



今年度を振り返り—来年度に向けて

市原 美幸



今年度の終わりにあたって一年を振り返ってみます。

患者会

5月21日の総会からはじまり、本会の柱となりつつある患者会は11回開催することができ、延べ103人の方の参加をいただきました。

幾度か参加されることで、顔見知りになり、励まし、そして支え合い、初めて参加される方も自然に溶け合い、皆さん笑顔で会場を後にされます。

講演会

年2回の講演会では、5月に多摩総合医療センター・がん看護専門看護師の、畦地 和代さんより“診断期から終末期までの患者や家族の支え方”について。

12月は保坂サイコオンコロジー・クリニック 聖路加国際病院診療教育アドバイザーの保坂 隆氏より、“患者や家族がどうやってがんと向き合い、乗り越えていけばよいのか！？”というテーマで、どちらも締めくくりは“どう生きるか？”という指針を示していただいた素晴らしい内容でした。

2回の講演会で一般の方も含め121名の参加がありました。

明けて1月21日には、市民と介護を考えるグループ「オリーブの木」との共催により順天堂大学医学部教授で、「がん哲学外来」をなさっている樋野興夫先生の講演会を開催しました。

協働活動

恒例行事となった6月のあんず祭り、11月のつながりフェスタ市民協働まつりに加えて、新たな活動として、10月に“ピンクリボン in 東京府中市2017”のイベントに参加し、会の紹介と共に、他団体との協働により幅広いつながりを持つことができました。

また施設見学では、8月に野村病院の緩和ケア病棟に伺い、会報で詳しく紹介させていただきました。

来年度に向けては、これまでの活動をさらに充実させていくと共に、新しいメンバーや運営ボランティアの参加を募り、基盤を構築してまいります。

また、府中市ホームページ内の“がん対策”の内容を充実したものにしていける為府中市とのつながりを強化して、府中市民のがん相談の受け皿となれるよう取り組んでまいります。

府中がんケアを考える会では、がんの予防からあらゆる場面でのがんケアについて共に知識を深め、多くの方々にがんについて関心を持ってほしい、と願いつつ活動をしています。

市民と介護を考えるカフェ「オリーブの木」

「がんと共に生きる～あなたにとって一番大切なことは？～」

オリーブの木と共催

2018年1月21日 聖マルコ教会

市民と介護を考えるグループ「オリーブの木」との共催で開催されました。
双方の会員、40名余りが参加されました。



樋野興夫先生
順天堂大学医学部病理・腫瘍学教授
2008年「がん哲学外来」を開設

1) 基調講演 樋野興夫先生

先生が各地で開催されている「がんカフェ」の様子を案内チラシで紹介されながらお話をなさいました。

2) パネルディスカッション

当会役員・小島さん 患者会ではマイナス×マイナスはプラスになって元気になります、と力強く発言されました。

小林さん 20代でがんを発症し、30代でも新たながんになり患しながら、社団法人 CAN net を設立。病気になってもいい社会を作る！ということを目指して活躍中です。

樋野先生 「がんを気にするな」という考え方を話されましたが、まさしくサバイバーのお二人の生き方が「気にするな」の実践だと感じました。

3) グループワーク「あなたにとって一番大切なことは？」

遠方から参加されたサバイバーの方たちもいて、熱心で活発な意見交換がありました。

患者会より

今年も1～3月に患者会を開催することができました。毎回10～12名の患者さん、ご家族が参加されています。昨年からは患者会の在り方を見直し、女性特有のがん、初参加の方などいくつかの基準でまとめ、会を進めるなど試行錯誤をしています。参加者の皆さんにとって何を知りたいのか、何を話したいのかは重要な問題です。その前提として、「この場は私にとって居やすいところ」と思っただけのことを心がけています。

会場も3月のみプラッツにしてみました。多少の費用は掛かりますがより参加しやすい、ということであれば継続しての使用も考えています。今後も患者会へのご支援をお願いします。

書評「がんのひみつ」を読んで

駒ヶ嶺 泰秀

いま私の手元に朝日出版の「がんのひみつ」という小さな本があります。

著者は中川恵一さんというお医者さん。数年前、毎日新聞に週一回コラムを連載したことがありました。書店でこの本を見て迷わず買い、その日のうちに読み切った本でした。

改めてこの本に目を通しましたら、ぜひ多くの人に知ってほしいと思う文章に出会いましたのでここに紹介します。

前置きとして「日本人にとって『がんを知る』ことは今とても大切です。とくに『死なないうつもり』の人が多い日本人にとって『がんになる前にがんを知る』ことは正しい医療を受ける基本になります。

「がんになってからでは、平常心で戦略を立てることができません。私は義務教育(少なくとも中学校)で性教育と一緒にがん教育をすべきだと考えています。二人に一人の国民病なのですから。」として12の「知っておくべきこと」を挙げられています。



- 1、がんは一種の老化
- 2、日本は世界一の長寿国 = 世界一のがん大国
- 3、欧米ではがんで死ぬ人の数は減っているが、日本では増えている。
- 4、がんはどの臓器からできるかによって治療手段も治癒率も違う。
- 5、がん治療の三つの柱は手術、放射線、抗がん剤治療。
- 6、がんの完治には手術か放射線が柱になる。
- 7、日本では胃がんのイメージがあり、がん治療 = 手術となっている。
- 8、がんの種類が胃がん、子宮頸がん、肝臓がんなどの感染症型から肺がん、乳がん、前立腺がんなどの欧米型にシフト(変化)している。
- 9、欧米型のがんでは手術以外に放射性治療、抗がん剤も大事。
- 10、転移したがんの治療は難しい。
- 11、治療とケアのバランスが大事。
- 12、痛みをとったほうが長生きする。

「がんになる確率を下げる12か条」というものもあります。

- | | |
|-------------------|----------------|
| 1、バランスよく栄養を取る | 7、塩分と熱いものは控えめに |
| 2、毎日変化のある食生活を | 8、焦げた部分は控えめに |
| 3、食べ過ぎを避け脂肪は控えめに | 9、カビの生えたものには注意 |
| 4、おいしい酒はほどほどに | 10、日焼けは控えめに |
| 5、タバコは吸わない | 11、適度に運動を |
| 6、ビタミンと繊維質のある食べ物を | 12、体を清潔に |

府中にはがんケアを考える会があり、いろいろな活動をし、情報を発信しているということを多くの人に知ってもらいたいと思っています。

今後のスケジュール

- 4月22日 午後1時30分 患者会(中央文化センター・予定)
 6月 3日 午前10時 あんずまつり(紅葉ヶ丘第2地域公園)
 6月24日 午後1時30分 患者会(中央文化センター・予定)

第17回定期総会のお知らせ

5月20日 プラッツ第2会議室(ル・シーニュ6階)

午後1時30分開会
 午後1時30分～3時 講演会
 午後3時10分～4時 定期総会
 午後4時20分～ 懇親会(会費2,000円)

講演(府中市後援)
 参加費 500円(会員は無料)



講師 勝俣 範之先生

日本医科大学武蔵小杉病院 腫瘍内科教授・部長

外来化学療法室 室長

NHK 総合「総合診療医 ドクターG」に出演

テーマ がん診療の誤解を解く～知ってほしいがんの正しい知識～

戸田 伸一さんを悼む

役員を5年にわたり引き受けてくださった戸田さんが2月25日逝去なさいました。享年81歳。
 ご自身2011年に喉頭がんが判明、手術。14年に再発し全摘手術をお受けになりました。この間、奥様もがんで闘病中でしたが14年にお亡くなりになりました。器具を使いながらの発声しかできず、いつももどかしさをお感じながらも会の活動や、また政治、宗教についてお話をされました。

長い会社経営の経験から「ホスピスをいかに設立し、運営していくか」を精緻にお話されていたのが印象的です。資金調達から運営まで戸田さんに学びたいことはたくさんありました。

最期の一年は病院でご家族に囲まれての闘病であったとお伺いしています。

心よりご冥福をお祈りします。

武智 一雄

編集後記

2号続けて訃報を掲載しなければなりません。私たちにとってとても悲しいことです。

寒かった冬もようやく終わりました。でも周りにはがん患者が増え続けています。まだ踏ん張らねば、と感じます。

武智

発行 府中がんケアを考える会・会報編集部

連絡先 183-0004 東京都府中市紅葉丘3-33-4 駒ヶ嶺 泰秀 電話・FAX
 042-302-2607

Mail: ktakechi@fuchugancare.org (武智)