



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15号

がんサロン世話人交流会・養成講座を 終えて—その2「サロン活動報告」

～報告集より抜粋・改変・転載

がんサロンしろやまざくら 佐藤

しろやまざくらは開設して5年たちました。5年間で1,330名余りが参加しております。これを年平均にしますと267名ということで、1回で22.3名、20名前後参加していることとなります。

参加された方は、がん種は問いません、いろいろな患者さんが集まってきております。出身地も全県から参加している。もちろん性別、年齢は問わないという形で集まっています。

開催日は毎月第3火曜日、10時から15時、5時間です。これは恐らく全国的に見ても非常に長いサロンののではないかと考えています。途中で昼食の時間が入って、弁当を食べながら懇談するという和やかなサロンになっています。これはこの5年間、1回も欠かしておりません。皆勤賞のサロンです。

場所は水戸医療センターの患者教室、ここを第3火曜日、1日自由に使わせていただき、何の支障もなく、ドアを開けてサロンを開いています。院長先生は、うちの病院の風物詩になっていますとおほめの言葉だろうと思うのですが、名物な場所になっております。

近況報告会では、参加者が一人一人お話しします。大体20名前後集まりますから2時間で足りないときもあります。そうすると昼休みに入ったり、午後にかかったりする。とにかくサロンは傾聴を基本にしていて、来られた患者さんが持っている不安や心配、話したいこと、全て最後まで話してもらうことを前提にやっております。

勉強会も大体欠かさずにやっています。これは非常に重要です。患者同士が新しい知識、最新の治療法などを勉強するというのも大事ですが、医療者と同じ目線で同じ会場で話ができる。この勉強会には医療センターの先生方だけではなく、いばらき診療所の西村先生にも来ていただいている。それから訪問看護師さんにも来ていただいている。中には音楽療法士さんに来ていただいている。中には音楽療法士さんに来ていただいている。中には音楽療法士さんに来ていただいている。それが終わった後、軽体操で、最近ではヨガの先生に来ていただいて、患者さんの状況を見ながら体操内容を決定してやっていた

できます。

がんサロンしろやまざくらの特徴は、先ほど言いましたように、開催時間が長いということ。毎月第3火曜日、午前9時から16時過ぎまで自由に使って、安心してくつろげる会場。ここにくれば必ず参加できるという安心感がある。医療機関が勉強会や催し物に無条件で協力していただいているので、しろやまざくらは医療センターとサロン参加者の協働が見事に成就しているところだと思います。しかし、問題としては、患者が自由にも好きなだけ話せると言いましたが、「長すぎる」とか、「意見反論」などが出てトラブルが生じたという例もあります。

5年間の記録ですが、参加者は年間約20名前後と言いましたが、開設当初は30名ぐらい来ていました。ですから5時間あっても足りないくらいの時間です。しかも初めて来られる方が非常に多かったために、本当に泣いたり、悲しんだりということがあり、生々しい報告がたくさんありました。これを聞き、通すのはなかなか大変なことです、それを乗り越えてきております。

それから、素晴らしい方の事例もありました。事例1: 2年前に亡くなられた方です。多重がんの患者さんであると同時に、他の病気も持っていて、自分の脚で歩けない。ですからサロンに来るときには奥さんが手押し車で来る。ところが、そういう体であるにもかかわらず、うちに帰ると木の剪定をやったり、農作業をやったり、それから自分では将棋の勉強もしているという。そして、「人生は守るだけではだめだ。攻めることも必要だ。それを僕は将棋から学んだ」という名言を語られていました。

事例2: 自分らしい生き方とリハビリということで、これはがん患者さんの旦那さんの話ですが、その旦那さんがやはり若いときにがんになり胃を全摘している。その後40年以上健康でおられます。この方が最近心筋梗塞になりまして、寝たきりになりかけた。病院から退院してきたときにケアマネジャーがついてきて、いろいろな福祉用具も全部部屋の中にそろえた。

トイレも自分で行けなくなったわけですから、トイレ機材も室内に置かれていた。その人は職人気質の人ですから、非常に自立心の高い方でした。そのためにせっかく用意した福祉用具を全部引き取らせ、何も部屋がおかないようにした。奥さん

はかんかんに怒ってしまいました。ところがその人はどうしたか。トイレに行くのも風呂に行くのも全部這って行って自分一人で用を済ませる。さらに自分でリハビリをやり始めた。壁に手をつけて、脚を上げたり、屈伸したり、そのうちに歩けるようになって、農作業できるようになって、最近では車の運転もできるようになって、サロンに来る奥さんの送り迎えをするという、そういう話もサロンではなされました。

事例3:この方は、きょう参加されておりますが、サロンへ参加した当初は、旦那さんが亡くなって、暗い顔つきで来られました。この人大丈夫かと思うような方だった。多分、ご自身でサロンへ行ったほうが、気が楽になるなということによって来られたのかと思いますが、サロンに来続けました。そのうちにだんだん顔が明るくなった。最近聞いたら、フラダンスを勉強していますということで、サロンの中のクリスマス会とか開設セレモニーではフラダンスを踊って見せるようになった。このように、「ヒトの在りよう」の変化もみられるのがサロンです。

いい話ばかりでしたが、最近のサロンは、数年前より参加者が暫時減ってきております。平均20人前後は来ているのですが、30名にはほとんどいなくなりました。参加者には少しマンネリ化しているのではなどと怒られております。特に男性の参加者が減ってきています。当初は男性の参加者は半数ぐらい。このサロンは珍しいと言われたこともありました。本当に少なくなってきた。それからリピーターと新規参加者の比率も大きくなっている。リピーターが多い、これは非常にいいことです。それは、そのサロンの居心地がいい場所、非常に癒されるということから来ているのだらうと思うのですが、問題は新規参加者の比率が低くなってきているために、話題に緊張感が欠けている。さっき紹介しましたが、生々しい話がだんだん減ってきている。ということは、言いかたを変えると流されて井戸端会議になりつつある、あるいは爺放談になりつつあるかなという感想を持っております。

最後に最大の問題は、世話役。これはサルビアの会の赤萩先生のところと同じで、私のほうも世話役の後継者が育っていない。育てる能力がないということかもしれませんけれども、もう一方で後継者になって欲しいという人が輩出してこないことの無念さです。

以上、しるやまざくらの現状と問題点を報告いたしました。

サルビアの会 報告：赤萩

第Ⅰ期が始まった平成14年2月から17年8月まで計15回、3カ月ごとに第3土曜日。そのうちが

ん患者さん本人が加わるようになって名前をサルビアの会にしました。患者さん本人が加わることによって、3カ月も自分は待てないと言うわけです。来月だって来られないかもしれないという話です。毎月開催するということになった。

サルビアの会のある日の風景ですけれども、この参加者のうちの1人の患者さんが、サルビアが私は大好きだ。手をかけただけ長く咲いている。8月に咲き始めて12月までもっている。サルビアと言う花はそうなのです。なので、私はこの花が大好きで、これを会の名前にしてはどうかという案が出された。

その花言葉を見ると、すごくいいです。知恵であるとか家族愛であるとか尊敬であるとか、このがんの患者家族会そのものの気がしました。ラテン語でサルビアというのを見るとこういう意味です。救うであるとか、治療する、癒やす、サルビアはそういう意味があります。なので、サルビアという名前しか、この会の名前はないということでサルビアの会にしました。

待合室の一角に場所をつくっておりますが、最近患者の参加者の数がふえましたので、もう少し椅子が増えています。

第Ⅱ期は回数を毎月にして、平成17年9月から19年3月まで計19回開催。そのうち、末期がんの患者さんに対して家族を亡くしたばかりの人が気遣いをするようになって、別々に分けてもらえないかという声が出てきたことに答えて分けることになったわけです。それが第Ⅲ期です。これが現在続いている今のやり方です。

第1土曜日が家族会、第3土曜日が患者会。ただ、実際にはどちらにも参加している方が結構います。家族同士の会を望む人というのも当然です。この人たちは家族会に主に参加します。患者同士の会を望む人がいますので、その人たちは患者会に参加する。この形で現在も続けていっています。最近15人から20人ぐらいの間で参加しています。患者同士で話し合うことで本当に安心できるのだということが一番です。

がん患者さん本人の実際の言葉を五つほど挙げてみました。その一つですが、治療は各ステージで生存率が何%とよく聞きますよね。皆さんもそうだったと思います。この人は肝臓に転移のある内臓がんでした。それをずっと手術をして10年生きました。この状態で手術をしても、5年生存率は10%いかないと言われていました。でもこの方はすごい。「生存率が何%でも自分には関係ない。例え5%でもあれば、自分がその5%に入っていればいいじゃないかと言う。自分にとってはフィフティ・フィフティだということです。」すごいですね。この人は強い人でした。ただ、最後、肺に転移を起こして亡くなりました。10年です。

二つ目は、「あきらめたらとにかく終わりだ」、あきらめない、奇跡は絶対に起こらない。本当にそのとおりですよ。あきらめずにいることで、以前には考えられないような薬ができています。免疫チェックポイント阻害剤、オプジーボです。あれは以前には全然考えられなかった。ああいう治療ができる、さらにもっとすごい治療法ができてくる可能性がありますよね。あきらめずに頑張っていこうということです。

3番目の人、この人も強い人。この人は肺がんで手術をしてから10数年間、再発してから8年ちょっと生きられました。再発して全身に転移が広がっていたのですが、きょう1日が勝負だと言うのです。「きょう1日生きられた、それで満足。あしたこれで迎えられる。あしたの朝が迎えられると言うのです。」自分にとって、その後はないかもしれない。でも、きょう1日生きられた。これはすばらしいことだったと毎日感謝して生きていると言うのです。そうやって再発してから8年です。肺がんの女性でした。自分ががんになってよかったです。どうしてかということ、ほかの家族ががんになったのではなくて、自分がなってよかったです、こういうことを言う人なのです。これも実感ですかね。自分の子供ががんになってしまったらどうしようもないというようなことを言っています。

がんになって人の本当の優しさを知ることができた。これはよく聞く言葉です。本当の優しさを知ると言うことは、反対に言うと優しくない人がいっぱいいるということを知ることです。冷たいですよ、周りの人はがんの患者に対して。いい加減な相づちしか打たないですからね、健康な人は。そういうことですよ。だからサルビア会に来ることで本当にいつも癒やされている、そういうことです。

ですので、繰り返しですけれども、がん患者家族の会、がんサロン、これは必要だということです。私は先ほど言ったことの繰り返しになりますけれども、医者への参加があれば本当にいいだろうと思っています。

最後に、ブログを紹介しておきます。毎回1回のサルビアの会について、三、四回、場合によっては四、五回に分けて次の会までの間に2日に分けてアップしていますので、順番にブログを開けば様子がわかります。(次回「なでしこ」と「ハマナス」の報告を転載します)

「がんの語り部」募集

当会は、県内の小中学校でがん教育を行っています。あなたの体験を子どもたちに話してみませんか。がんの患者さん、そのご家族・遺族の方、どなたでも結構です。

『尊厳』とともに生きる

川崎 竹哉

日本に一般的な用語として『尊厳』の概念が導入されたのは、「尊厳死」が語られる歴史と並行しています。尊厳について大谷は、「尊厳ある死」が「安楽死」から分化され「尊厳死」の言説が誕生していく過程を描き、肉体的苦痛に対する「慈悲的措置」という意味での安楽死から、「尊厳ある死を自ら望む自律の尊重」が語られ始め「個人としての自律重視の尊厳」が重視されるようになったと論じています。

私自身も「尊厳とは何か」を常に考え、15年以上医療に携わってきました。恥ずかしながら明確な答えは未だに見出せていませんが、今の段階で私が考えていることは「尊厳には2つの意味がある」ということです。1つは、「その人の尊厳を守るべきだ」と言うように、当人ではなくその周囲の人の考えを主とする意味合いです。もう1つは、当人自身の価値観や権利に主をおいた意味合いです。つまり、医療の現場では、患者が持つ価値観と権利を患者自身が尊重する尊厳と、患者が大切にしている価値観や権利を医療者側が守るための尊厳があるということです。そして、両者が満たされることによって、100%ではないかもしれませんが、限りなく患者の気持ちに寄り添った医療ができると思っています。

常に『尊厳』と向き合い、考え続けていく、この考えこそが人と真摯に向き合うことだと信じ、私はこれからも医療に携わっていきたいと思います。

[引用] 大谷いづみ, 『『尊厳死』言説の誕生』, 『現代思想』, 青土社, 2004.

入院と筑波山

後藤睦子

11月29日柳河小学校のがん体験発表をした日の午後6時ごろ、友人と電話で話していたら、私が何を言ってるのかわからないと言われ、急きょ救急車を呼び受診。転移性脳腫瘍だって。頭の中真っ白、救急病室でしばらく泣いてました。

看護師さんが背中を擦ってくれました。傾聴はそこにいてただ背中を擦ってくれることだけでも傾聴になる。相手の心の声を聴くと言うことかな。とても安心しました

今日病棟の談話室からきれいな筑波山の夕日が見えました。

私の好きな民謡です。

「筑波山唄」

- 1) おお山なえ お山筑波はな一 恋風 夜風情、
なさけ男体な一 夫婦山なえ〇
- 2) 四季をなえ一 四季を彩るな一筑波のお山

仰ぐ、仰ぐ日の出にな一艶姿なえ
 3) 筑波なえ 筑波社にな一 おわする神は一
 ご縁、ご縁結びのな一 夫婦神なえ

という民謡です。

思いっきり声に出して歌いたいです。入院する前に新年会があったので主人に連れて行ってもらい歌ってきました。ちゃんと歌えて当たり前でしたが、今の私には感動でした。筑波山は標高877メートルだそうです。筑波山は県民の誇りと思います。

県民の唄

作詞：川上宏昭 作曲：町田旭

1) 空には筑波、白い雲
 野には緑を移す水
 この美しい大地に生まれ
 明るく生きるよろこびが
 明日の希望をまねくのだ
 いばらき、いばらき、われらの茨城

このように、関東平野にあっては、遠くから望むことが出来、古くから人々に親しまれてきました。西の富士山、東の筑波山、朝は藍色、夕は紫峰と呼ばれるそう。私は、平須に越して筑波山が見えることに感動しました

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31年4月以降の勉強会の予定表です。

月 日	勉強会テーマ	演 者
4月16日	講和	米野副院長
5月21日	脳腫瘍について	脳神経外科 石川 隆昭 先生
6月18日	診療看護師の話	診療看護師 柴田 順子

ハマナス

下表は平成31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
4月11日	肺がんと転移	診療看護師 川崎 竹哉
5月9日	ゲノム医療	腫瘍内科医
6月6日	抗がん剤と痛み	診療放射線技師 長 菊池 一聡

なでしこ

下表は平成31年4月以降の勉強会の予定表です。

月 日	勉強会テーマ	演 者

友部やまびこ

下表は平成31年4月以降の勉強会の予定表です

月 日	テーマ	講師

4月1日	AIと医療	
5月7日	病棟における看護	
6月3日	5周年セレモニー	

虹

下表は平成31年1月以降の勉強会の予定表です

月 日	テーマ	講師
4月12日	病気の乗り越え方	茨城東病院 川崎竹哉
5月10日	抗がん剤と副作用	水戸医療セ井出 康男 薬剤部長
6月7日	優しい動作、介護の方法	県立中央病院 海藤理学療法士

サロン情報



緊急連絡：サロン ハマナスのサロン例会日が、4月以降 第2木曜日に変更になりました。お間違えの無いようにお願いします。

サロン例会開催日

サロン名	開催日・会場
友部やまびこ	県立中央病院研修棟会議室 B 毎月第1月曜日 13:00~
なでしこ	済生会病院丹野ホール 毎月第1木曜日 14:00~
しろやまざくら	水戸医療センター患者教室 毎月第3火曜日 10:00~
ハマナス	茨城東病院療育訓練棟 毎月第2木曜日 11:00~
虹	水戸共立診療所 カフェ 毎月第2金曜日 14:00~

NPO法人茨城県がん地域医療を考える会事業

日 時	事 項
4月27日	NPO 法人茨城県がん地域医療を考える会 13:00 茨城町ゆうゆう館
5月25日	考える会例会

編集後記：

平成31年4月、新しい元号「令和」が決まり、同世代を生き、美智子さんもまもなく大任を追えます。1千年を超える歴史と伝統の中で、多くのしがらみを受けながら、新しい皇室の在り方を模索し、健常のまま退任されることを、心から労いたいと思います。当会も新しい1年になりそうです。

発行：NPO法人茨城県がん地域医療を考える会
 ホームページ：<http://ibaraki-cancer.com/>
 TEL/FAX 029-306-8406、
 mail:y-sato@blue.ocn.ne.jp