦痛緩和をするという家を目指してやってきました。地域の皆さん、会社の方々、本当にいろいろな方の資金援助をいただきました。お金もない、時間もない、経験もない私がここまで来られたのも、本当に皆さんのおかげだと思っています。この施設はタバコやお酒もできたり、24時間ご家

族と面会ができたり、また家族が泊まっていくことができる施設になっております。大切な方を亡くした方の遺族会もやっております。

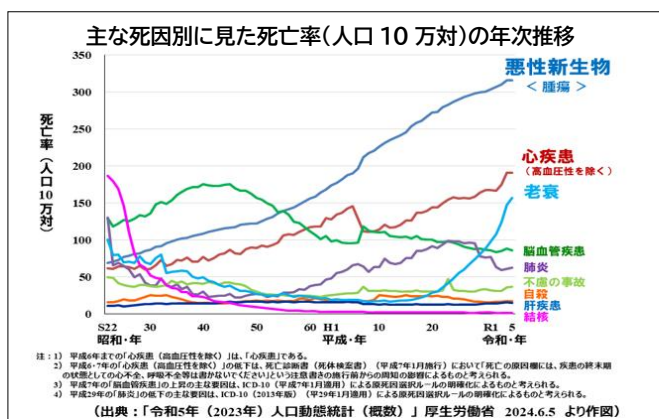
皆さん、家族に迷惑はかけたくないけど、最後に行きたい場所が必ずあったりするので、色々な方に手を借りるより、自分でやってしまった方が早いと思って、去年から介護タクシーも始めました。お墓参りや買い物に行きたいとか、誰々に会いたいというのを叶えるため、もちろん通院介助が必要な方にもタクシーを提供しております。

日本での現状の緩和ケアと医療の現場で見るACP。ACP・ALPを初めて聞くという方もいらっしゃると思いますが、緩和ケアやACPというキーワードを少しでも理解していただきたいと思います。



日本は今、70代後半から80代がピークを迎えています。健康寿命が大変長くなっていますので、私たちの中では80代はお年寄りと呼んでいません。90代、100代の方が大半です。80代でも健康で生き生き外に出ている方は、まだまだお年寄りとは呼べない、こんな現状にあります。そして、これから私たち50代が100代を迎えるときには、人もいない、何も無い。私たちはどういうふうに関与や介護を受けながら、この人生を閉じていくのだろうという不安があります。

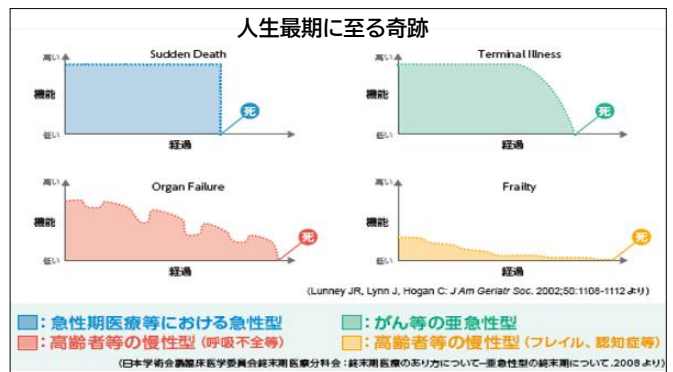
私が看護師になった30年前とこの表もずいぶん変わってまいりました。



現在、死亡率の高い疾患は悪性新生物、いわゆるがんと言われているものです。30年前は心疾患や脳梗塞が圧倒的に1位でしたが、最近ではがんが群を抜いています。原因は、心不全、脳梗塞、肺炎は、医療がだいぶ進んできて、今は治る病気となってきているためです。

さらに、素晴らしいのは老衰です。人生を全うする老衰の方が多くなってきているのは、とても素晴らしいことだと思います。

ここで、「人生の最期に至る奇跡」の表をご覧ください。縦軸が時間、横軸が経過です。



年を取ると右にどんどん進んでいきます。上に行くと、できること(トイレに行くとか仕事に行くとか)、何でも自分でできるときは一番高いところにいます。この左上の表は、交通事故や心筋梗塞など、急に亡くなってしまうような方の経過です。左下は、慢性疾患と言われている、寝たきりの時間が長かったり、すごく長い間ご病気をされる方の慢性疾患の方を指します。何度も急性期的な治療を受けなくてはならないような、入院や退院を繰り返しながらご自宅で見られる方が多く、とても緩やかな経過をたどりながらゆっくり進んでいきます。右下は、今巷でもよく騒がれている認知症とかフレイルとか、ゆっくり自分のできることが下がって、ゆっくり長く続き、その状態でから亡くなっていくという表になります。

右上は、がんがたどる経過です。がんの方は急速に変化していきます。先ほど言ったように、左上の表とすごく似ています。

がんと聞くと、とても怖い病気で死んでしまうと表現される方が多いですが、がんの方は、最後まで自立性が高く、自分でできることがたくさんあります。がんと就労とって、皆様の会社の中にも、がんを患いながらも現場で頑張っている方もいらっしゃると思います。なので、生き生きと最後まで自分らしく生きられるのです。

がんの終末期に定義はありません。おおよそ3ヶ月から6ヶ月と表記されているものもありますが、1年と書いてあるところもありますし、私たちの周りでは余命宣告されても、3年、4年、5年…と生きている方もいらっしゃいます。

今日は緩和ケアがテーマです。

生命を脅かす疾患に直面する患者さんとその家族に対して、心のケアや体のケア、その他いろんなケアを行っていくことが緩和ケアです。そこには看護師が不可欠になっていきます。

自信がなくなったとき、不安や心配になったとき、治療方法がわからなくなったとき、必ず近くには看護師がいます。一緒に揺れ動きながら前に進んでいくことが、私たちの使命だと思っています。

在宅緩和ケアも、自分らしい生活が維持できて、家族や友人と、自宅でいい時間を長く過ごせるという意味では、私たちの行っているお家に出向く看護はとても素晴らしいと思っています。

緩和ケアと聞くと、もうおしまいだと思われがち。言葉自体が嫌っていうふうにも思われてしまうのには理由があります。

WHOは1990年まで、治療が有効でなくなった患者を示すと言っていました。これが発端なのです。しかし今はそのようには定義しておりません。病気以外にも心を壊してしまっているとき、近くに誰かがいてほしいとき、何か話を聞いてもらいたいときは、必ず緩和ケアが必要なのだと思っています。誰にでも訪れることとして考えて生きていたいと思っています。急な体調変化や突然話ができなくなったら、ご家族はあなたの希望（要望）をわかっていますか？もし社員さんが働けなくなったら会社はどう支えますか？

急に突きつけられる現状に、どうしよう、どうすればいいのだろうとなってしまう。介護は予定通りには始まりません。いつ起こるかわかりません。病院や役所の調整、仕事を続けたいのにつけにくくなったり、相談できる職場かどうかにも関わってきます。ACPがなぜ必要かという、高齢者です。これからますます高齢者が増えていきます。私もいつか高齢者になった時、その現状を目の当たりにすると思います。

医療や介護の選択肢も増えてきました。周りには介護施設がたくさんありますが、どんな施設なのかわからないことが多いと思います。価値観や家族の形も多様化しています。皆さんが必ず家族がいるとも限りません。いざという時、本人にしか意思がわからないのも家族は困ります。皆さんは、事業継承や事業継続計画、リスクマネジメント、経営判断等々ができる方ですので、これを医療に例えると、事業承継が人生の意思決定の承継になります。自分は会社のことを決めてきたから、自分自身のことも決められる。そういうふうにしていくのが大事だと思います。

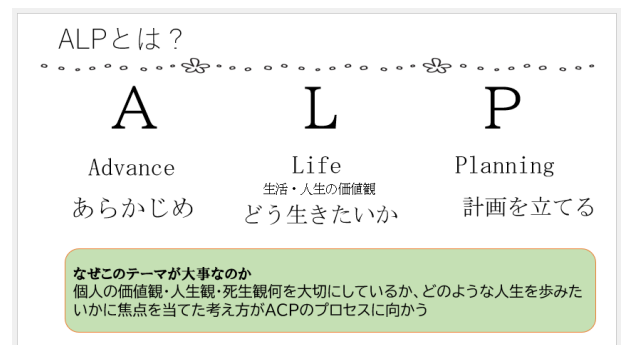
リスクマネジメントも、自分はこうして介護を受けていこう、医療を受けていこうと、しっかり意思決定をしていくことが大切です。

ACPはアドバンスケアプランニングという英語の表記で、全世界で共通とされています。しかし、日本ではACPと言ってしまうと、また略語で難しかったりするので、厚労省は**人生会議**と名付けて啓発しています。

アドバンスケアプランニング、あらかじめ医療・看護・介護計画を立てていこうというものがテーマになっています。高齢者の進行とともに終末期のあり方まで、これからどう生きていきたいか、治療を続けるのか、どんな治療を望むのかを、自分で決めていかなくてもなりません。もしご本人が話せないとき、ご家族が決めなくてはなりません。心臓マッサージをしますか？延命治療をしますか？どういう治療をしますか？と、いきなり起きた出来事に、必ず病院に行ったら意思決定させられてしまうのが医療の現実です。

自分を守ってもらう人に代理意思決定をお願いしていかないと、自分が望まない方向に進んでし

まう可能性もあります。もちろん、1日も長く生きていたい、治るなら治したい、絶対に治すと思いで毎日います。延命するとかしないとかを決めるのは、何か諦めたような感じが残ってしまう感じもあります。逆に延命をしてしまうことで苦しませてしまうこともあります。ご本人が決定したことであればまだしも、急に叩きつけられる現実、心が壊れてしまうご家族もたくさん目にします。勇気や覚悟や根性論では前に進めません。ACPは、延命する・しないではありません。どこで過ごしたいか、何を大切にしたいか、そばにいてほしい人は誰なのか、家族に何を託したいのか、死の準備ではなく、**自分らしく生きる準備**なのです。



私が推奨したいのは、ACPの前にALPからはじめるのが一番いいと思っています。あらかじめどう生きたいか計画を立てるのです。これは価値観や人生観や死生観、その人の生き様がかなり関係します。

私は4年前に病気で旦那を亡くしました。プロとしての自分、妻としての自分、母としての自分を思い切り出せたので、あまり後悔がないのは、本人のACPを満足いくようにやったからかなと今ははっきり言えます。いつか旦那のもとに行くときに、自分は立派にやりましたと言える毎日を送りたいと思っています。

私は訪問看護ステーションを立ち上げた時に、自分で**Style**にしました。“自分らしく、あなたらしく生きる！”がうちの理念です。ふんわりしていますが、流儀、風格、生き様、その人らしさは、ひとつとして同じスタイルはないので、そこを尊重しながらみんなで見ていこうと決意しています。

もしもの時は突然起きます。でも話し合いは今日からでもできます。備えるのは社長さんや会社だけではなく、家族と社員を守るためでもあると思っています。

アドバンスケアプランニングは自分が中心です。他の人に何を言われようと自分の幸せは自分で決められます。そして毎回変わってもよいのです。ACPは究極尊厳だと思っています。

最後になりますが、健康診断、がん検診、受けない方がたくさんいます。健診は最大の自己投資です。いつまでも健康で長く現役でいるために、必ず受診してください。

ニコニコボックス

＜ 田端都女子 副SAA ＞

- 江原会員 ㈱Style代表取締役 長谷川記三子様、お忙しいなかお越しいただきありがとうございます。本日の卓話を楽しみにしておりました。よろしく願いいたします。
- 小島会員 外来卓話長谷川記三子様、本日はようこそおいでいただきました。お話楽しみにしておりました。宜しく願い致します。又、お誕生日のお祝いありがとうございます。皆様にまけないよう元気に年を重ねていきたいと思います。
- 東会員 結婚記念と夫誕生をW（ダブル）で祝っていただきありがとうございます。
- 稲見会員 長谷川記三子様、ようこそ当クラブにおこしいただきました。今日のお話楽しみです。
- 小林会員 先日の台風、大雨は、たいした被害がなくて良かった事でした。公園の草々も心なしか潤って生き生きしていましたよ。本日は、長谷川様ようこそお越し下さいました。心してお話を伺いたいと存じます。
- 清水(幸)会員 誕生祝いありがとうございます。80才になります。先がみえて来ました。かぎりあるロータリー生活も積極的に参加したいと思います。よろしく願い致します。
- 田端会員 ㈱Style 代表取締役 長谷川記三子様、本日の卓話快くお引き受け頂きありがとうございます。楽しみにしておりました。
- 若松会員 本日の卓話、長谷川様、楽しみにしていました。宜しく願いします。
- 渡邊会員 ㈱Style代表取締役 長谷川記三子様、本日はお忙しい中、当クラブへようこそお越し下さいました。どの様なお話が伺えるのか大変楽しみです。どうぞ宜しくお願い致します。又、妻の誕生日プレゼントを頂き有難うございます。これからも妻を大事にしたいと思います。

定例理事会（例会終了後）

＜ 出席数：理事15名中 ⑭名 ＞

- 7月、8月のプログラムについて承認
- 新狭山RCとの合併に関する会員アンケート結果について
集計結果発表
1年以内実施を目標とする
基本、実行委員に一任する
- 2027-28年度第3グループ西ガバナー補佐について
当クラブより輩出予定となっております。
個別にお願いに伺いますので、どうか前向きにご対応くださいますようよろしくお願い致します。



次回例会予定

- | | |
|----------|--------------|
| 6月19日(金) | 通常例会 |
| 第2副SAA: | 東会員
實積会員 |
| クラブ協議会: | 退任挨拶 |
| 6月26日(金) | 例会取り止め |
| 7月3日(金) | 通常例会 |
| 第2副SAA: | 稲見会員
菊田会員 |
| クラブ協議会: | 就任挨拶 |

