

ひろば

吹田ホスピス市民塾会報誌

Vol.22

第22号 2017年2月18日発行

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

URL：suita-hosupisu.jimdo.com

2016年度総会のお知らせ

日時 平成29年3月18日(土) 14:00~16:00

場所 吹田市男女共同参画センター(デュオ)

- 議題**
- ① 2016年度活動報告
 - ② 2016年度会計報告及び監査報告
 - ③ 会則の変更
 - ④ 2017年度活動計画
 - ⑤ 2017年度予算
 - ⑥ 2017年度役員改選
 - ⑦ その他

年1回の総会です。以上の議題について話し合い、決めていきます。

この1年間の活動を振り返り、これからの1年間の方向を決めていく大切な総会です。ご多忙かと思いますが、万障繰り合わせの上、是非ご出席くださるようご案内申し上げます。

なお終了後、茶話会で皆さんの懇談を予定していますので、自由にご発言を頂けます。

総会終了後、懇親会を行います！

3月18日(土) 16時45分~18時45分

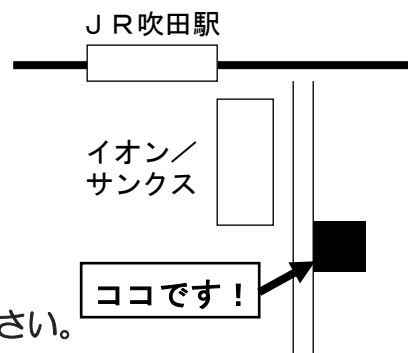
場所：居酒屋おはこ 吹田市昭和町 10-20

会費：¥2000 前後(ソフトドリンク付)

参加希望者は3月3日までに

吉田(090-7557-5387 akira@3.zaq.jp)まで

日々ゆっくり話せない会員のみなさま、是非ご参加ください。





新しい年を迎えるに当たっての決意

会長 小澤 和夫

あけましておめでとうございます。皆さまの一層のご多幸をお祈り申し上げます。
今年も宜しくご支援のほどお願い致します。

詳細は 3 月 18 日の総会で申し上げる事として、新年に当たっての決意を聞いて頂けると嬉しいです。

昨年の大きな気付き ——

- ① 長尾講演会 (10 月 20 日、皆さまのご協力有難うございました) で 70% の方から頂いた「終末期医療」「がん医療」アンケート。皆さまの率直なお声を頂いたこと、その中から多くの気付きをさせて頂いたこと、大きな励ましを頂いたことが大変嬉しく、今後一層の活動の充実を決意しました。
- ② がん患者・ご家族との相談場所 3 箇所 (吹田がん患者・家族会、吹田がん情報コーナー、がんサポートカフェ) で、切実な、大きなお悩みの相談を頂くにつけ、「がんになっても安心して暮らせる吹田の街づくり」の早急な完成が必要であること。

今年への決意 ——

- ① 「吹田在宅ケアネット」が昨年 9 月に会員組織となり、医療者約 100 名の参加を頂きました。早急に各職種のレベルアップと均てん化 (平均化) を図って、「がんになっても安心して暮らせる吹田の街づくり」に近づけたいと願います。
- ② がん患者・ご家族の、多くの、大きなお悩みのご相談に対応できる強い体制を作っていくたい。そのためには、更に多くの相談コーナーを設置し、対応するピアサポーターが必要になります。新年度もピアサポーター研修を企画したいと思っていますので、ご参加をお待ちしています。

私事で恐縮ですが：昨年末、82 歳となりました。お陰さまで心身ともに「まあ。まあ」ですが、いつ「天国？」に召されてもおかしくない年齢です。どんな場合でも、これまで皆さまと一緒に努力してきたこの「市民塾」をさらに発展できるような体制づくりを急ぎたいと考えています。是非これからの活動に参画頂けるようお願い致します。まずは月例会に参加を、そして「ひろば」やホームページでご案内の行事などに気楽にご参加を。

以上

H28 年度公開講座「がん患者さんは人生の最終段階をどこで過ごすか？」

<病院・施設・在宅編> に参加して

1 月 21 日、市立豊中病院の緩和ケアセンター専従医の佐々原友子先生の講演を拝聴しました。9 月の阿部恵子先生の同テーマのホスピス編を受けて、残りの選択技である病院・施設・在宅編の講座でした。

病院については急性期病院であれ緩和ケア病院であれ、日数面・条件面など様々な制限があり、そう長い期間お世話になることは難しそうです。

介護施設については介護保険で決められた施設である「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「介護療養型医療施設」「グループホーム」「小規模多機能」「介護小規模多機能」と様々な形態があり、この他にも「有料老人ホーム」最近よく耳にする「サービス付き高齢者住宅」等々枚挙にいとまがありません。いずれの施設も一長一短あり元気なうちに自分で訪問し細かい点についても確認しておくことが肝要であると言わざるを得ません。

有料老人ホームやサービス付き高齢者住宅の中には体験宿泊できる施設もあり、食事、入浴回数、介助の有無、外出・通院の支援などの確認は充分にしておいた方がよさそうです。

最後の選択技である在宅については、長年住み慣れたよく事情のわかっている場所であり、しかも一番安く暮らせそうです。ただこの場合、介護保険を申請して在宅サービスを利用して自宅での生活を継続することになりますが信頼おける在宅医の存在が欠かせません。

施設訪問の実体験があってより現実的な情報がもたらされたことは私達にとってラッキーだったと思います。机上の空論ではなく切実な思いを感じられたことに感謝します。

最後に会員の皆さまに数少ない公開講座ですが「吹田ホスピス市民塾」での有意義な時間にこれからも万障繰り合わせてご参集願いますようよろしく申し上げます (吉田)

長尾講演会アンケート結果

がん医療アンケート

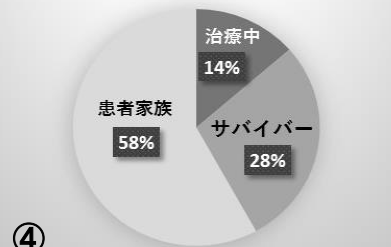
- ①がん診療拠点病院（阪大病院、吹田市民病院、済生会（吹田・千里））にがん相談支援センターがあって、がん患者・家族が相談できることを
- ②がん予防について
- ③早期発見・早期治療のために

質問	選択項目	～64歳	65歳～	75歳～	計	不明	合計
①拠点病院	知っている	36	37	20	93	5	98
	知らない	25	38	14	77	5	82
②がん予防	心掛けている	42	54	26	122	8	130
	関心がない	5	2	1	8		8
	分からない	14	18	5	37	2	39
③早期発見・早期治療	心がけている	39	50	22	111	7	118
	心がけていない	15	15	5	35	1	36
	分からない	6	7	2	15	1	16

- ④がん患者さん（ご経験の方も）・ご家族の皆さまにあなたは：

		～64歳	65歳～	75歳～	計
治療中	男	1	1		2
	女	3	4	2	9
	計	4	5	2	11
サバイバー	男	1	5	2	8
	女	1	11	3	15
	計	2	16	5	23
家族	男	5	3	1	9
	女	11	20	7	38
	計	16	23	8	47
計	男	7	9	3	19

参加者のうちがん患者・家族の内訳



④

アンケート回答者のうち 45%が、がん患者または家族

拠点病院でがん相談ができることを知っていますか



①

がん予防について



②

早期発見・早期治療



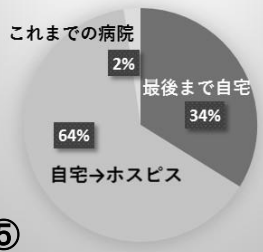
③

終末期アンケート

- ⑤もしあなたが末期のがんにかかり、余命が限られているとしたら、どのような療養生活を送りたいですか。
- ～自宅での療養を希望される場合、実現は可能だと思いますか。

末期を過ごす場所		実現可能	実現困難	分からない	計
① 最期まで自宅	男	5	5	1	11
	女	13	9	11	33
	計	18	14	12	44
② 自宅 ⇒これまでの病院	男	4	3		7
	女	2	3	2	7
	計	6	6	2	14
③ 自宅 ⇒ホスピス	男	3	4	1	8
	女	21	33	21	75
	計	24	37	22	83
④ 早い段階から これまでの病院	男	1	1		2
	女		2	1	3

終末期を過ごす場所

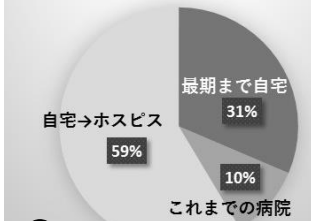


⑤

- ⑥もしあなたのご家族が末期のがんにかかり、余命が限られているとしたら、どのような療養生活を送らせたいですか。

家族への希望		①最期まで自宅	②自宅⇒ これまでの病院	③自宅⇒ ホスピス	④早い段階から これまでの病院	⑤早い段階から ホスピス	⑥分からない	計
自身の希望	①最期まで自宅	6	3	1				11
	女	24	5	2				33
	計	30	8	3				44
②自宅⇒ これまでの病院	男	1	6					7
	女	1	3	3				7
	計	2	9	3				14
③自宅⇒ ホスピス	男	1		7				8
	女	7	5	51	1	2		74
	計	8	5	58	1	2		82

家族が終末期を過ごす場所について



⑥

FFJCP 2017 報告

2017.1.28-29 東京・秋葉原で第3回日本がん患者フォーラム (FFJCP Forum for Japan Cancer Patient) があり今年度のテーマは「患者中心医療を考える」でした。

今年度は①医療のしくみを考える ②パートナーシップを考える を話し合い今回の発表でした。吹田ホスピス市民塾からは2名参加しポスターで吹田ホスピス市民塾の活動を発表しました。



全国の患者会は様々な取り組みをしており、一例を挙げると、がんの学校教育、行政へのがん対策の働きかけ、がん情報提供のしくみ作り、新薬開発の研究への協力、がん検診の啓発などがありました。患者・家族に対するサポートと共に、広く社会に働きかける活動をしている団体がたくさんあり大変刺激を受けました。

参加した56団体の中から参加者投票で3組のベストポスター賞が選ばれたのですが、なんと今年は我が「吹田ホスピス市民塾」がベストポスター賞に選んでいただき表彰状をいただきました。

全国から集まった患者会の皆さんと熱い議論を交わし、あっと言う間の二日間でしたが、皆さんから元気と勇気をいただいて帰路につきました。(佐々原・半崎)



会員の声

「患者会に参加して」

12月24日クリスマス・イブの日に患者会に参加しました。年末ということもあってか参加者は私も含めて7名で、少なめの印象でした。

初めての方は、1名いらっしゃいました。お一人ずつご自分のことを話されます。皆さんそれぞれ話の内容が全く違い、がんに関する悩み、問題の深さを実感しました。そして当然のことかも知れませんが、よく勉強していらっしゃいます。新しい治療に対する期待、情報の大切さがよくわかりました。現在は良くも悪くも情報が氾濫しています。その中から正しくて、自分にあった情報を手に入れることは本当に難しいことだと思います。

最後に、改めてこの患者会のユニークさを感じました。がんの種類はバラバラの方が集まります。患者さん及びそのご家族、ご遺族、医療者などなど立場も違います。ご自分の経験をもとにしてアドバイスではなく、寄り添うようにお話をされます。

大事なことは「理解してもらえる」という安心感にあるのではないかと思います。私自身も今までわかっていなかったことを新たに知ることができ、気づきを得られた1日でした。

(田内)


 会員の声

＜入会のご挨拶＞

この度、入会させていただきました、高槻市在住の山田 格（ただし）と申します。
どうぞよろしく、お願いいたします。

昨年から、ピアサーポーター研修に3回ほど参加させていただいて、具体的な事例について、小澤会長をはじめリーダーの皆さん方を中心に、参加者の全員の皆さんと一緒に、色々と意見交換をしながら勉強をさせていただきました。その中で、多くの方ががんで苦しんでおられ、また色々なケースがあることや、有益な情報を知ること、より良い生活をしていただく可能性が広がるのではないかと感じました。そして、苦しんでおられる方のお気持ちをお伺いして、少しでも何かお役に立てればありがたいとも思いました。

一方で、思いはあっても、現実にはどうすればよいのか全くわかりませんし、なかなか難しいことではないとも感じました。そうしたことから、今後も、会の研修などに参加して、もっとよく勉強させていただければと思い、入会させていただきました。

私とがんとのかかわりについてお話をさせていただきますと、10年近く前に義理の母のがんと診断されたことがきっかけになります。

ある時、口の中にできものができて病院で診てもらったところ、がんと診断で手術をいたしました。その後、肺にも転移して治療を続けていました。何とか元気になってほしいと思い、一緒に食事や栄養に気をつけて、散歩などの運動をするのを応援しました。また、月2回、神戸のラジウム温泉に親子夫婦4人で一緒に出かけて、体を温めてゆっくりくつろいだり、食事をして楽しいおしゃべりをしたりして、ともに楽しく過ごすようにしました。

ある年、暑い夏だったと思いますが、お母さんが申し訳ないと思われたのか、温泉や散歩を少し休んで、ゆっくりしたいとおっしゃったので、お気持ちを汲むことにいたしました。その秋には、脳にがんがあることがわかり、ガンナイフなど色々治療もしていただきましたが、残念ながら、翌年の春にお浄土へ旅立たれました。

思い起こしてみますと、お母さんは、常に病気への大きな苦しみや不安を持っていたと思いますが、あまり外には出されなかったので、もう少し、寄り添ってお話を聞くことができればよかったと感じています。療養中の付き添いやお世話は、妻が献身的に頑張っていました。お世話をする家族にも相当苦労があることも実感いたしました。しかし、一緒に温泉にも行ったりして、辛い中でも、より良く過ごすことができたのは良かったとも感じております。

今後、できるだけ会の研修に参加して、もっとよく勉強をさせていただき、いずれは、がんで苦勞されている患者さんのお話をお伺いさせていただくことができるようになればと思っております。

最近、年のせいか物忘れが頻繁になってきており、色々ご迷惑をおかけすると思っておりますが、どうぞよろしくお願いいたします。

これからの予定

デュオ祭

2月26日(日)

相談コーナー：10:00～16:00

活動発表：13:15～13:45

吹田在宅ケアネット総会

3月11日(土)14時～

メーシアター集会室

「まちづくり市民塾連絡会」展示会

3月27(月)～31(金)

千里ニュータウンプラザ2F

ボランティアフェスティバル

5月28日(日)

市役所駐車場

定期開催のお知らせ 何れも申込み不要・無料

定例会

男女共同参画センター デュオにて
 3月 18日(総会 14:00~16:00)
 4月 8日
 5月 13日
 いずれも土曜日 13:30 ~15:30
 — どなたでもご自由にご参加下さい

患者・家族会 ひまわりの会(遺族会)

男女共同参画センター デュオにて
 (会場は別にとっています)
 3月 25日
 4月 15日
 5月 27日
 いずれも土曜日 13:30 ~15:30
 — 突然のがんの告知でどうしていいかわからない方、現在治療中だけど生活の不安をどこへ話したらいいかわからない、家族のがんで悩んでいる方、一人で悩まずお話ししてみませんか?

吹田がん情報コーナー

吹田市役所ロビーにて
 3月 2日、16日
 4月 日、日
 5月 日、日
 いずれも木曜日 13:00~16:00
 — がん患者さん、ご家族及び一般市民の皆さんに、がんに関するいろいろな情報をお伝えしています

後援：吹田市民病院

がんサポートカフェ

栄えるカフェ in すいたにて
 (ファミリーマート 吹田栄通り商店会店)
 3月 17日
 4月 21日
 5月 19日
 6月 16日
 いずれも金曜日 14:00~16:00
 — がん患者さん及びご家族と、それをサポートする方々が集う交流の場です。
 お気軽にご参加ください。

編集後記

本年度もあとわずかとなりました。年々活動が活発になり、来年度は更に飛躍の年になりそうです。会員の皆様の一層のお力添えをよろしくお願いいたします。

会員の皆様へ～お誘いとお願い

会員の皆様のご参加をお待ちしております。
 ご意見・ご希望もお聞かせ頂き、ご協力ください。
 ★掲載可能な“みなさまの体験記”を募集しています
 ★会報誌の印刷、発送のお手伝いできる方、ご連絡下さい。
 会員を随時募集しています

リーフレットのご入用の方は役員までお知らせください。
 薬局などにも置かせていただいております。



— がんになっても安心できる吹田のまちづくりを —

吹田ホスピス市民塾

H P <http://suta-hosupisu.jimdo.com>

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

