



在宅ケアと看取り

学長補佐兼看護学部長
看護学部看護学科 教授

岡谷 恵子

私事ですが、今年の10月6日に父が亡くなりました。97歳でした。父は4年前から慢性閉塞性肺疾患で在宅酸素療法を行っていました。在宅で1日中酸素吸入をする生活になってから、ほとんど外出せずずっと家で過ごしていました。90歳代の母と2人暮らしだったため、一番行動の制限を受けたのが母でした。旅行が好きな母にとって、父の世話をする毎日は大変だったと思います。訪問看護や介護は、他人が家の中に入るの嫌と言って拒否。8月半ば頃から父は急激に弱り始めましたが、それでも父も母も他者からの世話を嫌がっていました。いよいよ、亡くなる3週間前ぐらいにやっと訪問看護を受けることを承諾し、母は訪問看護師の行き届いた心遣い

のあるケアに申し訳ないと言いながら感謝していました。在宅死を望んでいた父の意向と、コロナ禍で面会もままならない状態だったため、在宅で看取ろうと思っていましたが、結局入院させることになってしまいました。父は入院して14時間後に息を引き取りました。

2042年には、高齢者人口はピークを迎え、高齢者世帯も全世帯の44.2%を占め、高齢者世帯の約54%は一人暮らし世帯と言われています。身近に頼る人がいない高齢者が増加する社会となります。また、高齢社会は多死社会でもあり、年間死亡者数も160万人を超えます。約75%が病院で亡くなっている現状ですが、多くの人は自宅での最期を望んでいます。私は父の死で、在宅での看取りをまっとうすることの難しさを感じました。さまざまな条件が整わないと実現できないし、特に訪問看護や介護サービスを充実させないと簡単ではありません。

看護学部から巣立っていく人たちの多くが、これからの超高齢社会・多死社会で人々が望む最期を迎えられるように、在宅ケアの道を志してくれることを願ってやみません。



安心して学べるキャンパスを目指して

事務局次長兼総務課長

米本 善則

本年4月より事務局総務課に参りました。前職では大阪をはじめ東北から九州各地の大学や自治体に赴任していましたが、本学で勤務できますことを感謝しております。

コロナウイルス感染症により、影響を受けられた皆様には、心よりお見舞い申し上げます。昨年来、最優先課題として危機対応に取り組む本学の新型コロナウイルス感染症対策につきましてご紹介させていただきたいと思っております。

本学では、府内をはじめ全国の感染状況や国、府の対応方針、また、学生・教職員の方々からの感染や濃厚接触の報告状況等を基に、危機管理委員会において、キャンパス内への入構規制や授業実施、クラブ等の課外活動など、すべての学内活動にかかる対応方針を決定し、学生・教職員の皆さんに協力をいただきながら感染拡大防止に取り組んでいます。

夏学期には、感染や濃厚接触等の報告が相次ぎ、危機

管理委員会も頻繁に開催（11回）するなど大変厳しい状況でありました。対応方針に基づき対策を講じるとともに、各学部学科の担任の先生方には、感染・濃厚接触となった学生一人一人に体調確認や状況の聞き取っていただき、授業出席や心身ケアなど、学生支援センターや教務課とも一体となり迅速かつ細やかに対応をいただいております。また、学生・教職員皆さんの感染防止に対する高い意識とご協力に支えられ、学内におけるクラスターの発生など大規模感染は抑えられている状況です。引き続き皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

また、7月より医療従事関係者等へのワクチン接種として看護学部学生、教員への先行接種を行うとともに、学内の教職員の協力を得て、学生・教職員、関係企業の方々を対象とした職域接種を近隣大学に先駆けて実施することができました。職域接種実施以降、学内での感染・濃厚接触報告も減少しており、一定の効果があつたと感じています。その他、羽曳野市の集団接種実施に際し、看護学部の先生方による支援活動や、学生たちによるボランティア、また、接種会場として東体育館を羽曳野市に提供するなど、本学の地域貢献も積極的に取り組まれました。

現在も、新型株の出現など国内外において予断を許さない状況が続いておりますが、今後も学生の皆さんが安心して学びや活動の機会を得られるよう危機対応に努め、「with コロナ」においても充実したキャンパスライフが送られますことを願っています。

❖ 学園訓「礼儀を正しくせよ」について

グローバル教育副センター長
教育学部教育学科 講師
中田 貴眞



以前、「いろは」というタイトルで拙文を掲載いただいたことがあります。この度も私なりに身近な物事に関連付けて書いてみたいと思います。まず、「礼」に関連する記述に簡単に言及し、それから、仏法の修行得道としての茶道における「礼」について私見を述べます。

学園訓「礼儀を正しくせよ」は、「和を以て貴しとなす」で始まる学園訓の四つ目の項目であり、「十七條憲法」の第四条では以下のように規定されています。「群卿百寮、礼を以て本（もと）とせよ。其れ民を治むるの本は要（かなら）ず礼に在り。上、礼あらざれば下齊（ととの）わず。下、礼無ければ必ず罪有り。是（ここ）を以て、群臣礼有れば、位次乱れず、百姓礼有れば、国家自ら治まる」。第四条の現代的な解釈は、「和の精神（学園訓の実践）」学修ポートフォリオで以下の通り、確認できます。「社会・組織・チームにおいては礼儀（規範・規則の遵守、他者への敬意・感謝）が大切である。人々の間に礼儀が行われていてこそ安定し秩序ある人間関係が生まれるのである」。

『論語』為政篇に「之を道（みちび）くに政を以てし、之を齊（ととの）うるに刑を以てすれば、民免れて恥無し。之を道くに徳を以てし、之を斉うるに礼を以てすれば、恥有りて且つ格（ただ）し。」とあります。中国の思想家である孔子は「道徳で民を導き、礼で民を整えよう」と考えていたと言われていますが、聖徳太子が定めた「十七條憲法」の内、とりわけ第四条に通底するものがありそうです。また、太子が制定した「冠位十二階」の冠名は「徳・仁・礼・信・義・智」（大・小二階に分けて十二階）となっていますが、これは「徳」に加えて「五常」の徳目を配列したものです。五常とは儒教で重要視される五つの徳目で、通常は「仁・義・礼・智・信」の順で記されますが、冠位十二階の冠名では、仁（思いやり）の後に「礼」が続いていることに太子の意図が窺えるのかもしれませんが。

「礼」の記述のまとめとして、一般的な「礼」の定義を以下に挙げておきます。「①社会の秩序を保つための生活規範の総称。②規範・作法にのっとりしていること。③敬意を表すこと。その動作。おじぎ。④謝意を表すこと。また、そのために贈る金品」（広辞苑）。

以降は、上述の「礼」に関する記述を参照しつつ読んでいただきたいのですが、茶道における礼（お辞儀）は三段階あります。「真：上半身を腰から静かに倒して、両手をひざの上あたりまでおろす。」「行：真のお辞儀より少し浅めに上体を倒す。両手を太ももの真中あたりまでさげる。」「草：上体を少し傾けて、両手を体の中

心に寄せる」。ここでは、日常での使用頻度が高いと思われる立礼の場合の説明を載せましたが、「座礼」「立礼」共に、「草」の礼であっても気持ちは「真」で行うことが大切です。書道における「楷書・行書・草書」に対応するものと言われますが、英語では順に formal, semi-formal, informal と説明されています（[英文]裏千家茶道点前教則一）。礼（お辞儀）に込める気持ちを試行的にことばに対応させて三段階に区分すると、次のように表せるかもしれません。「本当にありがとうございます—ありがとうございます—ありがとうございます」。ことばの長さ（丁寧さ）とお辞儀の深さ（角度）、所要時間、相手に対する心理的距離の間に相関関係がみられそうです。お礼のことばにお辞儀の動作を伴うかどうかは別として、英語・中国語など他の言語でも「Thank you very much—Thank you—Thanks」「真的謝謝您—謝謝您—謝謝」のように、より丁寧な表現を用いれば、早口で言わない限りは、言い終わるまでにより長い時間がかかります。

茶道におけるお辞儀の仕方をご紹介しましたが、伝統的な武道では型を繰り返し練習することが重要視されていますし、茶道、華道そして多くの習い事においても型（基本）は重要です。利休道歌（利休百首）の最後の歌に以下があります。「規矩（きく）作法守りつくして破るとも 離るとも本（もと）を忘るな。」「守破離」は修行（学び）における段階を示すものとして広く知られていますが、この歌では、修行の段階が進んでも、常に基本となる規矩作法を忘れてはいけないと説かれています。「稽古とは一より習ひ十を知り 十よりかへるものその一」という歌もありますが、一通りの学びを終えたように思えても、修行・学修に終わりはなく、常に基本に立ち返って精進を続け、学びを深めていくことが大切なのだと分かります。十七條憲法も第一条の「和」から始まり、他者とのコミュニケーションの大切さを説く第十七条に至り、また第一条の「和」に戻るといように「循環構造」をもっています（学修ポートフォリオ参照）。修行・学修も十七條憲法と同じく「循環構造」をもっていると考えられそうです。

「礼」に関する記述の整理、そして茶道における「礼」の話を通して、「礼儀」について書かせていただきましたが、学園訓、また、十七條憲法の「和を以て貴しとなす」も千利休が伝えた「和敬静寂」も、第一に「和」が大事だと説いています。十七條憲法は第二条として「篤く三宝を敬え」と続き、伝教大師最澄の言葉には、「道心の中に衣食（えじき）あり 衣食の中に道心なし」とあります。日々、感謝の気持ちを大切に実践行をすることで、衣食とともに、日常生活における礼儀もまた備わっていくのではないのでしょうか。真に礼儀正しくあることは容易ではありませんが、まずは、朝起きて、お茶を供え、身の回りを清め、お経を唱え、心身を整える。普段から、できるだけゆっくりとした所作を心がけ、気持ちを落ち着けることを大切にしたいと、本稿の執筆を通し、「初心」にかえることができました。心よりお礼申し上げます。

「ウパーヤ」学生編集員募集！！

本学の仏教教育広報誌「ウパーヤ」の紙面作りに参加していただける学生編集員を募集しています。仏教、寺院、仏像、巡礼、歴史、日本文化などに興味のある方、また取材や記事の執筆に関心のある方ならどなたでも歓迎します。当然、学科専攻も問いません。

これまで第4面の「聖徳太子ゆかりの地をめぐる」の取材記事の執筆、およびその取材見学の様子をホームページに掲載するなどの活動をしてきました。また、本学が仏教

教育の一環として実施している野中寺での座禅会に参加し、その実施状況をレポートしていただいたこともあります。

興味のある方、詳しい話を聞きたいという方は、第4面下に記載されているメールアドレスにメールを寄せていただくか、仏教文化研究所の研究員にお声を掛けてください。

ご連絡お待ちしております。（エリック マーティン）



第20回 卒業生インタビュー

話し手：恩田優美（おんだゆみ）医療法人祐青会 グループホームくすのき苑 介護職員・計画作成担当兼務
平成15年3月 短大生活科学科 生活福祉専攻（現ライフケア専攻）卒業
聞き手：坂本 光徳（和の精神Ⅰ・Ⅱ 講師・人文社会学部人間福祉学科専任講師、本欄編集）

仕事について

卒業して、特別養護老人ホームで2年ほど働いていました。退職したきっかけは、職場の先輩だった人に現在のグループホームに誘われたことです。グループホームにはもともと興味があり、個別ケアができるということに魅力を感じ、入社しました。それから15年ほど経過し、現在に至ります。

今の仕事は介護全般もしていますし、あとはケアマネジメントとなります。利用者さんの生活で問題になっていることに対して、どのような支援ができるかを考えてケアプラン（計画）をたてます。利用者さん本人と相談しながら出来たら良いのですが、認知症が重い方が多くなかなか難しいため、家族さんから情報を得たり、普段の生活の様子を見ているスタッフと相談したりしながらの計画作成となります。

現在は変わっているかもしれませんが、特別養護老人ホームで働いていた当時は、一斉に排泄介助、一斉に食事、一斉に入浴など一人で何人もの利用者さんの介助をする形でした。人員配置で仕方がない面もありますが、私は当時やりながら、「何か違うな、一人ひとり個別に出来たら良いな」という思いがありました。

そのような特別養護老人ホームとは違い、グループホームでは、食事も決められたものだけではなく、食べられないものがあれば他のものを作ってみようか、こう変えたら食べてくれるかなと個別に対応が可能で、それで命を繋げることができた人もいました。また時間をかけて食事介助をすることも可能になりました。グループホームは、医療面では弱いため、他の施設のように食事の代わりに点滴や胃にチューブをつける胃ろうなどはできません。その分、自分たちでできることを考えて対応するというのが、私のやりたかった事に繋がっていると思います。

礼拝について

正直、学生の頃、初めは何故こんなことをしているのだろうと考えることもありました。ただ書くことが好きだったこともあり、写経が好きになるきっかけになりました。卒業してから写経セットを買って、自分で写経をしていた時期もあります。仕事が忙しくなりなかなかできなくなりましたが、集中することが出来たり、心を無にしたりする時間などが好きです。礼拝で写経をすることがなければ、接す

ることがなかったと思いますので、今となれば本当に良い機会だったと考えています。

学園訓について

学園訓も学生時代はピンと来なかったです。なんとなく過ごしていたのかと思います。社会人になって改めて見ると、「父母の恩」親への感謝をやっぱり感じます。社会に出て知ることは、沢山ありますが、社会経験を重ねるごとに、親は凄いと分かってくるようになりました。

また「健康を重んぜよ」が、気になります。これも、やはり健康がないと何も始まらないと思います。健康があつてこそ、仕事もできるし、友人と遊ぶこともできる。この仕事をしていると、年を取るということについて考えさせられることも多いです。健康に年を取っていくのが一番良いと思いますが、中には病気をもっていたりとか、うちの利用者さんも認知症を患っていたりします。認知症が悪いというわけではないですが、そのことでしんどい思いをされている方も多く見えています。そういうこともあり、健康については考えさせられることは多いです。

在学生へのアドバイス

今の時間を大切にしたいです。社会人になったら時間が取れなくなるので、挑戦できることがあったら、挑んで欲しいです。また年を取ると、新しいことを始めるのも出来にくくなります。

またいっぱい遊ぶことも大事だと思うし、一緒に学んできている友人達を大切にしたいです。私も真面目に学校に行っていたので、忙しかったですが、遊びは遊びで友人と共によく過ごしていました。大学生は、高校生とは時間の制限が違い、また社会人も異なるため、時間があると思います。私も結構遊んだり、友人と一緒に旅行をしたりしていました。そして一緒に勉強してきた短大時代の友人とは、今でも月に1回は会うようにして、情報交換しながら交流は続いています。

皆さんも今の時間、友人を大切にしながら、様々なことに挑戦して大学生活をいっぱい楽しんでください。



令和3年度 冬学期「和の精神Ⅱ」講話題目

- | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| 9月30日 奥羽 充規先生「オリエンテーション」 | 11月25日 奥羽 充規先生「『納経』の勧め—巡礼の視点から—」 |
| 坂本 光徳先生「授戒会の指導」 | 12月2日 藤谷 厚生先生「菩薩と和の精神」 |
| 藤谷 厚生先生「ウバーヤについて」 | 12月9日 原田 三朗先生「他者の人権を守ること」 |
| 10月7日 岩尾 洋学長「写経の効果」 | 学生有志「東京2020オリンピックボランティア活動報告」 |
| 福光 由布先生「写経の仕方・作法」 | 12月16日 矢野野 隆男先生「学園訓—誠実について—」 |
| 10月14日 杉中 康平先生「『学園訓の実践』エピソード入力について」 | 12月23日 上續 宏道先生「『和顔愛語』について」 |
| 10月21日 坂本 光徳先生「写経について」 | 杉中 康平先生「学園訓のエピソードについて」 |
| 10月28日 南谷 美保先生「写経と『経供養』」 | 1月6日 原 祐子先生「今日も生きる」 |
| 11月11日 李 美子先生「不肯去観音について」 | 1月13日 中田 貴真先生「礼儀について」 |
| 11月18日 石田 陽子先生「自分と出会う—静寂の意味とは—」 | 1月20日 奥羽 充規先生「まとめ」 |

聖徳太子ゆかりの地をめぐる

一頂法寺〔六角堂〕(京都府京都市) 一

烏丸御池駅から徒歩3分、烏丸通沿いのビル群の中に、突如として静寂な空間が広がります。聖徳太子が創建した寺院の一つである頂法寺です。本堂の形から六角堂と呼ばれ親しまれています。



頂法寺 (境内に隣接する展望台から)

587年、この地を訪れた聖徳太子が清らかな池を見つけ、肌身離さず携帯していた観音像をわきに置いて沐浴しました。浴後、太子が観音像を手に取ろうとしましたが、重くて持てなくなりました。その夜、念持仏である観音様が太子の夢に現れ、この地に留まりたいというお告げを受けることになります。そこで太子は六角の堂を建ててこの観音像を祀りました。これが頂法寺のはじまりで、この観音像が頂法寺の御本尊の秘仏・如意輪観音像であると伝えられています。

如意輪観音様は、その名のとおり「意の如く」すなわち思いのままに願いを叶える宝珠と、魔を打ち砕く法輪を持っておられ、長寿、安産、魔除けに功德があるとされ、平安時代の『今昔物語』などにも、御本尊に関する伝説が伝えられています。

初代の頂法寺守護は、遣隋使として有名な小野妹子です。妹子は太子沐浴の池の畔に坊舎(池坊)を建て、朝夕仏前に花を供えました。これが代々に受け継がれ、



聖徳太子沐浴の池と太子堂

池坊(日本最古の華道家元)に発展しました。

本堂の右手には親鸞堂があります。鎌倉時代の初め、比叡山で修行していた親鸞は、尊敬する聖徳太子ゆかりの六角堂に百日参籠する誓いを立てました。夜になると比叡山を下りて六角堂に籠り、朝、比叡山に戻ることを繰り返したのです。そして、95日目の暁、夢に如意輪観音が現れお告げを受け、これが浄土真宗を開くきっかけになったと伝えられています。



へそ石

本堂前の柳の横には、「へそ石」と呼ばれる六角形の石があります。もとは寺の門前の六角通にあったもので、明治初期に境内へと移されました(江戸時代の『都名所図会』では、へそ石が寺の門前に描かれています)。平安京

造営の際、本堂の位置に道を通すことになり、桓武天皇が困って御本尊に祈ったところ、一夜にして本堂が約15m北、現在の場所へ移動したといわれます。この石は、その旧跡です。京の中心地「へそ石」はパワースポットとしても注目されています。

最後に、頂法寺の御詠歌について紹介します。

わが思う 心のうちは六角
ただ円かれと祈るなりけり

六角堂の「六角」、御詠歌の「六角」は、六根(眼・耳・鼻・舌・身・意)によって生じる六欲のことです。御詠歌では、これらを捨て去って角をなくし、円満になる(六根清浄)という祈りがこめられています。今回の参拝を通じて、我々も六欲を捨て、勉学に励み毎日成長することを目標に日々を生きてゆこうと思いました。是非皆様も一度訪れてみませんか。

(学生編集員: 大貫賀津紀)

仏教のことば

我慢

「おいしそうなケーキだな。買おうかな。でも、我慢」とは、デバ地下が通勤経路上にある私の毎日のセリフです。この「我慢」という言葉を辞書で調べると、「耐え忍ぶこと。こらえること」という意味と、「我意を張ること」という正反対の意味が記載されています。不思議ですね。

「我慢」は、仏教のことばとしては、我に執着し、自分を偉いと思つて他者を侮ることをいいます。仏教の教義では、心のおごり、つまり、我に執着した結果、他を軽視する思い上がりの心を持つことを「慢」

とし、さまざまな「慢」があると思いますが、「我慢」もそうした心の状態の一つとされます。

『パーリ仏典』の「サンユッタ・ニカーヤ」の中に、「どれほど探し求めてみても、自分よりもさらに愛しいものを見いだせなかった。そのように、他の人々にとっても、それぞれの自己が愛しいのである。」という仏陀の言葉があります。つまり、人はみな「我慢」の塊なのです。そのような人と人が共に生きていくためには、常に「我」を抑えつつ、他者を理解しようとする努力が必要なのでしょう。となると、後の時代になって、この「我慢」という言葉に、「自己主張を抑えること」という意味が与えられたのは、「正しい」と言えるのかもしれませんが。

「我慢を我慢」—あなたの心を静めるおまじないになれば、幸いです。(南谷 美保)

編集後記

皆様のご尽力をもちまして、UPAYA 20号を発行することができました。今号では、学長補佐兼看護学部長岡谷恵子先生には「在宅ケアと看取り」、事務局次長兼総務課長米本善則氏には「安心して学べるキャンパスを目指して」、グローバル教育副センター長で教育学部教育学科の中田貴真先生には「学園訓「礼儀を正しくせよ」について」をそれぞれご執筆いただきました。また、第20回卒業生インタビューでは、大学時代の礼拝や写経、健康の重要性などが語られています。

今年に入り新種の変異株の感染がこれまでにないスピードで拡大しており平穏な日々に戻るのには難しいと思われまます。しかし、このような状況だからこそ、正しい情報を見極める智慧を持ち過度に恐れず、されど侮ることなく、心身の健康維持に努め、無事に過ごせることへの日々の感謝を忘れず、3年目を迎えた「ウイズコロナ」の日常を少しでも前向きに過ごしたいものです。本号が発行される頃には収束していることを願いつつ編集後記といたします。(Y.I.)

研究員紹介

所長	岩尾 洋(学長・教授)
主任研究員	藤谷 厚生(教授)
研究員	石田 陽子(教授) 上瀬 宏道(教授)
	南谷 美保(教授) 矢羽野 隆男(教授)
	杉中 康平(教授) 奥羽 充規(准教授)
	李 美子(准教授) 坂本 光徳(専任講師)
	中田 貴真(専任講師) エリック マーティン(専任講師)
	上野 舞斗(助教)
客員研究員	桃尾 幸順

UPAYA (ウパーヤ) 20号

ウパーヤとは「高い目標へ到達すること」を意味し、漢訳では「方便」となります。

令和4年4月1日発行
発行 四天王寺大学
仏教文化研究所 仏教教育センター
所在地 大阪府羽曳野市学園前3丁目2-1
TEL:072-956-3181(代) FAX:072-956-9940
URL:http://www.shitennoji.ac.jp/

「UPAYA(ウパーヤ)」に関する
ご意見やご感想はこちらへお寄せください。
[E-mail] bukken@shitennoji.ac.jp
(件名は「ウパーヤ」としてください)

