

ひろば

第13号 2014年11月22日

吹田ホスピス市民塾

発行者：小澤和夫

吹田市藤が丘町 27-1-405

TEL/FAX 06-6388-6257

e-mail : ozak200@nifty.com

吹田ホスピス市民塾

「今年度の活動（これまでとこれから）

～発展のためのお願い」

会長 小澤 和夫

1. これまでの9か月～変革への一歩：

- (1) 「吹田がん情報コーナー」のスタート：「がんに関する情報を、患者・ご家族にお伝えする目的」で、市立吹田市民病院の後援のもと、5月から毎月2回午後、吹田市役所ロビーで開催。10月までの6か月で、相談者が27名。まだまだ相談者数は少ないですが、患者・ご家族と医療者の間のコミュニケーションギャップを痛感、市民塾の役割を再確認しました。
- (2) ピアサポーター養成研修：
前記コーナーを始めとして、今後、患者・ご家族の皆さまとの円滑かつ効果的なコミュニケーションを図るために、初めての取り組み。入門講座2回、基礎講座1回に、延べ約90名の参加。なお、済生会千里病院が、会場・講師・テキストなどの準備を全面的にサポートいただきました。
- (3) 立花隆氏講演会（10月19日）：
目標の800名には及びませんでした。520名の方がお見えになり、それぞれ「がんに対する」お考えをお持ちいただけたように思います。これまで2回の講演会は心温まるお話でしたが、今回はジャーナリストのお立場から「がんの真実」をお話しいただき、自分のこととして考える機会になりました。

2. これからの3か月～皆さまへのお願い：

- (1) 「吹田がん情報コーナー」の情報が相談者に届く工夫：
毎回、4人の会員が出ていますので、これまでの2～3倍の相談が可能です。そのためには市内のがん診療拠点病院や周囲の薬局にリーフレット（同封・A4を三つ折り）を置いて頂くようPRをしています。会員の皆さまもどうか、周囲の方にお知らせいただければ嬉しいです。
- (2) リーフレットの活用：当市民塾の活動がまだまだ知られていません。幸い、素晴らしいリーフレットが完成しました。周囲の方に、また 小さな会合での配布など、宜しく願います。リーフレットは、連絡いただければすぐにお届けします。
- (3) 公開講座への参加：今年は2回です。「がんになったら あなたはどうしますか」の共通テーマで、阪大病院・吹田市民病院・済生会吹田病院などががん相談室からMSW（医療ソーシャルワーカー）の方がお話しして下さいます。
- (4) 例会、がん患者・家族会、吹田ひまわりの会（ご遺族の会）への参加：毎月1回開催しています。会員以外の方も歓迎です。

以上

夢：「がんになっても安心して暮らせる吹田の街づくりを」

立花隆講演会終わる

「がんとどう向き合うか」

さる10月19日(日)13:30~15:30
秋晴れの中、メイシアター大ホールで開催。

小澤会長の挨拶に続いて、共催の地方独立行政
法人市立吹田市民病院の衣田誠克総長のご挨拶が
あり、立花隆氏の講演が始まりました。秘書の菊
入さまが操作するスライドで、ジャーナリストと
して、現実を見据えてのご講演でした。

講演終了後のサイン会では、多くの方が書物を
片手に並ばれました。多くのファンがいらっしや
り、一緒に写真を撮ったりもされていました。

チケットの販売数630枚(来場者520名)
と、目標の800人以上には及びませんでした。アンケ
ートも色々なご感想やご意見を頂いていて、講師
のお話を聞くことで自らの在り方を考えるきっか
けになったのではと思います。

評価：

①良かった点：

○多くの方の評価が高かった。(アンケート回収率
45%) 大変良かった・良かった：88%。

○過去2回に比し、「良くなかった・どちらとも言
えない」が12%(過去は0)。

理由：過去2回はソフトな内容で、万人が満足
する「心の優しさ」に訴えるものであったが、
今回は、「がんの真実に迫ってみたい」という企
画意図どおりのシビア・ハードな内容であった
ためと思われる。しかしそれなりに、皆さんが
自分のこととして考える機会として頂けたもの
と考える。

○吹田市民病院と、初めて共催事業ができた。

○当市民塾の活動をPRできた。(ご存じでない市
民の方が、まだまだ多い)

○当市民塾への理解・賛同・励ましを頂いた。

○入会者：4名。入会希望者(入会は未定)：6名。

②反省点：

○入場者数が、目標(800名以上)に届かなか
った。初めて日曜日に開催したが吹田市内で
大きな催事が重なったり、行楽時期であったこ
と、なども理由として考えられる。今後の検討
事項である。但し、ウィークデイにはお見えい

ただけない方がお出でいただいた。

—立花隆氏講演要旨—巻末



—感想— アンケートより

① がんに対する見方が変わった。今後どう対処
したらよいかを考える大きなヒントが得られ
たように思う。

② 生あるものはみながん細胞を担っているとい
うお話は以前 TV で見ましたが 今日のお話
はよく解りました。現在主人が闘病中で 私
は介護している状態です。ためになるお話を
有難うございました。今度の介護に役に立つ
学びでした。頑張ります。

③ 全般に難しいと思いました。とても1回くら
いでは理解できるものではありません。ただ
「がん」と「死に向かう」ことへの関心は考
えさせられます。自分のみの上になった時に
初めて 今日講演が感得できると思いま
した。

<ピアサポーター研修入門>



ピアサポーター入門研修を受講して

平成 26 年 9 月 15 日ピアサポーター入門研修を受講しました。

今回は医療ソーシャルワーカーである三浦恵美子さん、斎藤健司さん、松井久典さんからガン患者とその家族への支援について、その心構えや接し方について学びました。良い例と悪い例の動画を用いて具体的に教えていただきました。その内容は話し方や目線にとどまらず、話しやすい椅子の配置や部屋のレイアウトに至るまで細かい配慮があることを知りました。

私の勝手な解釈は、ちょっと専門知識をもった傾聴ボランティアといった感じでしょうか？立ち位置はあくまでも一般市民であり、医療行為についてはコメントしない、会話の内容は口外しないというものです。

私は実父にガンが見つかったからも仕事や育児に追われていて、特に何も支援らしきことはできていません。父は無口な性格で家族に弱音を吐くのを嫌うので、娘よりもむしろ家族以外の第三者(それこそピアサポーターの皆さん)に話し相手になっていただくのがいいのかもしれません。

それから、短い時間ではありましたが昼休憩の時間に参加者同士が仲良くなって、ガン患者さんやご家族の方から「黙って寄り添うだけのサポートがある」というのも教えてもらいました。これは大阪のオバちゃんお得意の「お菓子配り」というコミュニケーション技法を使って初対面の方々と、あたかも既知の関係であるかのように仲良くなる方法です。今回はそれがたいへん有用でした。

(佐々原 友子)

尚、11月24日(祝)には、基礎知識編の講座を行います。ピアサポーターとして知っておくと良い医学的知識やその他のさまざまな情報について学びます。

<吹田みんなの健康展に参加>



9月6日(土)7日(日)メイシアターにて今年の来場者は昨年に比べて多かったようです。特に当市民塾では10月19日の立花隆氏の講演のチラシ(343枚)をはじめ、市民塾の顔として新しくできたリーフレット、そして国立がん研究センター作成の「もしも、がんと言われたら」と「科学的根拠にも基づく、がん予防」の資料を来場の皆様に手渡ししました。

昨年もそうでしたが、ブースで話をされる方は、いろんな立場の方で、患者さん本人であったり、家族であったりと抱えた悩みや、苦しみをどうしたら良いのかわからず思い悩んでいる方も多くみられました。その一方で、相談に来られる方は、何でもよくご存知です。

年々、当市民塾の認知度も高まり組織も機動力のある、そして行政と病院関係の医療に携わっている方々との繋がりもどんどん増えています。

我々の会には「夢」があります「がんになっても安心して暮らせる吹田の街づくりを」をキャッチフレーズに、市民の皆さんが吹田がん情報コーナーで気楽に話ができるようにしたい、また、それに応えられるだけのスキルを磨きたい、そのために現在開催中のピアサポーター研修に会員の皆さんと積極的に参加したいと思っています。

(中山 裕夫)

＜吹田がん情報コーナー＞

開設途中報告



吹田市役所ロビーで「吹田がん情報コーナー」を開設して5か月が経ちました。

このほど、ご協力いただいている吹田市役所と市立吹田市民病院へコーナーの状況などの途中経過を報告いたしました。その報告書から抜粋してまとめました。

活動期間：2014年5月～9月 相談日10日間（各月2回、木曜日午後1時から4時）
 相談件数：延べ24件（一日平均2.4件）
 相談者性別：男性 8件、女性 16件
 相談者年齢：20から30歳代2件、40から50歳代7件、60から70歳代15件

相談者との関係 (件)

| | | | | | |
|------|----|------|---|----|---|
| 患者本人 | 13 | 子 | 3 | 親 | 1 |
| 配偶者 | 4 | 兄弟姉妹 | 2 | 知人 | 1 |

相談内容 (件)

| | | | | | |
|--------|---|--------|---|-----------|----|
| 療養上の悩み | 7 | 治療内容 | 2 | 医療従事者との関係 | 1 |
| 緩和ケア | 3 | 精神的な悩み | 2 | その他 | 11 |
| 経済的な不安 | 3 | 副作用 | 1 | | |

相談歴 初回 23件 2回目 1件

動機 (件)

| | | | |
|----------------|----|-------|---|
| 市役所に来て たまたま | 16 | 人に聞いて | 1 |
| 市報を見て | 4 | その他 | 3 |

問題点や評価など

何といても相談者が少ないことがあり、まだまだ広報が必要です。

市報には今後も3か月に1回、掲載予定です。ホームページ・ブログにも写真を入れて見やすく、タイムリーな話題を載せるようにしています。新しく作成されたリーフレットを市民病院や済生会吹田病院（これらの病院はがん拠点病院）近隣の薬局に置いて頂いたり、そのほかの行事など機会があるごとに配布に努めたいと思います。

相談に来られた方からは、「話を聞いてもらって、落ち着きました」「相談に乗ってもらって、気分が明るくなりました」「長い間、悩んだり迷ったりしながら、色々な医療機関を随分歩いたが、情報を教えてもらって、一挙に解決しました」などの声が寄せられ、一緒に活動をしたいと入会された方もいます。

相談を受ける担当者も、相談を受けることの対応の仕方や知識不足で不安もあります。ピアサポートの研修も継続されていますが、今後は情報コーナーでの経験を事例として皆で振り返り、勉強を重ねていきたいと思います。

また会員の皆さんも毎回でなくても参加可能なので、ぜひ市役所のロビーを覗いてみてください。

(益田由紀恵)

淀川キリスト教病院 ホスピス

・こどもホスピス病院 勉強会を終えて

さる9月22日（月）、淀川キリスト教病院ホスピス・こどもホスピス病院を訪問しました。

午後1時前に病院一階ロビーに市民塾メンバー17名が集合し、勉強会が始まりました。

参加者の感想

池永副院長自らのご丁寧な案内を頂き塾生は大いに感激。施設の内容に目を見張るとともに、利用者さんの「リクエスト食」への配慮に、ケアの本質を見せて頂きました。（吉田 昭）

新しく出来た淀川キリスト教病院 ホスピス・こどもホスピス病院は、普通の市民が持つホスピスのイメージを打ち破った感覚のところでした。いろいろな人生を送ってきた私たちがどんな形で最期を迎えるのか誰しも心にあると思います。何も言わなかったら思いが伝わらないこともあると思っている中の研修でした。1週間に1度の「リクエスト食」。食べるということを通して一人ずつにある人生を大切に、もう一度食べてみたい、誰かと一緒に食べたい・・・そんなことを叶える取り組みに感動しました。(半崎智恵美)



屋上ガーデン



こどもホスピス

報告

- ①日本ホスピス・在宅ケア研究会第22回神戸大会 (7月12～13日) 神戸ポートピアホテル
 ポスターセッションに参加：テーマ「がんになっても 安心して暮らせる街づくり」
 毎年、各地回り持ちの大会。会員でもあり、9年前から参加。(小澤) (参加3名)

- ②千里ペインクリニック10周年祝賀会
 (7月19日) 千里ペインクリニック・アマニカス
 市民塾スタート前に初めてお会いした医師・松永美佳子院長。スタートを励まし、支援してくださいました。公開講座に、院長が2回、看護師長が1回、患者会が1回、来てくださいました。
 (参加1名)

- ③ 第65回成人病予防協会 公開講座
 (9月9日) 府立成人病センター
 テーマ「ここまで進歩した肺がんの診断と治療」
 (参加4名)

- ④ 第15回関西がんチーム医療研究会
 (9月13日) 追手門学院大学大阪城スクエア
 テーマ「地域に密着したチーム医療」
 発表(小澤)：「がんになっても 安心して暮らせる街づくり」～市民グループのチャレンジ～

- ⑤ 大阪がん患者団体協議会公開シンポジウム
 (9月21日) 府立成人病センター
 テーマ：「もっと知ってほしい！ 患者のこと、ピアサポーターのこと」
 当市民塾が加盟している協議会。基調講演は、当市民塾のピアサポーター養成研修(6月)に、コメンテーターとしてボランティア出演して下さった、兵庫医大医学部附属病院社会福祉学准教授 大松重宏氏
 (参加4名)

- ⑥ 大阪介護支援専門員協会 豊能・三島ブロック合同研修会 (9月23日) メイシアター
 テーマ：「スピリチュアルペインとケア～生と死どちらにも存在する私」
 講師：上智大学グリーンケア研究所研究員 大河内 大博氏
 難しいスピリチュアルペインの話を、理論と実例とでお話しいただきました。僧侶。(参加2名)



お知らせ

新リーフレット配布中

必要な方
お申し出ください



吹田がん情報コーナー

いずれも 13:00～16:00

吹田市役所ロビーにて

12月4日、18日(木)

1月8日、22日(木)

2月5日、19日(木)

3月5日、19日(木)

患者・家族会

ひまわりの会 (遺族会)

いずれも 13:30～15:30 デュオ

12月6日(土)

1月10日(土)

2月14日(土)

定例会

いずれも 13:30～15:30 デュオ

12月13日(土)

1月31日(土)

2月28日(土)

吹田ホスピス市民塾

HP <http://suita-hosupisu.jimdo.com/>

ブログ http://blog.goo.ne.jp/mangopurin_2013

公開講座

いずれも 14:00～16:00

12月20日(土) シンポジウム

「がんになったら…」

あなたは どうしますか？」

講師：大阪大学附属病院 三浦恵美子氏
(社会福祉士)

独) 吹田市民病院 斎藤健治氏
(社会福祉士)

司会：済生会千里病院 松井久典氏
(社会福祉士)

1月17日(土)

「がんと言われたら…」

あなたは どうしますか？」

講師：済生会吹田病院 是澤宏美氏
緩和ケア認定看護師

その他

訃報：黒田 裕子さんを悼み、感謝

9月24日、肝臓がんで逝去。日本ホスピス・在宅ケア研究会事務局長として、市民塾発足以来、ご指導を頂いてきました。「患者・家族会」を立ち上げるとき、心配があつて役員3人で相談させてもらいました。ご多忙の中を用事の合間を縫って、三宮の喫茶店で1時間ばかり。

黒田さんの意見はハッキリしていました。「やっでごらんさい。良い事です。何事もやらなきゃ分からないです」でした。これが意思決定のキーでした。発案者の北園さん(会員・昨年2月逝去)とともに、「患者・家族会の生みの母」です。

7月の神戸大会では、いつもと同じように、忙しく動かれていました。8月に体調が悪化し、故郷の島根県の緩和ケア病棟に入られたと聞いていましたが…。

謹んで、ご冥福をお祈りいたします。(小澤)

☆いろいろな企画があります。会員の皆様のご参加やご意見お待ちしております。

☆会員を随時募集しています。

「がんとどう向き合うか」ー立花隆氏講演要旨ー

- すべての人ががん遺伝子を持っている。

60兆個の細胞は、生きては死ぬ…を繰り返しているが、その中で「死なない細胞」が発現して、どんどん大きくなっていき、10cm、1kg位になると、人は死んでいく。
厄介なことに、直径1cm、1gの大きさまでは検査をしても分からない。それに、細胞は倍々で増加していく。こうして、がんの一生のほとんどが、目に見えない。
- がんは治療後5年たつと、再発しないとみなされるが、完全に治ったわけではない。乳がんや膀胱がんがそう。
- 高齢者に多く、40歳未満の人には少ない。
- 近藤誠氏が「放置療法」を唱え、「検診は無意味」と言っているが、私の場合は「ドックで発見」、そのおかげで生きている。「放置療法」の根拠に、がんには「がんもどき」もあるというが、事前にその見分け方については答えがない。信頼できない。
- がんについては、医学界がよく分かっていないから、どうしてよいか分からない。
- 自分ががんになったのを機に、研究し始め、NHKスペシャルを4回やった。

その結果分かったことは、「人間はがんから逃れることはできない」ということだった。そして、生きる上でがん細胞は必要なものということ。
- 戸塚洋二教授（大腸がんで死亡）：自分で克明にデータを取った。そして、死の恐怖を克服するためには、「心に死の考えが浮かんだら、他の事を強制的に考えることにした」という。

万物は、永遠に続くものではない。人も必ず死が訪れる。10年、20年の差・・・この間に、どうしても生きていなければならないような変化はない。
- 筑紫哲也さん（がんで死亡）：「残日録」というメモをたくさん残した。彼は、緩和ケアを拒否したから、最後は非常に辛い思いをしたようだ。

メモの最後に、「黄金ワラだらけ」という文字がある。医師から見放された時には、何かないかと探して、まっとうでない医療の世界に行ってしまう。これはめちゃくちゃお金がかかる。
- 人は必ず死ぬものだから、自分の死をどう受け止めるか・・・。そして、最後はモルヒネによる緩和医療を。欧米に比べて、日本の使用量は格段に少ない。
- 知人の若い男性が、今年、骨肉腫の診断を受け、生存率1%、余命2、3年と言われている。抗がん剤で大変な苦しみを味わい、ブログで、「首を括って死にたい」と漏らしている。

欧米では安楽死を選べる国がある（アメリカでもオレゴン州など）。
がんでハッピーな最期を迎える人もいるが、こうした苦しみを味わう人もいる。
- がんそのものが分からない。いま、全世界が共同で、がんのゲノムを読み取ろうと研究を進めているが、がん自体が変化していく性質があるので、なかなか追い詰められない。まだ当分は、もどかしい時代が続くだろう。

(文責：小澤)