

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



3周年 活動のご報告

2021年2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

プロフィール

東海大学医学部卒業。大学卒業後、遼寧中医学大学付属日本
中医薬学院で一年間東洋医学を勉強する。その後、三重大学医
学部附属病院、鈴鹿中央病院および慈恵医科大学附属病院勤務
を経て、公益財団法人 五井平和財団常務理事に就任。命の尊厳、
多様性の尊重が守られる未来構築の為の活動に従事する。

川村病院理事就任後は、病気になっても自分が大切にすることを大
切にできる場、幸ハウス・富士を設立。その運営母体に当たるNPO法
人幸ハウスを立ち上げ現在に至る。

3周年のご挨拶

NPO法人幸ハウスは3周年を無事迎えることができました。ここまで順調に歩みをすすめられたのも、この活動を応援してくださる賛助会員の皆様のご支援、ご協力によるものであると、いつも心から感謝しております。

去年は新型コロナウイルス影響で3月から6月の間の幸ハウス富士の運営、及び、年間を通じて、週末に行っているイベントや研修会を行えませんでした。しかし幸ハウス富士の運営を休止している間で、死生観を日常で語れるツール「4 1 4カード（良い死カード）」の開発を進めることができました。そして、2年前か構想を温めてきたこのカードを4月に発売できることになりました！毎年少しずつ新しいことに挑戦し、活動の場を広げていくことで、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」構築のために努力し続けて参りますので今後ともご支援、ご協力いただきますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。



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ります。

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

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い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

幸ハウスの入り口です
ここから利用者さんが入ってこられます



幸ハウス富士



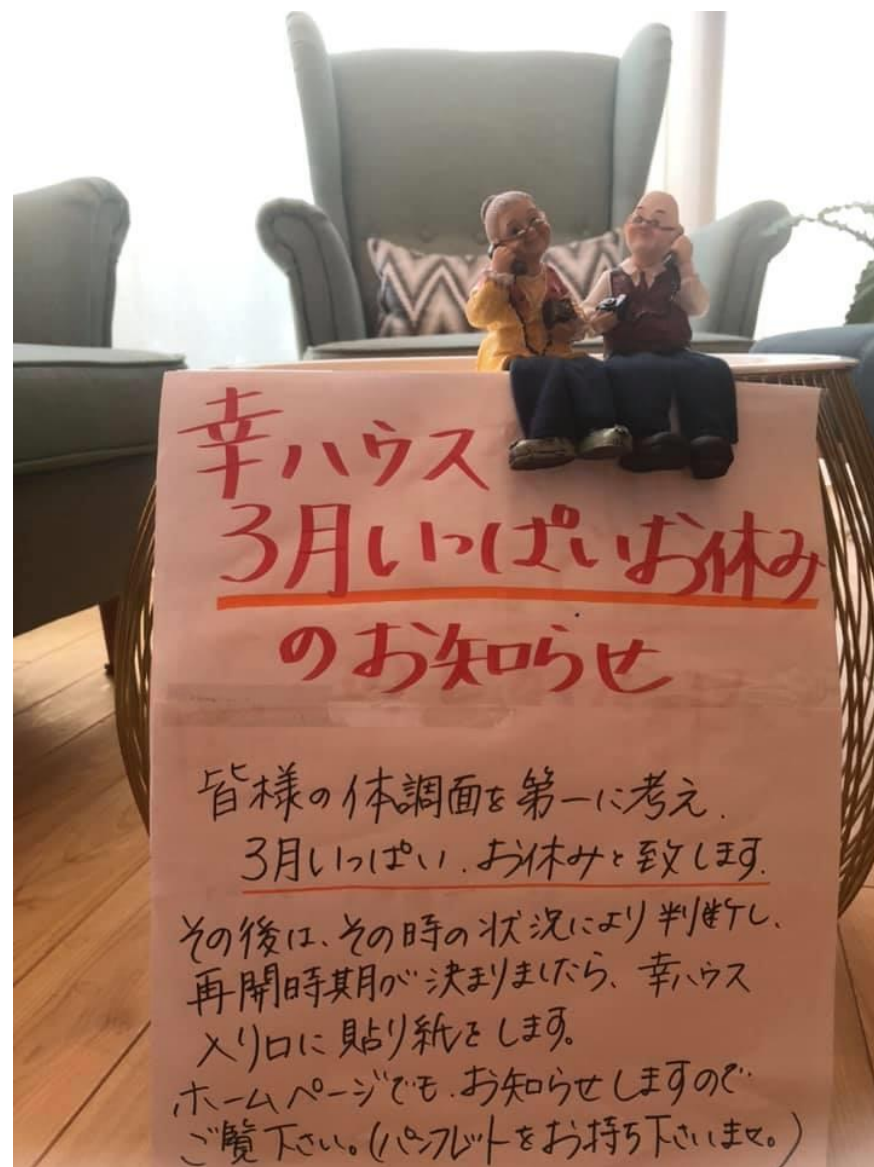
入り口からみた幸ハウスの風景です

初めてこられた方には、
緑（水色）の椅子のところで、
幸ハウスについての
お話をさせていただいています

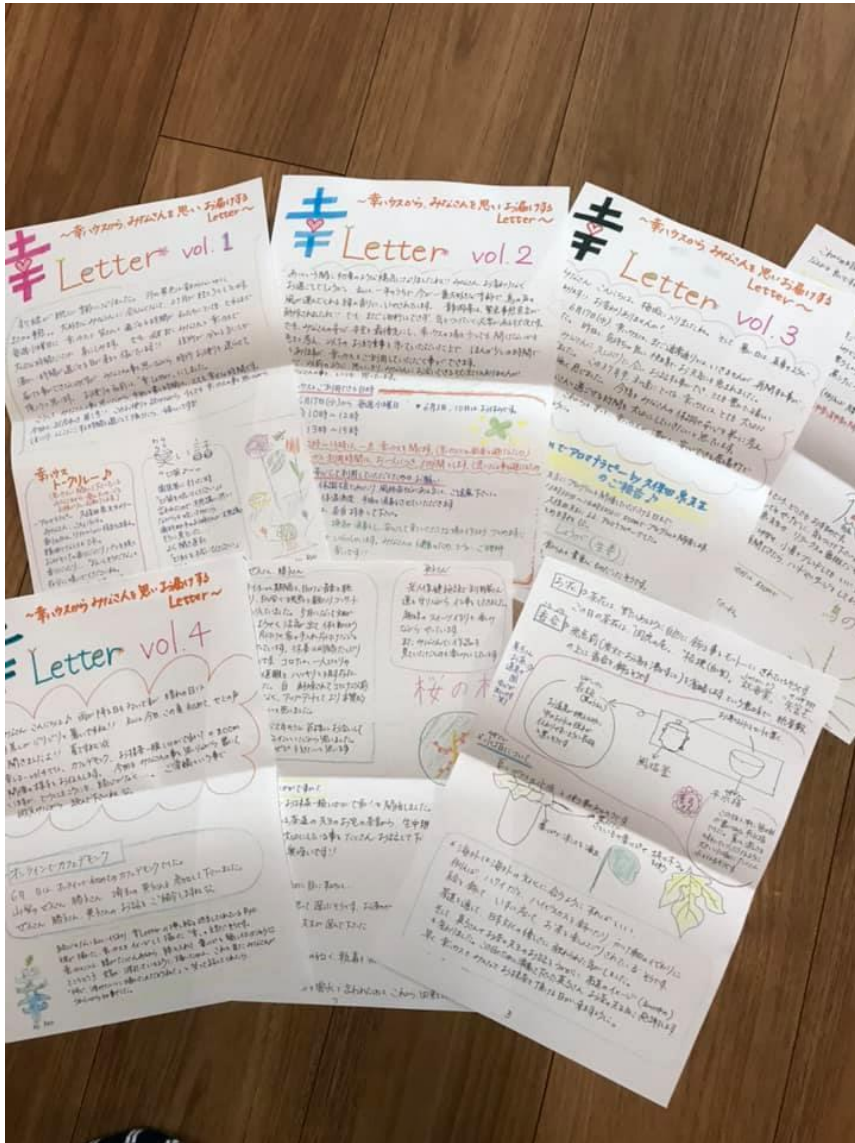
幸ハウス富士

3期目はお休みから始まりました

毎年行っている
2周年報告会も
今年は開催できませんでした



幸ハウス富士



お休みに入ってから、
毎週水曜日はオンラインで
今後の幸ハウスについての会議を開催していました

その中で幸ハウス物語やサチレターの
アイデアが生まれました



幸ハウス富士



6月、緊急事態宣言が明けたタイミングで
感染対策を十分に行った上で、
幸ハウスを再開できました

再開を喜ばれた利用者さんから
お花のギフトをいただきました！



幸ハウス富士

2020年4月～2021年1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)

285名 (うち新規利用者41名)

2020年4月	0名 (うち新規0名)	9月	35名 (うち新規5名)
5月	0名 (うち新規0名)	10月	52名 (うち新規12名)
6月	20名 (うち新規0名)	11月	43名 (うち新規3名)
7月	36名 (うち新規6名)	12月	39名 (うち新規5名)
8月	36名 (うち新規7名)	2021年1月	24名 (うち新規3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>

2020年度 活動振り返り

Report

幸ハウス富士や414カード制作以外のNPO法人の活動記録

特定非営利活動法人幸ハウス

ELNEC-J 研修会

参加者数

7名

NPO法人幸ハウス理事で緩和ケア専門看護師、ELNEC-Jコアカリキュラム指導者の大島英子さんが昨年に続き、今年も幸ハウス富士でエンド・オブ・ライフ・ケア（EOLケア）や緩和ケアに必須とされる能力修得のための研修会を開催してくださいました。

例年2日間×3回行ってきた研修会ですが、今年はコロナの影響で11月に2日間×1回しか開催できませんでした。



414カードに関する活動

414card

414カードとは

死生観を対話するツール：414（よい死）カードとは



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（よい死）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。昨年から開発を始め、現在は正式配布に向けて最後の準備を行っています。

※ 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カードとは

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+「あなただけのの1枚」「こころにとどめめておく」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。



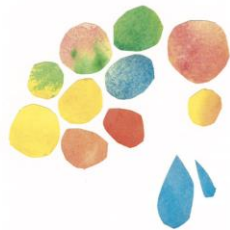
414カードとは

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。

414カードのあゆみ

2019年12月：クラウドファンディングで開発資金を集める

READYFOR株式会社様のSDGsマッチング事業を通じてクラウドファンディングを行い、沢山の皆様からのご支援をいただき、予想をはるかに超えるスピードで目標金額を達成できました。改めまして、皆様からの応援及び、中部電力株式会社様からのご支援に心から感謝申し上げます。



2020年3月：プロトタイプが200部が完成！

たくさんの方に使っていただき、多くの方からアンケートを通じて改善案をいただきました。現在までに100名を超える方々から貴重なご意見を承っています。アンケートをもとに414カードの文言をみなおし、発売用カード作成中です。

2020年9月：発売前から414カードに親しんでもらうためにオンライン体験会を開催

9月から始めて、20回以上開催しています。参加者も100人をこえました！体験会に参加していただいたみなさんからも、多くのフィードバックをいただいています！

カードを持っていない方向けに毎週Zoomを使った無料オンライン体験会を開催しています。詳細はHPやFacebookでご紹介しておりますので、ご興味がありましたら是非覗いてみていただけたら嬉しいです。

オンライン体験会の参加者から広がるさまざまな場



訪問看護師 河野佳代さん主催 ひだまりカフェ（4名）

2020年8月2日開催。方今看護師河野佳代さんが主催してくださり、4名の方にご参加いただきました。

終活を知ってみよう会（30名）

石崎公子さん主催の人生、命について考えてみようという会で、414カードを使っていただきました。

終活を知ってみよう会とは？

生まれてきたからには、この世にサヨナラする日がいつかはやってきます。そのときのためのこと、今のうちに考えておきませんか？何を考えておくかって？それはもういろいろ。むずかしいことも多々あります。けれど、それを知っていると知らないとは大違い。多岐にわたる「終活」まわりのこと、まずは知ってみませんか？気になるけどよく分かっていないこと、深刻になりがちなこと、ざっくばらんに楽しくおしゃべりしながら一緒に知ってみましょう。

●毎月第4木曜日午後2時~3時30分●
笑恵館で開催中！
参加費 500円(茶菓子含む)
予約は不要です。ご興味のある方はお気軽にご参加くださいませ♪



土井義広さん主催 土井ちゃんの人生ど真ん中TV（12回開催）

月に2回、様々なジャンルで活躍されているゲストに対してホストの土井ちゃんがインタビューを行う番組。この番組の最後には毎回414カードをゲストに対して行っていきます。動画は、12回合計で2,776回も再生されています。

オンライン体験会の参加者から広がるさまざまな場

高野綾子さん主催 もしバナゲーム・414カード体験会（17名）

もしバナゲーム・414カード体験会 報告書



体験会を通して帯津三敬病院へ還元できること

参加した職員から

- ・こんな深い話をしたことがなかった。面白い
- ・他の参加者と最後のときに大切にしたいことが全然違ってその人に興味を持った
- ・他の人の死生観を聞くことが面白い

などの感想があった。このことからこの「死生観を語る」というアクションを通してお互いに関心を持ったようである。普段働いているだけでは、話すことのない深い部分に触れることで、より一層参加者同士のコミュニケーションが深まる。個人的な感想としては、財務部長やRHさんなど普段仕事上の話くらいしかしない方々の死生観を知り、こんなことを大切に思う人たちなんだなあと一緒に働けることがありがたいと感じた。

←

←

今後の希望

毎月2回の体験会を継続していく。(運営メンバー：バナナ会設立) ↓

一度の参加は4名まで。 ←

じっくりゆっくり死生観を語る会を継続して、 ←

① 帯津病院に勤める人たちのお互いの理解促進 ←

② (己の死生観を通して) 患者さんに寄り添うマインド ←

などを深めていくことを目的とする。 ←

←

←

他にもさまざまな場でも利用していただいています

榊原 亮さん主催（5名）

落ち葉の掃き掃除と414カードの会を開催していただきました。

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=382645009854538&id=100043271259879



久保田泉さん主催（16名）

ホリスティックヘルスカフェx414カードの会を開催していただきました。
2月18日にも開催の予定です。

1月13日 @表参道の東京ウィメンズプラザ 7名

2月1日 @ オンライン 9名

前川珠子さん主催（10名）

前川珠子主催「生きてないのに、死ねないー！！☆珠子塾番外編 Death Cafe」では、10名の方に414カードを体験していただきました。

<https://artandlove.exblog.jp/31740782/>



他にもさまざまな場で利用していただいています

金子稚子さん×がきさん

大腸癌ステージⅣ、医師から余命宣告を受けた32歳男性と
就活ジャーナリスト金子さんとのオンライン対話「死を前にして語り合おう」

毎週木曜日21時－22時

414カードをつかって最期まで大切にしたいことについて
Dabel(音声のみのチャットアプリ)をつかって記録対話中

<https://apps.apple.com/jp/app/dabel-social-audio-streaming/id1450231719>

(現在はiOSのみの対応です)

ID : wakaka

ラウンジ : 【死を前にして語り合おう】

* 過去の配信は、wakakaのプロフィールにあるログから聴くことができます



感謝の気持ち

Thanks

特定非営利活動法人幸ハウスや幸ハウス富士の運営

2020年2月～2021年1月の活動経費の概要

入金の記録	出金の記録	残高
正会員費：150,000円	NPO法人活動諸経費：60,132円	前年度繰越金： 1,967,157円
賛助会員費（75名）：225,035円	富士スタッフ人件費：746,250円	
寄付金：233,410円	富士プログラム開催諸経費：95,000円	
414カードクラウドファンド：1,131,155円	414カード開発費用：1,124,403円	
合計：1,173,960円	合計：1,925,785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1,000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。

※ 414カード開発費については、現在印刷や販売経路などを調整中であり、発生見込みの開発費用も含んでおります。

※ 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、2021年6月の総会にてご報告予定です。

メディア・講演会情報

2020年2月：インフィニティー21主催「Soul of WoMan」チャリティー講演会に登壇

代表 川村真妃がNPO法人幸ハウスのお話をさせていただきました。

2020年8月：朝日新聞デジタルに掲載

朝日新聞の阿久沢様が、この度、NPO法人幸ハウスが企画開発させていただいた414カード（よいしカード）についての記事を掲載してくださいました。 <https://www.asahi.com/articles/ASN8Q7KFRN7TUTPB003.html>

2020年12月：ロータリークラブの卓話で幸ハウスを紹介

12月18日には、富士ロータリークラブで約30名の方に、22日には、新富士ロータリークラブで約16名の方にご参加いただきました。

2021年1月：静岡新聞に掲載

414カード（よいしカード）について、静岡新聞に掲載されました。



卓話

幸ハウス富士
看護師 植竹真理様

1979年12月21日生まれ
三島市出身・在住
静岡県立立山高校、
香川医科大学(香川大学)
医学部看護学科卒。
北里大学東病院をはじめ県内
外の病院での勤務を経て訪問
看護師として働いた後
出産を機に家庭へ。2018年
幸ハウス富士との運命的な出
会いから仕事復帰を決めた。
座右の銘は「出会うは人生の宝
もの」。小4と小2の男の子の母。

そっと自分になれる家
優しい木のぬくもりと大きな窓からの自然光。富士市
中島の川村病院に隣接し、まるで森の中の癒しを思
わせるようなこの空間「幸ハウス富士」では、がん患者
が不安と向き合い、本来の自分を取り戻して自分らしく
生きていけるよう、看護師や医師、レーニングを受けた

2021年：日本医科大学医学部、同志社女子大学看護学部研究室で学生に紹介

414カードについてのチラシをご紹介いただきました。

これからの幸ハウス

Future

これから私たちが目指すところ

ミッションの実現のために、私たちがこれから取り組むことの一例をご紹介します

幸ハウス富士の運営

2020年はコロナウイルスの影響により、一時的に幸ハウス富士をお休みすることになりました。幸ハウスを再開した時に、皆様から「幸ハウスは張り詰めた一週間をおくるなかで深呼吸できる日」という声を多く頂きました。幸ハウスがいかに地域の方にとって必要な場所かということを感じた今、コロナ感染防止に配慮して細々とでも場所を継続していく大切さを実感しました。

また、去年は行動が制限される中、オンラインを活用し「幸レター」の制作配布など、今の状況だからできることを提供して参りましたが、今年はさらなる新たなサービスの提供できるよう尽力してまいります。

死生観を対話するツール：414（よい死）カードの正式販売&展開

2021年4月14日までに完成版のカードを500部作成予定です。2021年度は、オンライン、オフライン体験会を通じて遊べる人を増やしていく。このカードを使うことで、死生観を語ることへのハードルが下がり、日常の中で死を見据えて今大切にしていることを話せる文化を構築していくための活動に尽力いたします。

ホームページなどで、414カードの裏にかいてある問いに対する様々な人の回答を紹介していく予定です。様々な人の死生観に触れることで、自分の中の死生観を楽しみながら見つめる時間をつくっていただくことは、とても大事なことだと考えておりますので、完成の際には是非みなさまにもご覧いただけたら幸いです。

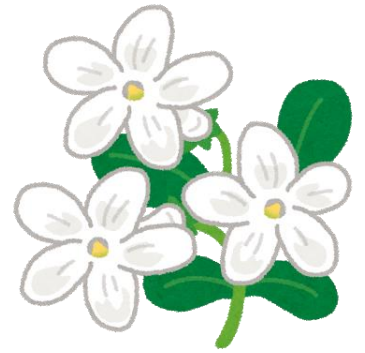
最後に

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あります。

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>