



第二部 トークセッション

「やさしさ・信頼・安心」で仕事をする

富山県立中央病院が実践にれている「絆」の職場

- 登壇者：山口多香子さん（受賞者/看護師）
：松井弘美さん（診療看護科長）
- ファシリテーター：渡邊文子（公認心理師）





がん患者に寄り添う 県立中央病院・山口さん、 「ハートの日大賞」最優秀

2025年7月17日 05:00

地域



患者に寄り添った経験を、先輩の看護師と振り返る山口さん（左）＝県立中央病院

看護経験エピソードに

富山県立中央病院の看護師、山口多香子さん（４４）が、８月１０日の「ハートの日」に合わせて心温まるエピソードを募った「ハートの日大賞」で、最優秀賞に選ばれた。１０年ほど前に担当していた膵臓（すいぞう）がんの患者の不安に寄り添い、信頼関係を築いた経験をまとめた。「自分の気持ちを話すことで気持ちを共有できた」と振り返る。

患者は緩和ケア病棟にいた当時７０代の男性。ただ、担当した当初は、１人で泣いていた患者に「大丈夫ですか」と声をかけても何も話してくれなかったという。先輩の看護師に相談した上で「自分が力になれず、苦しんでいる」と率直な気持ちを伝えたところ、徐々に病を抱えた苦悩を打ち明けてくれるようになった。「心を開いてくれたようだ



富山県立中央病院

<https://youtu.be/PSJvfd-k620?si=i2j5LuFLSJj3k-hE>



「絆」



「ホスピス緩和ケア週間イベント」

👉 2025年7月17日 『北日本新聞』 社会面

<https://webun.jp/articles/-/844609>





8.10 Heart DAY

普段伝えられない

「ありがとう」「ごめんね」を伝えよう

8月10日はHeart DAY。

人がつながる。

気持ち伝わる。

Heartつながる。



気持ちつたえる
こころつながる
「ハートの日」

2010年「ハートの日」制定

お母さんやお父さんには、母の日や父の日という気持ちを伝えるきっかけがあるけれど、気持ちを伝えたい相手が父や母とは限りません。職場、ご近所、どんな方に感謝の気持ちを伝えてもOK!感謝だけではなく、伝えられなかった気持ちを伝えられたら。話を聴くきっかけが増えれば素敵に日になります。

8月10日の（ハート）の語呂合わせから、気持ちを伝える日「ハートの日」を制定しました。

日本記念日協会

日本記念日協会

8.10 Heart DAY Project



ハートの日大賞 授賞式

ハートフルなエピソードを募集、
受賞作品をドラマ化、舞台化

ハートの日2021イベント
LEOxLEO 『みんなのハート』



ハートの日大賞2023 最優秀受賞作品は
『ふたりのアニバーサリー』



8.10 Heart DAY Project



8月10日「ハートの日」
日本中の人々が幸せになる瞬間

心つながる幸せな1日

DAY... 8/10 WHO... ALL-JAPAN

【できること①】 8月10日 8:10 / 20:10 誰かに気持ちを伝える



「いつもありがとう！」
「ごめんね！」「愛してる！」

普段、なかなか言えない気持ちを伝えて、日本中幸せになろう！

みんなで仲の良い人が一人ずつ増えたら、日本中の幸せが何倍にもなるよ
幸せの連鎖で、みんなハッピーな素敵な日になりますように。

【できること②】 会ってない誰かに連絡してみよう！



最近どうしてるかな？

ご無沙汰しているあのひと、どうしてるかな？

お互い忙しくて、なかなか連絡できなかったけど、
どうしてるかな？ておもいながら・・・
今日は、電話でもメールでもSNSでもお手紙でもなんでもいいので、
連絡してみよ～♪

LOOK!

【できること③】
ハートの日♪新郎新婦をみんなで祝福

8月10日が結婚記念日の人をみんなでお祝いしちゃおう！
幸せのおすそわけ。



LOOK!

【できること④】
いいところ探し。好きな人が増えたら、
幸せを感じることが増えるんだよ。

みんな違う、だからおもしろい！
あなたはもう人生が楽しくて仕方がなくなる。
この人すごい！このひとすごい！って！



8.10 Heart DAY Project



できること、いっぱい！
いろんなつながり。

POINT
-01-



気持ちを伝える

POINT
-02-



ハートなエピソードをシェア

POINT
-03-



安心・安全のつながり

POINT
-04-



末長くお幸せに♡

POINT
-05-



「会いたい」を支援する

POINT
-06-



ごめんを言えるのは、すごい。

8.10 Heart DAY Project



POINT
-07-



あらためて、感謝。

POINT
-08-



あなたのこころの宝物は？

POINT
-09-



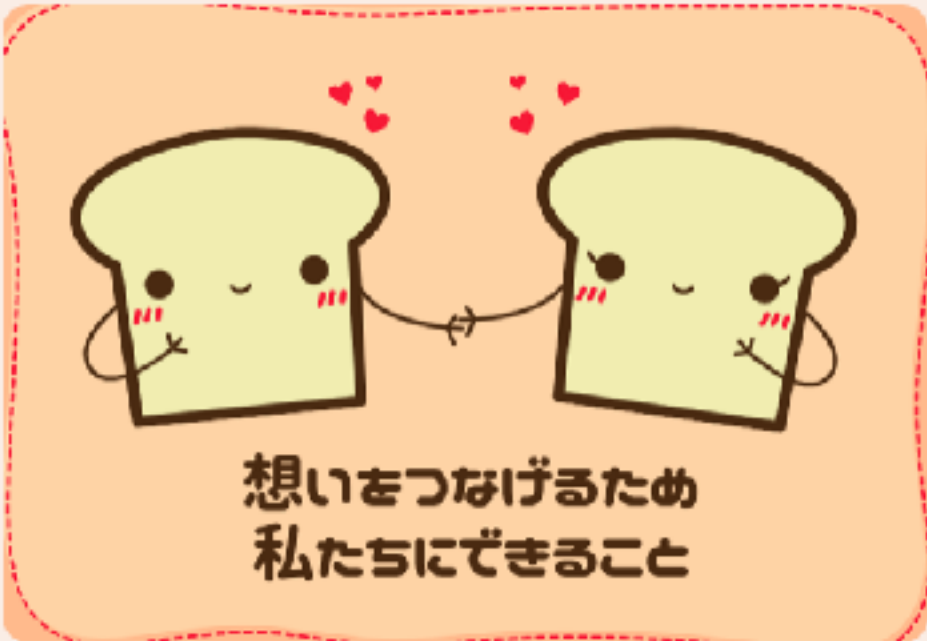
実はこれ”幸せの近道”

POINT
-10-



聴いてくれるだけでも。

POINT
-11-



感謝のつながり。

POINT
-12-



語り継がれてきた大切なこと

8.10 Heart DAY Project

POINT
-13-



今、どうしているんだろう

POINT
-14-



こんな♡見つけた！
みんなで探してみる？

POINT
-15-



伝えるの苦手とか・・・
言ってる場合じゃないw

POINT
-16-



子供たちを守れるのは、
大人です。

POINT
-17-



永く心にきざまれ
伝えてられていくもの

POINT
-18-



感謝の連鎖は
エネルギー

8.10 Heart DAY Project

POINT
-19-



いろんな命と、一緒に生きる

大切な命。人間も、動物も、自然も。
みんな助け合って生きていくことが人類最大の貢献

共生。
共に生きる幸せ。

POINT
-20-

LOVE

GO PIECE!!!

好きの連鎖が世界を救う
anatanosuki ha nandesuka?

愛こそが、
すべてを超える！

POINT
-21-

あなたの思い出をつなげたい

HAPPY
HEARTS
DAY

ありがとう、思い出
そしてこれからも大切に。



幸せを思い出して
また幸せになる。

POINT
-22-

To my perfect match,

子供と過ごす時間の
幸せを知ってしまった人の集い



You light up my world.
You're everything I can ever hope for in my life

対象は、地球上の
すべての子供たち。

POINT
-23-

誰にも教えたくないと思ったけど
それちょっと我慢できず
あなただけに教えちゃう
絶景、ハートの秘境

how I wish you could see it.



自然界にある
不思議な♡の魅力



気持ちつたえる
こころつながる
「ハートの日」



「しあわせの定理」

人が、気持ちが、Heartがつながる
8.10 Heart DAY Project

●なぜつながると幸せになるの？

75年間の世界最長の研究で
健康で長寿で幸福だった人は、
良好な人間関係があったことがわかったの。



●つながるとどんないいことがあるの？

人を信頼したり、助けたり、触れ合うと
「オキシトシン」というホルモンがでてきてね。
このホルモンは、ストレスを和らげ、幸福感を感じ、
もっと人とつながろうという気持ちになるの。



そしたらさらに！

●大切なことはなに？



人とつながり、ひとりではないと思えることで
前向きな意欲もでてくる。



●でも、しんどいときはどうしたらいい？

大変なときほど、助けてーっつ
て声を出してok



そんで、助けてあげよーっとおもうと
みんなでオキシトシン大放出。

8月10日はHeart DAY。気持ち伝わる、Heartつながる



気持ちつたえる
こころつながる
「ハートの日」

<https://heart-day.net/>



<https://e-cdi.co.jp/service/heartday/>



ハートの日コンソーシアム

(運営) キャリアデザイン・インターナショナル株式会社

東京都港区虎ノ門1丁目17番1号 虎ノ門ヒルズビジネスタワー15階

web@e-cdi.co.jp