

特定非営利活動法人 幸ハウス

大切にしたいものを大切にできる場所



8周年 活動のご報告

2026年3月

はじめに

Message

特定非営利活動法人幸ハウス 代表理事 川村 真妃より

2025年度 活動報告・御礼

この度、NPO法人幸ハウスは、おかげさまで設立8周年を迎えることができました。こうしてこの節目の年を迎えられましたのも、私たちのビジョンやミッションに共感し、日頃より活動を見守り、応援してくださっている賛助会員の皆さまのお力添えがあってこそと、心より深く感謝申し上げます。

当団体は、週に一度の開催ではありますが、「毎週水曜日には必ず場を開けておく」ということを7年間続けてまいりました。この継続こそが、どれほど大きな意味を持つのかを、年を重ねるごとに実感しています。

幸ハウスに来られる方からは、「以前からこの場があることは知っていた」「本当に困ったときに来られる場所だと分かっていて、今日こうして必要なときに来ることができた」「心の中にあった思いをすべて聞いてもらえて、とても楽になった。泣けました。この場があって本当に感謝です」といったお声をいただくことが増えてきました。

毎週通ってご自身の心を整える方、数か月に一度立ち寄って自分の軸を見つめ直す方、本当に困ったときにだけふらりと訪れる方など、利用の仕方は人それぞれです。

幸ハウスは、来られた方がその時々タイミングで思いを言葉にし、自分にとって大切なものに気づき、来たときよりも少しだけすっきりとした表情で帰っていかれる——そんな姿を見守らせていただけることに、いつも深い感謝の気持ちを抱いています。

このように、誰かの拠りどころとなる場を続けてこられたのは、ひとえに賛助会員の皆さまの支えがあってこそです。今後もこの場を大切に守り続け、より多くの方が安心して集えるよう、引き続きご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



特定非営利活動法人幸ハウス 代表理事 川村 真妃より

幸ハウスの第二のミッションである「死生観を語れる仕組みをつくる」という取り組みにおいては、昨年、「After I die カード」を発売いたしました。死後の世界を語り合うことを通して、死後に縛られるのではなく、「今、本当にしたいこと」を明確にすることを目的としたカードであり、約300セットを日本全国の必要とされる方々にお届けすることができました。

また、昨年に引き続き、「414（よいし）カード」や「After I die カード」をご購入いただいた方を対象に、カードの遊び方説明会やワークショップを開催しました。さらに、カードを用いた対話会を実施したい方向けの説明会や、実際に対話会を開催された方同士がつながるオンライン対話の場も設け、死生観の対話を大切にするコミュニティづくりを継続してまいりました。

今年は、新たな取り組みとして、8月19日から5日間、大阪・関西万博の会場にて、カードを用いた対話会を開催する機会をいただきました。会期中、3,000人を超える方々にカードに触れていただき、普段の対話会とは異なる形で死生観について考えるきっかけを共有することができました。会場では、ご家族単位での参加が多く見られ、通常の対話会とはまた違ったかたちで、家族間の会話が自然と深まっていく様子を拝見することができました。

また、昨年に引き続き、がんで大切な方を亡くされたご遺族を対象とした「グリーフカフェ幸ハウス」を月に1回開催しています。私たちの場を信頼し、ご紹介くださる病院や相談センターが増えていることを実感した一年でもありました。

このように、「幸ハウス富士」という“場”と、誰もが死生観について対話できる仕組みの両輪を大切に育てていくことで、NPO法人幸ハウスの設立目的である「**病気になっても病人にならない社会をつくる**」という目標に向かって、ゆっくりではありますが、確実に歩みを進められていると感じています。

来期も、設立当初から掲げてきたビジョンを大切にしながら、丁寧に、そして着実に活動を続けてまいります。

これからも、一人ひとりが安心して自分の思いを話せる場を守り、育てていくことに力を尽くしてまいります。改めまして、8周年を迎えられたことへの感謝と、今後の活動への思いをここにお伝えさせていただきました。引き続き、温かいご支援とご協力を賜りますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。

特定非営利活動法人幸ハウス富士 共同代表 植竹 真理より

2025年度 活動報告・御礼

いつもNPO法人幸ハウスの活動を温かく支えてくださり、心より感謝申し上げます。
幸ハウス富士では、安心して語り合える場を大切にしながら、対話を通じた活動を続けてきました。大切なものを大切にする事は、ときに難しく、揺らぐこともあります。けれど、ご自身の心と向き合い、心にある想いを言葉にし対話を重ねる事で、その方の大切にしたい事は、形を変えながらも実現できると信じています。

また近年は、小学校・中学校・高校、そして看護学校などにおいて、414カードを用いた対話会を開催させていただく機会も増えました。子どもたちや学生さんが、正解のない問いに向き合い、自分の感じたことや考えを言葉にし、互いの違いを尊重しながら聴き合う時間は、毎回とても豊かであたたかなものです。

「初めてこんな話をしました」「人の話を聞いて、自分の考えが広がりました」「お互いをもっと知れる時間になりました」——そんな声が自然に生まれる場に立ち会えることは、私たちにとって大きな喜びであり、活動を続ける力になっています。

また、今年度は万博への出店を通して、414カードによる対話は、年齢や立場を越えて人の心をあたためるものであることを、あらためて確信しました。

これらの活動は、賛助会員の皆さまお一人お一人のご理解とご支援があつてこそ実現しています。

これからも私たちは、言葉と対話の力を信じ、「誰もが最期の時まで、自分が大切にしたいものを大切にできる社会」を目指して進んでいきたいと思えます。

今後とも変わらぬご支援をどうぞよろしくお願いいたします。心より感謝を込めて。



幸ハウスとは

Mission & Concept

幸ハウスのミッション

病気になっても病人にならない社会をつくる

私たちは、癌サバイバーさんをはじめ、様々な能力をお持ちの方々と共に、病気になっても病人にならない社会をつくれます。

私たちが考える病気になっても病人にならない社会とは、

関わる人すべて※が、

自分の想いを大切にできて自らの生き方（死に方）を選べる社会 です。

※ここでいう関わる人すべてとは、患者、その家族、ボランティアです。

そのような社会の実現のために、私たちは次の2つのミッションを持っています。

Mission 1

患者さんが、自分の生き方を考えるための寄り添う居場所を日本中につくる

Mission 2

誰もが死生観を語り合える場をつくる

幸ハウス富士 活動振り返り

Fuji

幸ハウス富士

幸ハウス富士とは

幸ハウス富士は、癌患者さん、ご家族、ご友人が、戸惑いの中、**自分らしい生き方や医療を選ぶこと**をサポートする場所です。

医療機関ではなく、宿泊施設もありません。
治療、検査を行ったり、
セカンドオピニオンを提供する場所でもありません。

患者さんご自身が
大切にしている想いや考えを尊重し何より大切にします。



幸ハウス富士 基本情報

* 開放日時 *

水曜10:00-16:00 (祝日休)

* 場所 *

川村病院の隣、三角の建物
(静岡県富士市松本357-1)



看護師やサポーターが
あなたの話をゆっくり聞きます



お茶を飲んだり、本を読んだりしながら
自分の時間を過ごすことができます

病気になっても、大切にしたいものを
大切にできる生き方を、一緒に考えます

週変わりで提供されている
プログラムに参加できます



幸ハウス富士

利用者さんに伺ってみました「あなたにとって幸ハウスはどのような場ですか？」

人の話を聴いて、
自分が言語化できない想いを
確認できる場

自分の話をしたり、
色々な人の心の内の話を聴くことで、
自分自身の支えを見つける場。
自分が支えになれる場

話をしたくても話せなかったり、
話した後、話さなければよかった
と後悔したりする

でも、言いたい自分がいて、
それを話せる場、心のガス抜き場の場、
心に貼ったガムテープを
剥がせる場、必要な場

人の考えを聴く中で、
自分を見つめ直せる場

幸ハウス富士

幸ハウスはどのようなところですか？



60代・女性
(現在 治療中)

幸ハウス富士は、大切な私の居場所

ホッとして癒される。ここがいちばん大切な私の居場所。

相談する人がいるのが、すごく幸せ。いつも不安はあるけど、その気持ちを話すことで少しずつ、気持ちが元気になっていく感じがある。みんなの優しい心に触れあえて幸せ。

始めはよくわからなかったけど、来てみるとよくわかる

来るまではどんなところだろうとドキドキしたけれど、幸ハウス富士でみなさんを見ていると、自由にありのまま過ごされている様子があり、安心しました。



40代・女性
(治療後)

幸ハウス富士 スタッフより

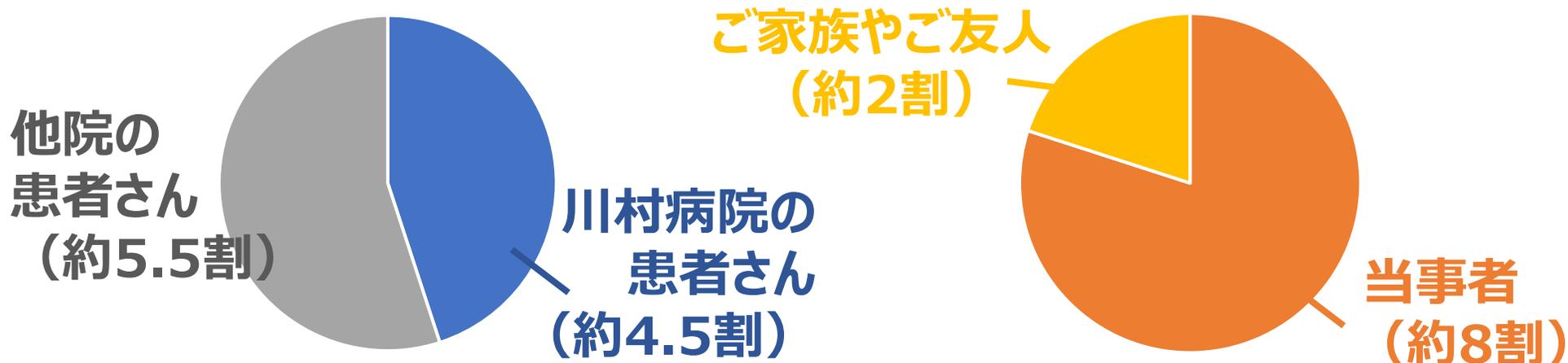
幸ハウスは、一人一人の利用者さんの大切にしたいものに寄り添うという決意の延長線上に場を設けさせていただいております。したがって、この幸ハウスの思いがこのように利用者さんに浸透し始めていることを嬉しく感じています。

継続して場を作ってきたことで、あなたが大切にすることを大切にできる場という幸ハウスの存在価値を理解していただいた上で、そこを居場所としてご利用いただけている方が少しずつ増えてきており、このような場が病気と向き合っている人や社会にどのような価値を提供しているか、提供できるのかということを引き続き学び続け発信し続けていきたいと感じています。

幸ハウス富士

どんな方が幸ハウスを利用されている？

- がんと診断されて間もない方
- 手術を待っている方
- 治療中の方
- 治療を終えて社会復帰した方
- 緩和ケア病棟 | いまここ | におられる方
- 大切な方をがんで亡くされたご遺族



幸ハウス富士

2025年1月～2025年12月の利用者状況

約1年間の総利用者数
(水曜開放日の利用者数)

- (水曜開放日の利用者数) 759名 (うち新規利用者68名)
- (第2月曜日の利用者数) 72名 (うち新規利用者 8名)
- 総利用者数 831名 (うち新規利用者 76名)

2025年1月	48名	5月	64名	9月	56名
2月	72名	6月	67名	10月	72名
3月	64名	7月	58名	11月	63名
4月	77名	8月	61名	12月	57名

毎週の様子は、下記のメディアからも発信しています

Facebook : <https://www.facebook.com/sachihouseorg/>

幸ハウス富士公式ブログ : <https://ameblo.jp/sachihouse-fuji>

幸ハウス富士

各週のプログラムの様子 第1週：お抹茶一服いかがですか

茶道を学ぶ訪問看護師がお茶をたてて、もてなしてまいります

**2025年2月の様子**

前の週に幸ハウスはお休みを頂いていたこともあり、皆さんと会えた事を喜ばれたり、久しぶりに来訪された方の近況を気にかけてたりと優しい空気に包まれながらお茶会が始まりました。

節分は過ぎていましたが、「福はうち」に呼び込むことはいつでも良いでしょうか？という事で、飾りやお菓子に鬼さんとお福さんを散りばめて。

いつも季節の草花を届けて下さる利用者さんも、同じ様に考えて下さっていたと、とっても可愛い節分カードを作ってくられ、お花も梅の枝と椿、水仙を持ってきて下さいました。

幸ハウス富士

各週のプログラムの様子 第2週：リラックスヨガ

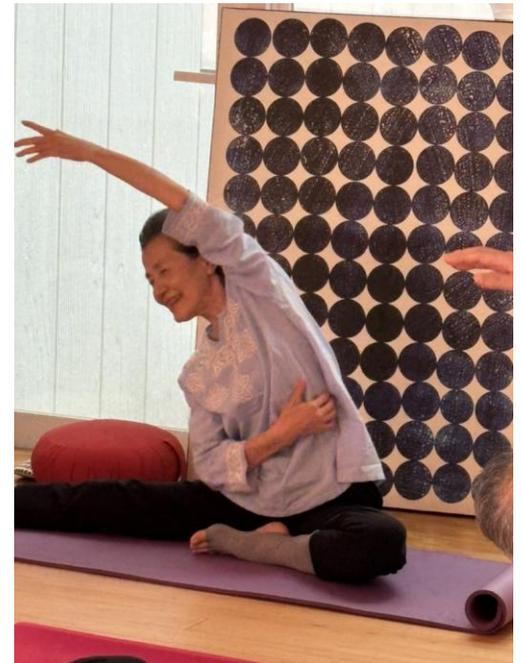
座ってできる肩や首をほぐす動きや、心を落ち着かせる呼吸法を学びます

2025年5月の様子

今日は「リラックスヨガ」の時間。設立当初から関わってくださっている洋子先生が、足の末端から頭のとっぺんまで、呼吸とともにゆっくり丁寧に身体をほぐす時間を届けてくださいました。

- ・足の指を丁寧に動かす 一指先と仲良くなることで、転びにくい身体へ
- ・足首やふくらはぎ、ももをさすったり叩いたり
ーボディーパーカッションのように音の違いを楽しみながら、全身に心地よい刺激を
- ・肋骨を広げる ー呼吸が自然と深く入りやすくなる身体づくり
- ・背骨を動かす ー特に椅子に座って縮みがちな腰椎をゆっくり起こし、背中全体を伸ばす
- ・呼吸と動きを連動させる ー呼吸を通して、心もほどけていくような時間

穏やかな声とあたたかな誘導に、笑いも混じりながら、参加された皆さんそれぞれがご自身の身体と静かに向き合うひとときとなりました。



幸ハウス富士

各週のプログラムの様子 第3週：アロマテラピー

自分の好きな香りを見つけ、嗅覚を使って、
心や身体を癒やす方法をお伝えします

2025年9月の様子

今月の「幸ハウス アロマの日」は「石鹸作り」。石鹸と言っても、超簡単。

MPソープをビーカーに入れ、電子レンジで加熱。融けたらシリコン容器で固めるだけです。でも、これだけでも大いに盛り上がるのが幸ハウスです。今回も予想通りでした。

とくに、電子レンジの中で、固まりがとろとろと融ける様子を見ながら「いいねえ、癒されるねえ」。石鹸が照れるのではと思うくらいに見惚れました。

加える香りは、ラベンダー、オレンジ、ゼラニウム、ハッカの中から。これまた選ぶ作業の楽しいことと言ったら。

今回は、カリグラフィーがお得意なご利用者さんが、素敵なカードも作って下さいました。うれしさが溢れます。



幸ハウス富士

各週のプログラムの様子 第4週：カフェデモンク

さまざまな宗教者が宗派を超えて1つにつながり運営する傾聴カフェです

**2025年10月の様子**

幸ハウス代表から瞑想のリクエストがあり、グリーンケアカフェでも毎回行っているバタフライハグをBGMとコメントリーにのせて行い、皆さんに体験して頂きました。

最後に臨床宗教師から言葉を発することが出来ない人の気持ちについてと法性方便について、言葉の持つ力についての講和を頂きました。

その後のティータイム兼座談会では、言葉をテーマに対話。ユーモラスな内容だったり歴史的な内容だったり、今の社会の課題等様々な角度からの話題が上がり、和気藹々盛り上がりました。

ティータイムのスイーツとしてハロウィンが近いので飴細工を施したハロウィंकッキーとアクアファバで作ったプラントベースマカロンを作り差し入れさせて頂きました。

幸ハウス富士

季節のイベント：クリスマス会

お菓子などをいただいたり 幸友のみなさまによる出し物など

2025年12月の様子

今日は毎回ご参加下さっている地域医療機関の医師のお誕生日だったこともあり、皆でハッピーバースデーを歌いケーキカットでお祝いさせて頂きました。手作りのパンプキンパイ、クグロフ、ジンジャーマンクッキーとクリスマスツリーのアイシングクッキーを頂きながらクリスマス会催し物がスタート。

参加ご遺族の手品やクイズは時にネタバレで大爆笑。お話しも絵もお手製の紙芝居は幸ハウス代表の真妃さんが語ってくれました。アタリの景品は参加者の皆さんがそれぞれ持ち寄って下さった手作りの品が含まれていました。手に取った方は笑顔になりました。



幸ハウス富士

季節のイベント：クリスマス会

ギター演奏 / 絵本の読み聞かせ / 音叉の演奏 などを行いました

本日結成したバンド名"M and M"のお二人によるコンサートはギター演奏と歌が素晴らしく、心に響きました。最後に赤鼻のトナカイを皆んなで合唱。ホッコリしました。

また参加者からの一枚ずつ封筒に入った年末ジャンボ宝くじギフトに夢が膨らみました。

あるご遺族からの推薦絵本を絵本専門士が読み聞かせ下さいました。

そして、緩和ケア医によるサンタクロースが登場、音叉を奏でて下さり綺麗な音色と瞑想的で神聖な波動に癒されました。

参加者はがんや大切な人やペットとの死別を経験し、様々なグリーフを抱えながらも、いまここに共に集う楽しさ、喜び、安らぎ、独りではない安堵、生命への畏敬と平和を感じる尊い時間となりました。



幸ハウス富士

グリーフケアCafe幸ハウス富士～大切な思いを大切にする場～

大切な存在を亡くした時に感じるどんな気持ちも大切にしながら、亡くされた方のこと、そして今の自分自身のことをより大切にできるようになれる場所が**グリーフケアCafe幸ハウス富士～大切な思いを大切にする場～**です。

予約は不要・無料で場を開催いたしますのでお気軽にお立ち寄りください。

安心して安全な場づくりをするためにご参加される方へお願いがあります。

HP : <http://sachihouse.org/fuji/how-to-use/griefcare-cafe/>
を是非1度ご確認くださいませと幸いです。

基本情報

* 開催日時 *

第2月曜 11:00-13:00
(祭日は除く)

* 場所 *

川村病院の隣、三角の建物
(静岡県富士市松本357-1)



幸ハウス富士

毎月第2月曜：グリーフケアカフェ幸ハウス ～大切な思いを大切にできる場～

がんと向き合う方々やご家族、がんで大切な方を亡くされたご遺族が、大切な思いを大切にできる場です

2025年6月の様子

今日は再来の方が複数ご参加下さいました。自己紹介の後に今日のグリーフメモとしてグリーフの5つの反応についてお話しさせて頂きました。語らいの時間では一人ひとりの今の気持ちや思い、近況についてお話し下さいました。

思いを語ること、聴くこと、そもそも会場まで足を運び参加することも緊張したり、勇気がいたり、エネルギーを費やします。バタフライハグで緊張をほぐしてリラックスして頂きました。

グリーフケアCafe幸ハウス富士は、心がポカンとする中で今日をどう生きるか、過ごしていくかを共に考えていく場、哀しみと向き合う中で今をメイキングしてゆく場、独りでは生きてゆけない迫ってくる孤独や苦しい気持ちを分かち合い、決してひとりではないことに気づいてゆく場、病と闘いながら自分を見つめより良く生きること、そのために最善を尽くすことを誓い、理解し合ってゆく中で支え支えられてゆくための居場所なんだと感じる場となりました。



414カードなど 活動振り返り

414card

414カード

死生観を対話するツール：414（よいし）カードとは



詳細はこちら



死は、ネガティブでも怖いものでも、目をそらすものでもない。死を見据えて今を生きることで、より自分や、相手と深くつながり、今を大切に生きることができます。

一般的には、死について話すことがタブーな感じがどこかある中で、幸ハウス富士の話しやすい空間と寄り添ってくれる人の力により、多くの人に気づきや自分で決める自信を取り戻してきました。

しかし、本当なら病気になる前から、本当に望んでいることを話し、伝えることができれば……。

そのような思いから、日常生活の中で普通に死生観を語り合える文化をつくるためのツールとして、死生観を対話するのを助ける414（よいし）カードを開発しています。

このカードの主な対象者は、病気になる前の人や死について話をしてみたいと思っているけれどその機会がなかった方です。2020年から開発を始め、2021年5月から正式販売を開始しました。

※ カードは開発中のものです。デザインなど変わる可能性があります。

414カード

4 1 4 カードの5つの特徴

1. 項目とその項目を自分ごとに深める質問がセットになっている

カードの項目は日本人の終末期がん患者のQOLを評価する尺であるGDI(Good Death Inventory)とアメリカの精神科医のグラッサー博士が提唱された人間の行動を駆り立てる基本的欲求を参考に作成しました。

裏面には項目ごとに、その項目を自分ごととしてより深めるための問いががついています。47項目のカード+「あなただけの1枚」「こころにとどめておく」というカードがあり、全部で49枚のカードがあります。

2. イラストは切り絵になっている

どのカードも人生の大切な要素。一枚の紙に色をつけて、その紙を切り取りカードのイラストとして作成しました。

3. 親子3世代で使うことができる

子供たちと一緒に対話できる項目はカードの1-20までにまとめてあり、親子3世代で、「人生の最期まで大切にしたいこと」についての話し合いを楽しむことができます。



人の役に立つということは、
あなたにとって
どんな意味を持ちますか？

11

414カード

4 1 4 カードの5つの特徴

あなただけの1枚を
作るとしたら？



家族の負担にならない



他人に弱った姿を
見せたくない



4. カードを使い2種類の対話の会を開催できる

- 生を深める対話：以下の質問に該当するカードを1枚選ぶ
「今から最期までの間に、大切にしたいことはなんですか？」
なぜそれを選んだか、そして、裏の質問に答える。
- 死を深める対話：以下の質問に該当するカードを1枚選ぶ
「最期の時に大切にしたいことはなんですか」
なぜそれを選んだか、そして、裏の質問に答える。

5. 付録として414帖がついてくる

自分が大切にしたいカードは、自分が置かれている状況によって変化します。したがって、記録帳がカードの付録としてつけてあり、そこに、カードを選んだ日付と、どのカードを選んだかということ、そしてそのカードを選んだ理由を記録できるようにしてあります。

After I die カード

After I die カード

After I dieカードとは、死後の世界をみつめて、今、自分が大切にしたいものを考えるための対話を可能にするカードです。

「死んだ後どうなるのだろう？」という問いに対して、自分自身や、大切な方と対話することで、今という時間をより大切にすることができる温かいカードです。



After I die カードの特徴

- 1人でも複数人でもできる
- イラスト面には死後の世界のイメージが描かれている
- 裏面には、死後の世界のイメージを掘り下げることができる質問が書いてある
- ひと通り対話を終えた後、さらに死後の世界の探求したい方のための質問カードが入っている
- 原作者Ramin Nazerさんの協力を経て作成した（原作を日本語化しオリジナルカードも追加）

414カード対話会

対話の場に参加された方々の感想

- 自分の人生も自分に関わる人の人生も大切にしていきたいと思った。
- 死ぬことについて話しているのに、生きることに繋がっていて、とても温かい気持ちになる。
- 自分の価値観を超えた様々な考えを知れた。
- じっくりと死生観を語り合い、自分にとって大切なことを再認識できたことは、日常では流してしまいがちな、自分の声を少し立ち止まって聞く時間となった。
- 自分の範囲を超えた価値観を知り、器が広がった。
- 人は他の人と本音で向き合える時、いくつになっても、幅と深さを増すことができると思った。



414カード対話会

414（よいし）Weekの開催

414（よいし）Weekとは

4月14日からの1週間を「414（よいし）Week」としてお届けいたします。「414（よいし）カード」を皆さまにお届けするようになって4年目。そして、「414 Week」と名づけたこの取り組みも、3年目を迎えました。

この企画が始まったきっかけは、ご購入くださったカードが、そと箱の中にしまわれたまま時だけが過ぎてしまう……そんなお声を耳にしたことでした。

414（よいし）カードを手にしてくださった方にこそ、ぜひカードを使っていただきたい。年に一度でもいいから、ご自身や大切な方と「最期を見据えた上で今大切にしたいこと」について、思いを寄せるをお時間を持っていただけたら……。そんな願いを込めて、4月14日を中心にした1週間を「414 Week」と名づけました。

2025年度は、4月14日（月曜日）の夜に、オンラインで20名限定の対話の場を開くことにいたしました。死生観対話や、死と向き合った体験の中で心に残っている「大切な言葉」や「思い出」を、語りたい方が語れるそんなお時間にしたいと思い、開催し、多くの方にご参加いただきました。



414カード対話会

6月：日本プライマリ・ケア連合学会学術大会に展示・対話会開催

6月22日午前中、北海道で開催される第16回日本プライマリ・ケア連合学会学術大会のソーシャルアクティビティ企画内にて、414（よいし）カード対話会を開催させていただきました。

ブースにもたくさんの方がお越し下さり、お一人お一人が大切にしている思いや願いが語られ、それを自他共に受けとめ合うことの大切さを分かち合う時間となりました。

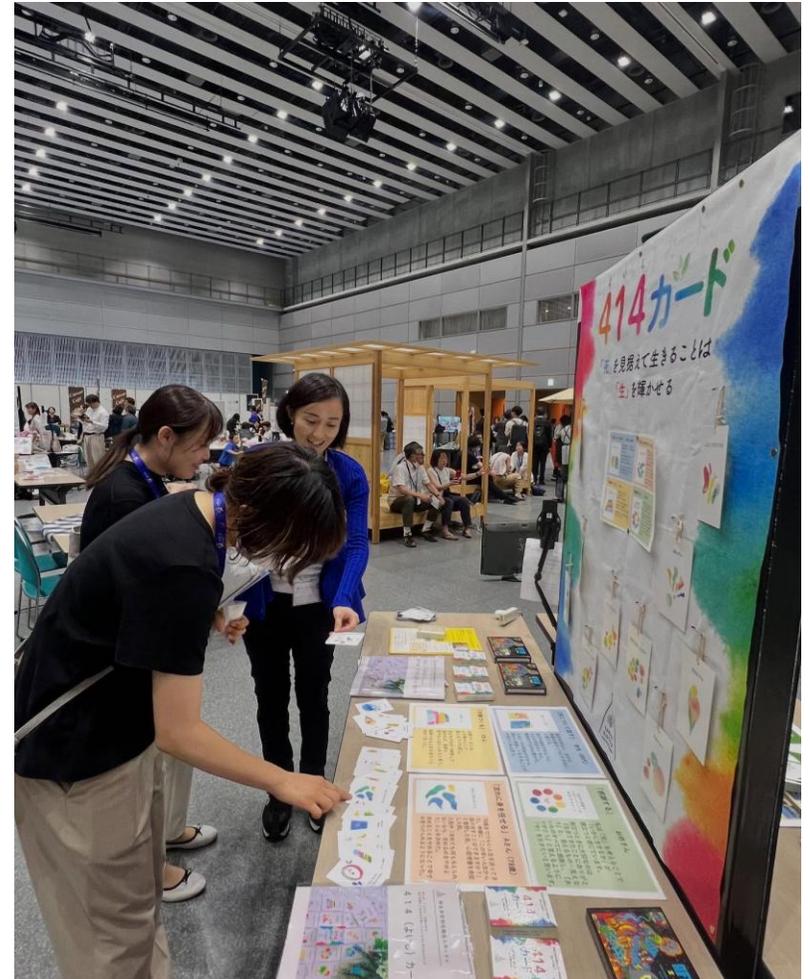
来年に向けての新たなご相談やお声かけも多方面からいただき、感無量です。

また、地域の中で、互いの大切な想いをつなぎながら、丁寧に、そして地道に活動されている方々とも出会い、語り合うことができ、大きな希望と力をいただきました。



演題募集 2024年11月18日(月)～2025年1月9日(木)
※詳細の募集はここへどうぞ
一次参加登録 2025年2月4日(火)～2025年4月24日(木)

URL
<https://plaza.umin.ac.jp/jpca2025>



414カード対話会

6月：茅ヶ崎にあるにじカフェで対話会開催

今年も、茅ヶ崎にあるにじカフェで、414（よいし）カードを使った対話会を開催させていただきました。地域の方々が集い、それぞれの思いや願いを語り合う時間は、とても温かく、深く、心に残るものでした。

今回は、対話会の前にAfter I Dieカードを使ってチェックインを行いました。チェックインでは、「今日呼ばれたいお名前」をお聞きしたあとに、「死後にどんな世界が待っていると思いますか？」

という問いを通して、それぞれが心の奥にある想いをafter I die カードを使って語り合いました。死後の行き先は誰にもわかりません。だからこそ、皆さんの想像にあふれたお話に心を奪われました。「そんな世界が待っていたら素敵だな」と、ひとつひとつの語りに耳を傾けながら、じんわりと心が温まっていくのを感じました。

その後の414（よいし）カード対話会では、「死」にフォーカスしたテーマをもとに対話を深めていきました。笑いあり、涙あり。

初対面同士でも、大切な思いを語り合う中で自然と心の壁がほどけていくような、静かであたたかな時間が流れました。こんなにも安心して語り合える場が生まれたのは、にじカフェさんが日頃から、地域の方々にとっての「ほっとできる居場所」を丁寧に育て続けてこられたからだと感じています。



414カード対話会

6月：NPO法人然るべき人生をつなぐ会主催のイベントで対話会開催

NPO法人然るべき人生をつなぐ会主催の「自分らしく生ききる、を支える地域を目指して」のイベントの第一部で、414（よいし）カード対話会を開催させていただきました。

ご家族で参加してくださる方、長年のお友達と参加してくださる方、みなさんがそれぞれの思いを語り合い伝え合う温かな時間になりました。第二部は、現在上映中の映画「フロントライン」の先行上映会でした。ニュースでしか知らなかった事の裏にあった物語。胸が熱くなるストーリーであつという間の時間でした。地域の温かな繋がりをを感じる素敵なイベントにお声がけくださり、本当にありがとうございました。

- 心と心を通い合わせることが短時間ででき、幸せで有意義な時間を過ごすことができました
- 1つのことに何枚もが繋がっていたので、いろんな考え方に気づきました
- カードの色彩のきれいなことがとても感動しました
- 同じテーブルの人が同じ価値観で、偶然かも知れないけど引き寄せられたのかと強く感じました
- 自分の中に持っていた新しい人生観に出会えました
- 今は「死」について考えられませんが、今から自分自身を振り返り、残りの人生を悔いがないよう生きて行こうと思いました
- 自分が気づいているようで気づいていなかった大切なことが分かりました



414カード対話会

8月：2025年大阪・関西万博で展示

このたび、NPO法人幸ハウスは、2025年大阪・関西万博のテーマ「いのち輝く未来社会のデザイン」に共鳴し、Festival Stationにて「414（よいし）カード」と「After I Dieカード」の展示ブースを出展いたしました。「414（よいし）カード」や「After I die」をじっくり眺めてもらえるコーナーや、心に湧き上がった「自分が大切にしたいこと」を書き留め、自分だけの1枚を創ってもらえるコーナー。

家族連れの方も多く、お子さんが自分の大切にしたいカードについて話してくれた事をきっかけに、ご両親も大切なカードを選んでくださる場面もあり、ほっこりした気持ちになりました。

最期の時まで大切にしたいことを語り合うことに年齢は関係ない。早いとか遅いもない。伝えたい時に、伝えられる時に伝え合う事が大切だと改めて感じました。

お一人おひとりとの交流は短い時間ではありましたが、本当にたくさんの方々大切にしたい思いを分かち合って、濃厚な質の高いひと時を過ごせたことはこの人生の中で忘れられない1ページになりました。



414カード対話会

9月：富士市3校合同学校保健委員会で授業と対話

富士宮市立山宮小学校・富士宮市立北山小学校&中学校 3校合同学校保健委員会にて、お話と414カード対話会をさせていただきました。この日はオンラインで3校の生徒のみなさんと繋がり、「自分を大切に 人を大切にするために」をテーマにお話させていただき、その後、414（よいし）カードを使い対話の時間を過ごしました。

414カードの対話の時間も、みんな真剣に言葉にし、相手の言葉を大切に聴いている様子が伝わってきました。

休み時間、画面越しにたくさん質問してくれました。みんな本当に素直で可愛いです。

「自分を大切に、人を大切に生きる」事ができる人達が増えれば、未来の社会は温かく、愛に満ちた世界になると信じています。

そんな社会をイメージしながら、一つ一つの出会いを大切に、心を込めてこの活動を続けていきたいです。

事前ミーティングやご準備くださった先生方、出会ってくださった生徒のみなさん、ありがとうございました。

学校保健委員会

「自分を大切に、人を大切にするために」

9月12日(金)に、北山中学校と北山小学校と合同で、学校保健委員会を行いました。日本の青年期の自殺率が社会的な問題となっています。北山中学校区のこどもたちが「自分を大切に、人を大切に」しながら、自分らしく豊かな人生を歩んでほしい、ウェルビーイングを実現してほしい、そんな思いからのテーマです。3校と講師をリモートでつなぎ、同じ思いを共有した温かな時間となりました。

講師は看護師でありNPO法人傘ハウスの植竹真理様。がん患者さんやその家族に寄り添う活動をされています。画面越しでも、その笑顔と言葉から、素敵なお人柄が伝わってきました。

【植竹さんの「自分を大切に」4つの要素】

- ・自分がしたいことを大切に
- ・自分の気持ちを表現する、伝える
- ・自分自分のことを考えて決める
- ・楽しみをもつ

人を大切にするためには、まず自分を大切にすること。それが植竹さんからのメッセージです。

講話の後は、カードを使ったワークを行いました。「自分が大切にしたいこと」を伝え合いました。いつも一緒の仲間でも、知らなかった心の中を共有する体験ができました。

【こどもたちの感想】

★1番に残ったのは、「自分は主役」ということです。私は人の目をいつも気にしちゃっているの、「自分は主役だ!」ということに心にとざみながら生活しようと思いました。

★自分にかかる言葉として「つかれた」ではなく「今日もがんばった」にするだけでも自分を大切にできる。「今日はダメだった」ではなく「次に生かそう」と考えることの大切さを実感しました。

【おうちの人から】

今まで家でも「周りの人に優しくすること」を教えてきました。でも、自分を大切にすることが1番大事だと私自身が最近わかった事なので、今回の講話を受けることができて本当に良かったと思います。自分が幸せでなければ、他人を幸せにできないと思うので、これからは自分の気持ちや考えを大切にしながら、周りの人たちも幸せにできる人になってほしいです。

どのおうちの方も温かなメッセージを書いていただき、こどもたちが愛されていることを実感し、感動しました。

414カード対話会

9月・10月：静岡県東部医療経営勉強会でカード体験会

まず9月に開催し、10月もお声かけいただき開催させていただきました。

414カード対話会の前に、死後の世界を語り合うカード、「After I die」でチェックインをしました。最初のやりとりから皆さんが自然に語り合ってくださって、「このままAfter I dieの対話会として続けてもいいかも」と思うほどでした。

対話の場は、一期一会。同じメンバーでも、同じ問いでも、二度と同じ空気、同じ言葉、同じ深まりはありません。ご参加くださった皆さんに、心から感謝しています。

対話会の後、デイサービス等で紙芝居を読む活動もされている、介護福祉士の小林大輔さんが披露してくださった「かさじぞう」。素晴らしくて世界観に引き込まれました。温かな気持ちいっぱい、帰路につきました。



【静岡県東部医療経営勉強会】 414 カード体験会



最期まで自分らしく、大切なものを諦めない対話カード
人生観や価値観、
希望に沿った将来の医療及びケアの決定支援

9月14日(日) 10:00～11:30 参加費:500円(施設利用料他)

会場:プラサベルデ 403 小会議室 対象:どなたでも

講師:NPO 法人 幸ハウス 代表 医師 川村 真妃・看護師 植竹 真理
医療法人社団 秀峰会 川村病院 医療経営士3級 杉山 訓子

医療法人社団 秀峰会は、急性期医療と緩和ケア医療の「川村病院」、在宅医療の「訪問看護ステーション ケアメト」、「居宅介護支援事業所 幸」、そして、癌患者、ご家族、ご友人が、戸惑いの中、自分らしい生き方や医療を選ぶことをサポートする場所「幸ハウス」で形成されております。
そんな中、各々の役割を持ち、患者を支える立場である医療従事者の私たちは、それぞれの場でのいちを見つめる場面に直面します。

自分が望む治療は？生き方は？
自分にも、自分の大切な人にも後悔を残さずに、お互いの心の中にあることを知って、理解し合いたい。
死は、ネガティブなものでも、目をそらすものでもない。死を見据えて今を生きることで、より自分や相手と深くつながり、今を大切に生きることができそうです。

当法人におけるNPO法人幸ハウスの役割と
最期まで自分らしく、大切なものを諦めない対話カード「414(よい)カード」を体験し、
医療従事者のみならず、みなさんと気軽に死を見据えて語り合い、死生観に触れてみませんか？



◆◆◆◆はじめに◆◆◆◆
はじめて
医療法人社団秀峰会の取り組みについて
幸ハウスについて
死生観について
414カードゲーム
シェアタイム

事務局 (医)秀峰会 川村病院 事務部総務課 杉山
kawamura.go@cy.trc.ne.jp

お申し込みはこちらまで

414カード対話会

12月：縁起でもない話をしよう会 × 414カード

このたび 12月16日開催の「縁起でもない話をしよう会・第45回（東大阪プロジェクト）」にて、414（よいし）カードを使った話題提供をさせていただきますことになりました。

今年も残りわずかとなりましたが、この一年の終わりに、皆さんと一緒に「人生の最期のときまで、何を大切に生きたいか」というテーマを静かに語り合う時間を持てたらと思い、ご案内させていただきました。

私はこれまで、緩和ケア病棟「いまここ」や「幸ハウス富士」で多くの方々の“生きる”に寄り添わせていただく中で、対話の大切さ、そして人生の終わりを見つめることが“いま”を深くあたたかく生きる力につながることを実感してきました。

その経験から生まれた「414（よいし）カード」の背景や、死生観を語り合うことの魅力について、お話しさせていただきました。



第45回 東大阪プロジェクト
縁起でもない話をしよう会 @東大阪

死を見据えて「今」を大切に生きる方について

話題提供者
NPO法人 幸ハウス 代表理事
川村 真妃 先生

司会進行
男性がん患者会 Face 理事
田中 博

緩和ケア病棟「いまここ」で非常勤医師として勤務しながら、誰もが病気になっても「ならなくても」自分が大切にできるものや大切にできる生き方を、変える活動に尽力している。

緩和ケア病棟「いまここ」や「幸ハウス富士」で医師として働く中で、病をきっかけに自分らしく生きる人々に出会ってきました。そうした出会いを通じて、誰もがいつでも語り合える死生観対話ツール「414（よいし）カード」を開発。本講では、死を見つめながら生きる力を育む対話の魅力を体験していただけます。

後半は、話題提供を受けての語り合いの時間。5名程度のグループとなり、自由に縁起でもない話をしていただけます。

令和7年
12月16日(火)
18:30-20:00

申込方法 参加無料 ZOOM

職種は問いません
ご興味をお持ちの方は
右記二次元コード
もしくはURLから
お申し込みください

[https://\\$@auto.biz/higashiosaka/register/entryform/02.htm](https://$@auto.biz/higashiosaka/register/entryform/02.htm)

出会うことで人が動き出し、ともに未来を変える
～種やかなエンディングをみんなで作る～
主催：東大阪プロジェクト

その他 対話会など

2025年4月：414week開催

4月14日には、414week特別企画対話会『大切な人を看取る中で受け取った大切な言葉と体験』を開催し、約30名の方にご参加いただきました。

2025年5月・10月：414カード対話会主催者学びの会

5月と10月に414カードを使った対話会を主催されている方々との学び合いの会を開催しました。

2025年6月：ELC静岡で414カード対話会

2025年6月・8月・11月：414カード説明の会

6月と8月、11月に414カードの説明会をオンラインで開催しました。

2025年6月・9月・11月：After I dieカード説明会

6月と9月、11月にAfter I dieカードの説明会をオンラインで開催しました。

2025年10月：静岡県立看護学校で「414カード対話会」

静岡県立看護学校で「414カード対話会」を開催し、約50名の方にご参加いただきました。

2025年10月：Gaia Education「414カード対話会」

三重県で開催されたGaia Educationで414カード対話会を開催し、約18名の方にご参加いただきました。

その他 対話会など

2025年1月1日：GWEN Luminary award team「414カード対話会」

GWEN Luminary award teamで「414カード対話会」を開催し、約15名の方にご参加いただきました。

2025年1月1日：富士市立看護専門学校で「414カード対話会」

富士市立看護専門学校で「414カード対話会」を開催し、約40名の方にご参加いただきました。

2025年1月2日：西富士中学校で「414カード対話会」

西富士中学校で「414カード対話会」を開催し、約50名の方にご参加いただきました。

感謝の気持ち

Thanks

メディア・講演会情報

2025年1月：富岳館高校「最期の時まで大切にすることを大切にする生き方の講演

富岳館高校で「最期の時まで大切にすることを大切にする生き方」というテーマで、幸ハウス富士共同代表の植竹真理が講演する機会をいただきました。

2025年2月：富士宮北山中学校で講演

富士宮北山中学校で、幸ハウス富士共同代表の植竹真理が講演する機会をいただきました。

2025年5月：Global inner summit「414カードについて」の講演

5月5日にアメリカで行われたGlobal inner summitで、代表の川村真妃が「414カードについて」について講演する機会をいただきました。

2025年6月：「After I die カード」が『月刊終活』（鎌倉新書さん発行）6月号に登場しました

幸ハウスが制作した「After I die カード」が、新潮社さんの連載マンガとして掲載されている『月刊終活』（鎌倉新書さん発行）6月号に登場しました。After I dieカードは、死後の世界を見つめて、今、自分が大切にしたいもの考えるための対話カードです。このユニークな取り組み注目していただき、マンガのストーリーの中でご紹介いただきました。画像は誌面の一部です。（※新潮社さんのご厚意により、1ページまでの掲載はOKとのことです）



メディア・講演会情報

2025年7月：命の対話ラジオに出演

命の対話ラジオ#4「いのちはだれのものでしょうか」で、幸ハウスの活動についてお話をさせていただきました。

2025年8月：Peace convergence「死を見据えて最後まで自分らしく生きる生き方」

Peace convergenceで、「死を見据えて最後まで自分らしく生きる生き方」というテーマで講演の機会をいただきました。

2025年8月：静岡県理学療法士会の研修会

静岡県理学療法士会の研修会「414カード活用について」というテーマで講演する機会をいただきました。

2025年9月：合同会社Dear.Life「いのちと向き合う対話で人生が変わる」で講演

合同会社Dear.Lifeさんの企画で「いのちと向き合う対話で人生が変わる」というテーマでお話する機会をいただきました。

2025年10月：富士市医師会で「最期の時まで大切にすることを大切に生きる生き方」で講演

富士市医師会で「最期の時まで大切にすることを大切に生きる生き方」というテーマでお話する機会をいただきました。

メディア・講演会情報

2025年10月：書籍『デスカフェー死の物語を共有する場』で414カードが紹介

書籍『デスカフェー死の物語を共有する場』

第9章（著者：吉川直人 晃洋書房）で414カードが紹介されました。



2025年11月：富士市主催 がん共生セミナーで講演

富士市主催 がん共生セミナーでお話する機会をいただきました。

2025年11月：マギーズセンター主催 東京都仲間の会で紹介

マギーズセンター主催 東京都仲間の会で幸ハウスについてご紹介いただきました。

2025年12月：

「おやケア情報誌Oyanote vol.14」で414カードについて紹介

「おやケア情報誌Oyanote vol.14」で414カードについてご紹介いただきました。



2025年12月：長泉北中学校で講演会

長泉北中学校で講演会を行い、約60名の生徒さんが参加されました。

2025年12月：長泉北中学校で講演会

長泉北中学校で講演会を行い、約60名の生徒さんが参加されました。

メディア・講演会情報

2025年12月：静岡産業技術専門学校で講演会

静岡産業技術専門学校で講演する機会をいただきました。

2025年12月：書籍『老いと向き合う生き方』で幸ハウスの活動が紹介されました

書籍『老いと向き合う生き方』で幸ハウスの活動をご紹介していただきました。



特定非営利活動法人幸ハウスや幸ハウス富士の運営

2025年4月～2026年1月の活動経費の概要

入金の記録	出金の記録	残高
賛助会員費：325495円	NPO法人活動諸経費：153347円	前年度繰越金： 2579691円
その他寄付金：210000円	富士スタッフ人件費：1104000円	
講演料：146225円	富士活動その他諸経費：83347円	
414カード：1840609円	414カード開発・販売費：1206143円	
合計：2522329円	合計：2546837円	

みなさまのご支援・ご協力により、これまでにご紹介してきた一連の活動内容は、すべて寄付金により運営することができました。あらためて、誠にありがとうございます。

※ NPO法人活動諸経費は、富士の定期プログラム以外の特別イベント開催諸経費やHP制作・運用など、事務局運営費などの総額になります。富士スタッフ人件費は、安定して継続的に毎週水曜に富士を開放するための、看護師スタッフ（現在は1名、時給制1,500円＋交通費）の金額になります。富士プログラム開催諸経費には、プログラム開催諸経費や講師の方の交通費などの総額になります。

※ あくまで現時点の概要報告になります。より詳しい金額や今後の課題などは、2026年6月の総会にてご報告予定です。

最後に

Support

みなさまにお願いしたいこと

認定NPO法人化に向けた賛助会員のお願い

病気になっても、今を大切に穏やかな日々を生きることができる。
そんな患者さんをNPO法人幸ハウスの活動を通して増やしていきたい。



また、病気になる前から、死が身近に感じる前から、
自らの死生観を気軽に語れる環境や仕組みを作ること、
死が恐怖や不安で触れられないものではなく、死を見つめて生きるからこそ、
より輝ける自分らしい生き方ができる人を、NPOの活動を通して増やしていきたい。

このミッションを達成させるために、私たち幸ハウスは、
より厳しい要件をクリアさせないとなれない※ **認定NPO法人**を目指しています。

※現在、NPO法人全体の約2%しか、認定NPO法人と認められていません

みなさまにお願いしたいこと

認定NPO法人化に向けた賛助会員のお願い

認定NPO法人の特徴

- 寄付する側もされる側も、税額控除や所得控除といった税制上の優遇を受けられる
- 認定NPO法人になるためには、「広く一般から支持を受けているか」「その活動や組織運営が適正におこなわれているか」「より多くの情報公開が行われているか」といった審査があるため、認定基準をクリアしようとする
ことで、法人活動の適正な制度・仕組みが整う

認定NPO法人になるためには、広く市民から支持を受けていることを示すために、年3,000円以上の賛助会員の数が毎年100名以上であることという要件があります。

幸ハウスの活動趣旨にご賛同いただき、
賛助会員というかたちでの、ご支援・ご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

みなさまにお願いしたいこと

継年 賛助会員になっていただいたみなさまへ

Webから継年会員にお申込みいただいた方に、下記のメールが届く可能性がございます。

差出人: CreditPaymentService <creditsupport@alij.ne.jp>

日時: 20XX年X月X日

宛先: ご登録いただいたメールアドレス

件名: カード情報変更のご案内【クレジットカスタマーセンター】

返信先: creditsupport@alij.ne.jp

お世話になっております。クレジットカードカスタマーセンターでございます。

次回決済時、現在ご利用頂いておりますクレジットカードの有効期限切れのため認証不可となり、サービス利用停止となります。……

このメールが届いた方は、クレジットカードの有効期限が1度切れているため、カード情報を更新しない場合、自動的に継年賛助会員費の引き落としが終了となります。

もし引き続き、継年賛助会員になっていただける場合は、恐れ入りますが、カード情報の更新対応をよろしくお願い申し上げます。

カード情報変更用URL : <https://payment.alij.ne.jp/service/continue/change/52808303>