

Relief

リリーフ

2017
January

vol.26



特集
いのちのリレー大会



公益財団法人
JR西日本あんしん社会財団

JR-West Relief Foundation

いのちのリレー大会を開催!

11月3日(木・祝)大阪駅時空(とき)の広場の特設ステージで、「救急フェスタ in 大阪～第4回のいのちのリレー大会～」を開催しました。出場チームは過去最多となり、20チーム60名の皆さまが出場されました。A・B・Cの3つのブロックに分かれて予選を行い、各ブロック上位2チームが決勝へ進みました。

そのステージの横では、JR西日本社員(大阪駅・大阪車掌区・大阪電車区・大阪支社安全推進室)の皆さんによる心肺蘇生・AED体験やJRこども制服を着用しての記念撮影、ホーム非常ボタン体験、また大阪市消防局・大阪市北消防署のご協力による心肺蘇生1分間チャレンジやミニ電動救急車運転体験などもあり、お子さまから大人まで楽しんでいただけるイベントになりました。

予選

Aブロック (高校、大学、一般)

チーム名
117KOBE ぼうさい委員会
京都精華学園 高等学校Aチーム
神戸国際大学 DPLS クラブ
墨笑顔化救急救命キャスト☆ M&P
チーム「IKUNO～守り隊～」
チーム山手Ⅰ
チーム山手Ⅱ



Bブロック (中学校、高校)

チーム名
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 社会事業部 1
京都聖母学院 社会事業部 2
墨笑顔化救急救命キャスト☆ Boys
駄菓子菓子
チーム「IKUNO～助け隊3年～」



Cブロック (小学校、中学校、一般)

チーム名
石小あんぱんズ
墨笑顔化救急救命キャスト☆ Girls
チーム「IKUNO～助け隊1年～」
チーム「IKUNO～助け隊2年～」
ホスピ隊ミドカモズ
やす2 (ツー)

決勝

予選を突破した「117KOBEぼうさい委員会」、チーム「IKUNO～守り隊～」、「京都聖母学院社会事業部1」、「駄菓子菓子」、「石小あんぱんズ」、チーム「IKUNO～助け隊1年～」の6チームにより決勝が行われました。その結果、池田市立石橋小学校5年生3名のチーム「石小あんぱんズ」が見事、優勝の栄冠に輝きました!



1 どうされましたか

117KOBE ぼうさい委員会



2 誰か来てください
119番通報!
AED持ってきて!

チーム「IKUNO～守り隊～」



3 胸骨圧迫

京都聖母学院社会事業部 1



4 人工呼吸

駄菓子菓子



5 電気ショックします
離れてください!

石小あんぱんズ



6 救急隊に引き継ぎ

チーム「IKUNO～助け隊1年～」



全員で集合写真

第12回 連続講座「いのち」を考える

～悲しむ人にやさしく寄り添う～

平成28年10月11日から11月15日までの毎週火曜日、第12回連続講座を開催しました。“悲しむ人にやさしく寄り添う”というサブタイトルで、様々な分野の講師にご講演いただきましたので、その一部をご紹介します。



あの世に逝く力 ～悔いなく自分の人生を完結させるために～

余命2年半

一昨年の7月に間質性肺炎だと言われました。インターネットで調べると余命2年半から5年と書かれていて、びっくりしました。その衝撃を自分で受け止められない状態になったのですが、自分がどういう言葉を持っているかで、ある程度自分の考え方が決まると思うのです。

私がいつも選んでいる言葉に「与件を生かせ」というのがあります。与えられた条件を生かす。私が死ぬというのも与件です。最大のピンチ、最高の困難。死ぬこと以上に重いものはない。「よし!」と思って選択をしていったら、その選択がそんなに間違っていないで良かったです。幸せとは言えませんが、それなりに充実しています。

Profile

こばやくにお 小林 玖仁男氏

国登録有形文化財「二木屋」主人

死にも技術が必要

人生をどうやって成功させるか、みんな頂点ばかり見えています。でも、それは峠にすぎない。そこから下っていく。だんだん体力が落ち、苦しくなって病気になる。そして、やがて死んでいく。だから、どうしたら幸福になるのかという中で、生涯の完結というものをもっと考えたほうがいいと思います。

死に対しては5段階あります。最初は否定です。次に怒り、3番目で取引をする。全てのことが無理だと思ったら4番目に抑鬱。その後、最後の了承。了承しないで止まってしまうと、恐怖のゾーンにずっと居続けたまま死んでいく。だから、そういうことがないためにも、覚悟を決めるということを教えてあげばよいのです。死なない人は一人もいない。だから、どう生きるとどう死ぬかはセットなのです。死をちゃんと受け止めて、自分でプロデュースすることができるのです。いろいろな分野で技術の教育があるのに、死だけはない。お墓、遺書、一個一個の単品の発想はありますが、心をどう解決するのかというのがありません。悲しんでも人生、楽しんで人生、やっぱり格好よく完結したほうがよいと思うわけです。

人生の終わりを楽しむ

何故そんなことを私は思えたのか。好きな考え方にアフメーションという便利な成功理論があります。未来のことが具体的に現在形で見えていけば、勝手に脳のプログラムで運気が近づいてそうなるという話です。それにはテクニックがあります。「やりたい」と「できる」を整えておくのです。例えば綱渡りをする場合、30センチの長さの綱であれば、これは「渡りたい」と「渡れる」が整っているから渡れます。「I will」と「I can」が整っているのです。でも、50メートルになったら、渡りたいけど絶対落ちると思うわけです。「I will」と「I can」が整わないから落ちてしまう。だから、「I will」と「I can」を整えて、未来を現在形にしてあげば、かなりの確率でそうなるということです。

死ぬということも強固な信念が大事で、死ぬまでの時間を完璧に組み立てておくというアフメーションを、私はやりました。3年5年という、体力がなくなって気がなくなる長い時間を有意義に生きるプログラムを考えておかなければいけません。

私はそのうち歩けなくなります。入院しても本はまだ書ける。書けなくなったら本を読もう。最後の最後、もう何の体力もない、それでも聴覚はわずかにある。あの世かこの世かわからないような状態でモーツァルトを聞きながら死んでいく。そんなことを考えておくわけです。人生は1回だけ死ぬチャンスがあります。たった一度のチャンス、悔いなく閉じましょう。私は毎日楽しいです。



優勝 石小あんぱんズ

今まで努力してきたことが無駄にならなくてよかったです。



準優勝 2チーム



敢闘賞 3チーム

大会結果

優勝	準優勝	敢闘賞	特別賞
石小あんぱんズ	京都聖母学院社会事業部1 117KOBE ぼうさい委員会	チーム「IKUNO ~助け隊1年~」 駄菓子菓子 チーム「IKUNO ~守り隊~」	墨笑顔化救急キャスト☆ Girls ホスピ隊ミドカモズ 京都精華学園高等学校 A チーム

イベントブース

応急手当普及員資格を持つJR西日本社員の皆さんや、大阪市消防局、大阪市北消防署、京都橘大学救急救命研究会の皆さまがいろいろなコーナーを設けていただき、とても多くの方が来場くださって大変な賑わいでした。



ホーム非常ボタンコーナー



心肺蘇生1分間チャレンジコーナー



心肺蘇生・AED 体験コーナー



ミニ電動救急車コーナー



子ども達に大人気のイコちゃんも登場!



Profile

もり せい はん
森 清範 氏

清水寺貫主

いのちは仏なり

「仏を祈る」と「仏に祈る」

祈りには、「仏を祈る」と「仏に祈る」と、2つあると思います。神仏に何々してほしいということを書かないで、ただただ感謝、ありがとうございます、おかげさまでというのは仏を祈る。もう一つ、「仏に」というのは何か目的を持った祈りです。

この仏とは具体的に何でしょうか。宗旨によって少し違うのですが、森羅万象全てに仏が宿るといことが共通しています。人間のみならず、草木も、国土という抽象的なものまでも、みんな仏さんなのです。全てのものに仏が宿る、これが大前提になっています。仏が全てに宿るといふのなら、仏ほど平等で普遍的な存在はないでしょう。では、この仏を言い換えると何か。それは命です。命ほど普遍的で、命ほど平等で、命ほど尊い、命ほどかけがえのないものはありません。だから、命を仏格化したものが仏であろうと思います。仏教の根本思想は命の思想なのです。生老病死、この命のメカニズムを一つの思想にまとめたものが、仏教思想というものであろうと思います。

仏を祈る、仏に祈る。仏を祈るという場合、仏が命とするならば、命を祈るということは命に感謝し、命についてよくよく考えるということではないかと私は思います。

見える命と見えないいのち

しかし、命とは不思議なものです。なぜ生きているのか。生きているから生きているとしか言いようがないのです。

私は、命には見える命と見えないいのちがあると考えています。この見える命を見えないいのちが支えているということです。例えば私たちがいえば、見える命はこの体です。この体は、無量の命や大自然のエネルギーによって活かされているのです。しかし、見えないから余り感じないのです。見えないいのちやエネルギーがあるから、私はここに立っていられます。見える命だけではない。見えないいのちによって見える命が支えられ、私たちは生きているのです。

先に述べたように仏というのは、言葉を換えれば、この我々のこの生きている命です。命の中に見える命と見えないいのちを感じたときに、見えないいのちによって支えられていることに感謝が述べられるということは、宗教や人種、主義主張を超えて人として大切なことではないかと考えています。

命はつながっている

私たちは常に相対の世界にいます。勝ち負けや、年寄りと若者とか、あるいは、強い者と弱い者、敵と味方、この相対の世界を超えたところに絶対の世界があります。この絶対的価値に目覚めていかないことには争いはなくなりません。命が尊いというのはみんな同じであり、まさに絶対的価値です。それには互いが敬い合い、尊重し合うということが必要なのです。私たちの存在は、命の連続によって成り立っています。微生物を含めると何億という種類の命が40億年の間に誕生し、その命の連続のなかで私とつながっているのです。

例えば、ものを食べるということは、そのものの命を頂くということです。異化と同化、分解と合成により、取り込んだ他のものが私を構成することになります。そうすると、私とそのものは全く関係ないものではありません。この花と私はどこかでつながっているのです。私の命はありとあらゆる命と連続し形成されているのであります。決して無視できないことなのです。

このような計り知れない大きな恵みのなかで、今私は命を頂いているのです。不可思議な命であります。私たち一人ひとりが、命の普遍性をあらためて考え、今支えられている命やその連続を実感し尊敬し合える心を、もう一度見つめ直す必要があるのではないかと考えています。



平成28年度公募助成活動

●活動紹介

特定非営利活動法人 遺族支え愛ネット
よきピアサポーターを目指す連続講座

関西学院大学教授の坂口幸弘氏を招き、「『グリーンケア』をあらためて考える」と題する講演が開催されました。悲嘆と“うつ”の違いや、グリーンケアの必要性、目的等についてわかりやすく説明され、参加者は熱心にメモを取り聞き入っていました。支え助け合うグループに向けた有意義な活動との印象を受けました。



中丹高次脳機能障害者と家族の会「さくら」
慢性期高次脳機能障害者グループ訓練

参加者は一見普通の人と変わりません。ただ認知障がいがあることで、本人が自分の立場を相手に伝えることができず、社会生活をおくる上での負担となっています。今回は、カリキュラムに基づき散策コースを設定しました。その中で良い点、改善点をまとめたり、自分の考えを相手に伝える訓練が行われました。



グリーンサポート ラル大津
大切ないのち 生きる希望を助けるもの 講座

自死遺族を含む遺族支援活動をすすめ、地域で人々との交流を深めることを目的に活動されています。今回は、三重県伊賀市の白鳳山中にある心光寺の住職を招いて、いのちについて語る会が開かれました。自身の体験を交えてのお話でしたが、「他人のたった一言で人生が大きく変わることがある」とのお話は参加者も大きく頷く内容でした。



一般社団法人 関西浜通り交流会
「福島県双葉郡交流会」と「東日本大震災『語り部』お話し会」

関西に避難している被災者のために定期的に交流会を開いています。今回は黒枝豆の収穫体験でしたが、参加者もイベントを毎回楽しみにしている様子でした。また福島県から避難されているご夫婦による防災啓発スライドショー(小学生対象)のお話し会も開催され、地元の子どもたちも熱心に耳を傾けていました。



聖和寄り合いまちづくり
第7回聖和防災フェスタ

安心安全のまちづくりを目指し、子どもからお年寄りまでの世代間交流や、助け合える地域交流を目的としたフェアが開催されました。子どもたちは、水消火器訓練・煙体験などを通じて楽しく防災について学んでいました。大阪市からの講演や防災クイズなどのイベントが実施され、盛況なフェスタになりました。



たかしま災害支援ボランティアネットワーク なまず
被災地生活基盤再生のお手伝い活動

南相馬市ボランティア活動センターへ様々なボランティア団体が集合する中、15名が参加して被災地支援活動を行いました。福島第一原発から約15km圏内付近で、周辺には除染作業中の幟も見える場所での除草作業でした。草刈機を活用し、メンバー全員が協力して一所懸命作業を行っている姿が印象的でした。



特定非営利活動法人 働く者のメンタルヘルス教室
自死遺族の自責感を和らげる公開シンポジウム

裁判官の夫を自死で亡くし、その後司法試験に挑戦し弁護士になった佃祐世氏の講演では、自死遺族を取りまく法律問題のお話がありました。「自死という言葉に込められた想いを語り合おう」と題し、自死遺族の方々によるパネルディスカッションが開催されました。ディスカッションでは、自死遺族の想いや社会の壁に対する思いが熱く語られていました。



特定非営利活動法人ノート
たかつき川キッズ調査隊
〜とかいなか川遊び安全マップ作り〜

「川の安全」をテーマに、実際に川を観察しながら、危険な場所や安全に遊べる場所を写真に撮って記録し、オリジナルの安全マップを作成しました。子どもたち自らが、川を観察することで正しい知識を身につけると同時に、仲間づくりの大切さや助け合う心を学ぶ力を備えていくプログラム内容でした。



かなしみぼすと

3回連続講座「悲嘆とともに生きる社会へ」

悲嘆を抱えている方やグリーフケアを学びたい方等を対象にした3回連続講座「悲嘆とともに生きる社会へ」の1回目でした。初回は「悲嘆」とは何かをテーマに、山本佳世子氏(人と防災未来センター嘱託研究員)が講師となり講義が行われました。参加者も多く、悲嘆に対する関心の高さがうかがえました。



和歌山大学 地域連携・生涯学習センター 西川一弘 講師 鉄道防災教育・地域学習列車「鉄學」試乗

地域資源を学びながら鉄道からの災害避難方法も学べる鉄道防災教育&地域学習列車「鉄學(てつがく)」に試乗しました。JRきのくに線の串本～新宮間を走る中、津波避難誘導降車台に実際に降り立つ避難訓練だけでなく、紀伊半島の美しい景色を車窓から楽しむ内容も盛り込まれた充実したツアー列車でした。



● 今後のイベント情報

特定非営利活動法人 健康まちづくり推進委員会

第7回全国学生防災書道展

日程：2月11日(土・祝)～12日(日)

場所：兵庫県民会館 アートギャラリー 2階

概要：「防災」をテーマに毛筆作品を公募し、展示会で優秀作品を披露します。

問合せ：TEL: 078-996-0693

FAX: 078-996-0897

がんばろう! つばさネットワーク

被災地の高校を招待し野球交流試合

日程：3月25日(土)～27日(月)

場所：大阪府立北摂つばさ高等学校(3日目は金光大阪高校)

概要：被災地の高校生を大阪に招待し、野球の親善試合、ホームステイをすることで被災地の元気に貢献します。

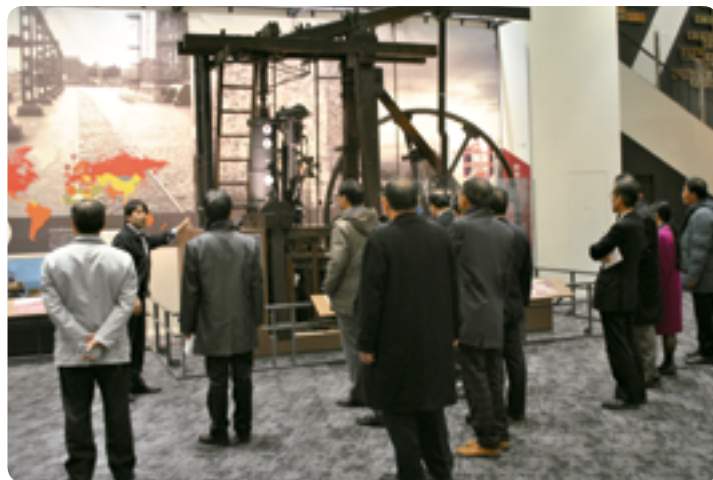
問合せ：TEL: 090-3271-4292

MAIL: snjffi@leto.eonet.ne.jp

トピックス

関西財団の集い

「関西財団の集い」は、財団相互の交流を図り、ともに課題に取り組み、財団活動が更に発展していくことを目的としています。年2回、例会が開催されており、平成28年度下期例会は、当財団が世話役となって、京都鉄道博物館で12月8日に開催しました。財団活動に関する情報交換や会員相互の交流が活発に行われるとともに、鉄道に関する理解も深めていただき、大変喜ばれる有意義な会となりました。



編集後記

いのちのリレー大会では、小学生、中学生、高校生チームの皆さんが大活躍されました。尊い「いのち」を救うのに上手下手はありません。いざという時、自分1人でできることには限界があります。倒れている人を発見した時どうすればよいのかをあらためて学んだ大会でした。特に、大会前と大会当日の小学生チームや中学生チームの成長には驚かされました。皆が救命処置ができて当たり前の日が来ることを願います。(ひろ)

〒530-8341 大阪市北区芝田二丁目4番24号

TEL: 06-6375-3202 FAX: 06-6375-3229

E-mail: info@jrw-relief-f.or.jp

URL: http://jrw-relief-f.or.jp/