



特定非営利
活動法人

茨城県がん地域医療を考える会

会報第10号

がん患者サロン交流会・世話役研修会と茨城県民公開講座を終えて

NPO 法人 茨城県がん地域医療を考える会
理事長 佐藤好威

平成29年11月25日(土)、がん患者サロン交流会・世話役研修会と茨城県民公開講座を、水戸医療センターの研修センターで開催した。午前と午後の二部制を取り、午前はサロン参加者の交流会と世話役の研修会を兼ね、少人数の勉強会と設定。午後は、県民公開講座として茨城県総合がん対策推進計画～第4次計画～の概要紹介とその中心課題のがん教育の体験談をメインとし、特別講演に、日本医科大学武蔵小杉病院腫瘍内科医、勝俣範之教授による「正しいがん情報の見極め方」の講義を企画した。

参加延べ人数は、100名余り。遠くは古河や日立そして、常陸太田、城里からの参加者があり、県下にまたがる講座となった。

午前の部、主催者の挨拶として、4年目を迎えた当会の企画事業も今年は、世話人養成講座からサロン参加者の交流会と改め、各拠点病院や診療所でのサロン活動からお互い学び合うものになりたい旨を述べた。県からの挨拶は木下主査が代読。次いで、多忙の中参加した藤田参議院議員が国会がん患者と家族の会の代表として、国会でのがん対策の取り組み、特に第三次がん対策推進計画案の紹介をして頂いた。



午前の部の教育講演として、水戸医療センターの名誉院長植木浜一先生に「がん患者に寄り添って一患者が納得する本当の医療とは一」をテーマに話して頂いた。植木院長の患者との「会話」を考えるきっかけは、「告知」の問題から始まったとのこと。当時は告知をしないことが医療上の慣例。しかし、患者さんのアンケートは「告知」を望む方が多かったことから、その後、率先して多くの患者さんへ告知をした。しかし、さすが、自分の奥様の病状について本人に、「告知」が出来なかったと本音を漏らした。

医師の本能は「患者を一分一秒長く生きながらえさせる」ことだが、ゴールは医療のごく一部。そこまでの道はいろいろある。結局、医療は患者と医師の「納得」に帰す。従って、相互の納得に至るまで、何度も何度も話し合い、その過程で医師は患者に育てられるのだと持論を述べた。ここから、茨城県のがん条例の文言に話は移り、条文中の「参療」は、医師と患者が議論することではなく、価値観や人生観をじっくり話し合うことだと述べ、最後に、医療は国任せ、行政任せでなく、県民・国民が作る社会情勢に対応して行われるべきだと結んだ。



午前の部のメインテーマ「県内の患者会・患者サロンの現状について」、県保健福祉部がん対策推進室の永山主任が報告。まず、患者会、患者サロンの法的位置づけとして、がん対策基本法第20条を示し、それに基づく第3次がん対策推進基本計画の第3項「患者団体等との協力；がん患者の団体が行う情報交換等の活動等を支援する」という条文を紹介した。これら国の政策として位置づけされた患者会・がんサロンは、当県において平成27年施行のがん条例で以下のように明記された。がん患者会・がんサロンは「がん患者及びその家族が交流する場、がん患者が心身の機能の維持回復を図り、自立を助けるための場」である。加えて、当県がん対策推進総合計画では、すべての「がん拠点病院・指定病院」にサロンを設置すると明示した。県内には種々の患者会やサロンがあるが、拠点病院・指定病院には、17施設中11施設で開設されているに過ぎない。まだ未開設の施設もあると報告した。さらに、患者会・サロンの支援事業として、「企画提案型がん対策推進事業」と名うって、活動資金の助成を平成28年度から始め、29年度は8団体に支給したと報告した。

次いで、NPO 法人茨城県がん地域医療を考える会代表が「がんサロン継続の意味とキーワード～がんサロンに携わって10年～」と題し、がん患者会・サロンの活動が、国都道府県のがん対策に貢献した歴史を列挙した。2006年のがん対策基本法の制定、がん対策推進協議会への患者の参画、第1次がん対策推進基本計画策定への関与から始まり、昨今の課題、がんサバイバーの就労問題に至るまで、提案・実現・検証にすべてががん患者家族が関わっていると紹介した。今後のがん対策は、「病巣からヒトへ」が中心課題となり、「がん患者が尊厳を保持し、安心して暮らせる社会の構築」を目指している。患者会・サロンは「尊厳」「安心」の中身を煮詰め、具現化する

ることが求められていると話した。それらを進めるために、サロンはどうあるべきかと言うところから、サロン運営のキーワードとして、①参集した患者家族の把握、②参加者に求められることや約束ごと等、③世話役の仕事、④世話役に求められる基礎力として「めげない気持ち」などを体験的に語った。最後に、世話役は、心身ともに大変な役目を持つが、決して、辛さだけではなく「ヘルパーセラピーの原則(援助する人が最も援助を受ける)」があることを付け加えた。まとめとして「がん患者が尊厳を保持し、安心して暮らせる社会の構築」とは、「周囲の人々や環境を信頼し、**納得**して暮らせる社会」ではないかと結んだ。ひき続き、各サロンの代表が、活動紹介を行った。まず、古河の森診療所のサルビアの会を代表し、赤荻先生が平成14年開設からの「歩み」を紹介。名称はラテン語の意味が



「救う、治療する」であるところから採用したとのこと。特徴的だったのは、がん患者の会と家族遺族の会を分けて、サロン開催を行っていることだ。両者の思いや感情の差異があることから分離したとのこと。貴重な意見であった。友部やまびこ、ハマナス、しろやまざくら、なでしこの各サロンからは、病院窓口担当の看護師がそれぞれ報告。・会場設定での院内奔走、・院内外広報への尽力、・勉強会講師の選定交渉、・セレモニーへの職員参加の呼びかけ、・ある会ではコーヒーや紅茶のサービスなどもしてくれていた。大事なことは、・サロン世話役と担当者との良好な連携の構築であり、・継続させようとする努力だと言う認識が共有された。質疑の中で、院内サロン開設のキーポイントは？の回答として、**病院のトップと交渉**することであると述べた。

午後の部は、水戸医療センター院長から挨拶を頂き、トピックニュースとして、来年から水戸医療センター内に、治療と緩和ケアを並行して行う緩和ケア病棟を開設すると話してくれた。Good newsであった。午後のプログラムは、午後からだけ参加した方もあり、冒頭、主催者・考える会から午前部の交流会・研修会の報告を行った。次いで、県保健予防課の木下主査が、「茨城県のがん対策について～第4次計画案の概略を中心に～」を解説した。初めに、県内がん患者死亡者数8,795名、全死亡者数の3人に1人ががんにより死亡。そのうち男性が2/3とのこと。がん種は、男女とも肺、胃、大腸がトップ3になっていると報告。全国比較では、当県は男性で、胃がん、肝がん、大腸がん、女性で乳がん、大腸がん、卵巣がんがやや高めであるとのこと。がん対策の進捗状況では、予防早期発見のための検診受診率が目標50%に達しているのは、肺がんで、胃、大腸、乳がん、子宮頸がんは目標に届いていない。県総合がん対策推進計画第3次計画が、H25年からH29年まで進められてきたが、死亡率減少の目標は未達成。各論目標も93目標中達成は17目標のみであった。これらの現状に鑑み、第4次計画は、「死亡

率減少」目標の達成を目指し、「早期発見」に重点を置き、そのために「県民の健康意識の向上へ注力する」と方向性を決めた。それにより第4次計画のスローガンは「がんを知り がん向き合う」とされ、サブスローガンは「県民の参療を目指して」と補足された。「参療」とは、県がん条例に記載された茨城県の造語であり、「がんに関する正しい知識を習得し、自身に提供されるがん医療を決定できることについて自覚をもって、がん医療に主体的に参画すること」と定義づけられている。難解な用語だが、これらの理念に基づき全体目標は、①がんによる死亡率の減少、②がん患者の適切な医療体制、③がん患者が尊厳をもって安心して暮らせる社会の構築となったと話した。目標の①に対応して、計画案の第1章はがん教育とがん予防と設定され、第2章にがん検診と精度管理が設定され、第3章の1項と2項が、**目標の②に対応**し、そして第3章の2項の半分と3項が**目標の③に対応**する様に記述されている。恐らく、初めて聞いた人は、参療のみならず、全体目標の③についての施策は理解しきれなかったのではないかと

午後の部後半は、座長を水戸医療センター米野副院長に変わり、考える会が本年実施した近隣3中学校でのがん教育の体験報告から始まった。まず医療者の立場から、いばらき診療所みと院長西村先生が、「がんの基礎」の講義において、前年度までは、がんの医学や生物学を重点に話したが、今年度は事前アンケートから、生徒が知りたい文言(治るのか、予防とタバコ、生活習慣病、検診、うつるか等)を拾い授業を組み立てたと語った。次いで、開催中学校の山田教師が、事前アンケートと事後アンケートの内容を紹介しつつ、生徒の意識変化を示し、国の施策に先行して茨城町ががん教育を行うことの喜びを述べた。その後は、がん体験発表者としてお二人の女性が、12歳前後の生徒にがん体験を話すことの難しさや有意性などを報告。座長の進行の良さもあり、内容のある発表・討議となった。



特別講演は、演者勝俣医師の知名度もあり、聴衆が多かった。講演は「近藤誠先生の本を読み、抗がん剤を拒否し、保険が効かない**免疫療法**や、**遺伝子治療**、**食事療法**、**ビタミンC療法**などを受けて、**700万円**を使いましたが、再発しました。」と言う卵巣がんの患者さんの話から始まった。世間に流布するがん情報で「何が正しいのか」「どうやって正しい情報を見分けるのか」と言うがん患者の素朴な疑問や不安に応えるような流れで講義は進められた。例えば今、「がんは治る」と言う文言は使えないことから、「がんが消える」「がん細胞は死滅する」「がんは勝つ」などの表現が用いられ、代替療法の宣伝が行われている。しかし、最新の米国国立がん研究所の調査では、標準療法の治療成績は、代替療法の2.5倍の実績効果があると報じている。

このことから、勝俣医師は「医学的根拠に基づかない、効果のない、自由診療」の医療行為を「トンデモ医療」と定義づけ糾弾した。具体的には、・ビタミンC療法、・がん免疫細胞療法、・医療否定のセカンドオピニオンなど等を列挙した。その他、メディアに氾濫するトンデモ療法の広報事例を提示し、樹状ワクチン関係の医療費は300万円から500万円の金額が請求されているとのこと。日本の国立がん研究センターの調査では、インターネットで流される情報のうち信頼できるものは50%以下、ちなみに米国は80%以上だと断じた。勝俣氏自身が調査し、がん治療学会で発表した報告では、ガイドラインに基づいた信頼できる情報はわずかに10%と出たそうだ。いかに偽情報が多いかが分かる。もう一つ、紛らわしい言葉に「最新治療」がある。これも標準治療でなく、評価の定まっていない治療があること、例えば、粒子線・陽子線治療やがんワクチン等には、留意してほしいと語った。新規抗がん剤の臨床試験の成功率は、わずか5%で、簡単に実用化はされないものだ。それ故、もっとも高い信頼度を持つ医学情報得ようとするならば、ランダム化比較試験結果を報じた論文を読むようにと強調し、近年では、ニボルマブ(オプジーボ)がその範となる事例だと話した。信頼をもって得たい情報は、国立がん研究センター・がん対策情報センターホームページや厚生労働省委託事業の医療情報サービス Minds に記載されている診療ガイドを参照することと補足した。

最後に、本日のような勉強会を絶えず行い、トンデモ療法が出まわらないように監視続けることが重要だと結んだ。

午前9:00から17:00過ぎまで、長時間にわたる交流会・県民公開講座であったが、演者・座長を含め参加者皆さんのご協力で成功裏に終えました。皆さんへ感謝です

在宅医療について

いばらき診療所みと

西村嘉裕



私が肺癌患者さんの在宅での看取りを始めたのは約30年前です。当時は貸し出せる医療器具が少なく、喀痰吸引は電気掃除器を工夫して使っていました。とても懐かしく思います。しかし、当時から病院で行うような医療処置を在宅で行い、患者さん・御家族が良い時間を過ごすことができ、とても良い看取りになっていました。

最近、高齢化が進み、いろいろな理由から在宅医療が推進されるようになってきました。在宅医療と言われてもイメージが湧きにくいと思いますので、今回は在宅医療について簡単に説明します。

在宅医療とは、通院治療が困難となった患者さん、どうしても病院に行きたくない患者さん、病院では積極的な治療ができないがん終末期の患者さんに、

ご自宅で必要な医療を行うことです。在宅医療で行えること、在宅医療の良い所、多職種連携などについて説明します。

- ① **在宅医療で行う検査**: 血圧測定、酸素飽和度測定、聴診器による呼吸音・心音聴取、血液検査、尿検査、喀痰・尿・便・血液の培養、レントゲン検査(CT,MRIはできない)、心電図、呼吸機能検査、超音波検査、骨密度測定、
- ② **在宅医療で行う治療**: 症状コントロール(頭痛、腹痛、下痢、発熱など)や一般的な内科治療、局所麻酔による小手術、栄養管理、リハビリテーション、マッサージ、在宅酸素療法(酸素吸入)、気管切開、人工呼吸器管理、在宅中心静脈栄養、在宅経管栄養(胃瘻、胃管)、がん性疼痛コントロール、喀痰吸引、胸腔穿刺、腹腔穿刺、
- ③ **在宅医療の良い所**; 病院の病室と異なり、長年住む慣れた自宅では、におい、目に映るものなど気分的に落ち着き、ストレスが軽減されます。そばにいてほしい家族・ペットたちがいつもそばに居ます。病院では禁止されている喫煙、飲酒なども自宅では可能で、自分のペースで生活が出来ます。介護される御家族の方は、家事をしながら患者さんの傍にいて介護ができます。

このように在宅医療では病院とほぼ同様の治療ができ、また、病院ではできないことも行うことができるのです。

在宅医療では自宅に病室を作り、そこで医療を行うのですが、実際、どの様にするのでしょうか?

- ④ **在宅医療における多職種連携**: ケアマネジャー、福祉用具担当者、MSW(メディカル・ソーシャル・ワーカー: 相談役、調整役)、医師、歯科医師、看護師、薬剤師、リハビリ担当者、栄養士、介護職、在宅酸素療法関係事業所など。

多数のスタッフの中から、患者さんの病状・必要な治療、御家族の介護力などによって必要メンバーが選出されます。「多職種連携」といって、いろいろな立場のスタッフが関与して、在宅医療の体制をつくりあげます。このスタッフの一員に患者さんのご家族も加わっていただき、みんなで力を合わせて在宅医療を行っていくのです。

現在は、在宅医療の体制作りは非常にスムーズに行われるようになってきました。次回は在宅医療の実際を紹介し、もっと在宅医療のイメージがしっくりするようにします。

「しゃぼん玉」の思い

しゃぼん玉 作詞 野口雨情 作曲 後藤睦子 中山晋平

しゃぼん玉とんだ 屋根まで飛んだ
やねまで飛んで こわれて消えた
しゃぼん玉 消えた 飛ばずに消えた
生まれてすぐに こわれて消えた
風、風吹くな シャボン玉とばそ

こどもの時からよく歌われた歌で 澄んだ青空にシャボン玉がとてもよく似合います。近頃は種々なシャボン玉液を使って作って、飛ばしていますが、青空にフワフワ浮いているシャボン玉はとても心がなごみます。私の子供のころはシャボン玉と言えば石鹼で作っていたのではないかと思います、覚えていません。終戦直後、石鹼は高級品だったから…。ストロー等はなかったもので、確か麦わらの芯をストローにして遊んだことを覚えています。今は、シャボン玉の液もストローも道具はいろいろあって、認知症カフェ等でも時々これらの道具を使って飛ばし、童心にかえています。

野口雨情がシャボン玉の詩を作ったのは北海道の小樽に居たときです。寒い冬、長女が生まれ、わずか8日で風邪をこじらせて亡くなったばかりだそう。雨情は、風は嫌いですが、天高く舞い上がれと無心に飛ばしたシャボン玉に、いつまでも健やかにありますようにと願いを込めていたようです。

「雨情伝」の著者 野口不二子さんは「今は悲しいけれど、人間はいずれ乗り越えられる。幸せになっていけるんだよ」という祖父の思いが込められていると語っているそうです。

追記：最近のシャボン玉の作り方(ネット情報、インフォインフォより)

材料の配合と作り方

- 材料 :水道水 : 300ml、
 グラニュー糖 : 10g、
 洗濯のり : 30ml、
 洗剤 : 30ml



作り方:

1. 水道水を沸騰させる(不純物を少なくする為)
2. そこにグラニュー糖を入れて溶かす
3. 氷水に鍋を漬けて、ぬるま湯まで冷ます
4. 出来上がった液体に洗濯のりと洗剤を入れてよく混ぜれば完成

がん患者サロンの近況と予定

しろやまざくら

下表は平成30年1月以降の勉強会の予定表です。

月 日	勉強会テーマ	演 者
1月16日	がん患者のリハビリ	理学療法・看護師
2月20日	看護師のがん患者の傾聴	がん化学療法認定看護師 細谷恵美
3月20日	相談支援センターの役割	

ハマナス

下表は平成30年1月以降の勉強会の予定表です

月 日	勉強会テーマ	演 者
1月18日	がん患者の尊厳とは	
2月22日	臨床検査値について	臨床検査技師永井信浩
3月22日	肺がん患者の体験談	

なでしこ

下表は平成30年1月以降の勉強会の予定表です。予定は変更することがありますので、お問い合わせください。

月 日	勉強会テーマ	演 者
1月11日	冬に向けての体力づくり	理学療法士
2月2日	笑いヨガ	
3月1日	体温を温めるアロマセラピー	

友部やまびこ

下表は平成30年1月以降の勉強会の予定表です。

月 日	テーマ	講師
1月9日	自分らしく生きる	緩和ケア認定看護師
2月5日	がん治療と口腔衛生	認定看護師 加倉井
3月5日	宗教家と語ろう	福道寺住職 江田啓信

サロン情報



サロン例会開催日

サロン名	備 考
友部やまびこ	毎月第1月曜日 13:00~ 県立中央病院 PCU 病棟 5F
なでしこ	毎月第1木曜日 14:00~ 済生会病院丹野ホール
しろやまざくら	毎月第3火曜日 10:00~ 水戸医療センター患者教室
ハマナス	毎月第4木曜日 11:00~ 茨城東病院療育訓練棟

NPO法人茨城県がん地域医療を考える会事業

日 時	事 項
3月考える会例会	H30 年度総会準備
4月定期総会	活動計画と新規役員の選出

編集後記 :

H29年度の事業を終え、現在そのまともに追われています。合間を縫ってこの会報を作りました。1年間、いろいろなことがありました。多くの人助けを経て、患者会活動を展開してきたなあという思いで振り返っています。そして、心に刻んだ言葉は「責めず、比べず、思い出さず」と言う高田明和さんの著書題名でした。これは禅宗の教えだそうですが、心安らかに過ごすためには、自分をも他人をも責めないことから始め、比べない、良きも悪しきも思い出さない瞑想の世界が大事かなと考えています。はたして、そんな日常が来るか? とにかく今年1年の締めと、来年への期待を込めて、会報をお届けします。

文責 佐藤

発行 : NPO法人茨城県がん地域医療を考える会
 TEL/FAX 029-306-8406、
 mail:y-sato@blue.ocn.ne.jp