



来年に向けて



今年は例年になく秋が長い、と報じられています。

会員の皆様お変わりはありませんか。例年に比べ遅かった紅葉の季節も終わり、府中の街もすっかり冬支度となりました。

今年も残すところ数日となり、お急がしい日々かと存じます。

会は今年度前半通信、患者会、見学会など活動を重ねてきました。しかし「緩和ケア施設の建設」に向けての作業はその端緒に立つことにも至っていません。

先日来役員会ではこの件について議論し、少人数の作業グループを立ち上げることにしました。

施設の具体的なあり方、土地、資金問題、人事など困難な事項は多くありますが一つひとつ検討対象として議論していきたいと思っています。

作業の進行に伴い、逐次報告をさせていただきますが、役員会としては会員の皆様の参加、とくに上記事項に関する実務知識がおありの方のご協力をお願いしたいと思います。

11月5日 ホームページを開設 <http://fuchugancare.org/>

＜府中がんケア＞で検索、スマホ、携帯でもOK 友人・知人に宣伝してください！

漸く「府中がんケアを考える会」のホームページを立ち上げることが出来ました。

先日息子と会って食事をした際、コピーしたホームページをもらいました。翌日それを読んでいた時、保健所の方から電話が来ました。ホームページをご覧になった方から問合せがあり、「患者会に乳がんの人もいるのか、予約しないでも良いのか。」と言う質問だったそうです。早速役に立ちました。

ご注意 !! 腰痛とばかり思っていたら !!

Aさんは我慢すれば我慢できる程度の腰痛を持ちながら2～3年やや遠い勤務地に通っていたのだそうです。自動車通勤ですので長時間座席に座っているための痛みなのだろう、と考えていたそうです。

ところが行政の検診の折にがんであることが判明し、手術を受けたそうですが、すでにステージ3～4になっていたのです。(大腸がんのステージは0、I、II、IIIa、IIIb、IVに分けられる)

去年の秋、療養の甲斐なく48歳の若さで亡くなりました。

腰痛を軽く受け止め、検診を受けなかったため、悲しいことになったのです。

「医者にかかったことがない。」「医者は嫌いだ」と言っている人をよく見かけますが、そういう人が一番危ないと知るべきです。

つながりの種まきを



～第1回 府中市民協働まつり つなごりフェスタ～

2015年11月22日(日)、府中がんケアを考える会は「つなごりフェスタ」にブースを出しました。昨年までの「NPO ボランティアまつり」という催し物が、今年から「つなごりフェスタ」という名称になり、地域の課題を解決するという内容で展開されました。

私達「府中がんケアを考える会」も、まさしく「課題を解決すること」が目的であると実感しながら、1日を過ごしました。

展示ブースには、がん関連資料や会報、後援会や患者会のお知らせなどを揃えました。今回の会にあたり、新しい試みとして、パソコンでの情報提供が出来るように、プリンターを購入しました。



ブースに関心を持って立ち寄りられた方の数は、他のブースと同様で多いとは言えませんが、それでもお立ち寄りいただいた方への感謝は尽きないものです。

つなごりフェスタが企画した「ボランティア事始め」では、稲津さんと私(平松)が会の活動やがん検診などについて話しました。質疑応答の際、「府中にホスピスを作らないのですか?」との質問に対し、稲津さんから「市内の幾つかある総合病院に緩和ケア病床を求めてまいるますが、市民病院ではないので困難さがあります。会としては在宅療養での生活を支えていきたい」と会の現状を話しました。

この質問を受けて、私は複雑な心境になりました。会員全員と言っても過言ではない「府中にホスピスを!」という期待感が、時代の流れや資金難から遠のいている現実があります。

万が一、救世主が現れても、会員が望むようなホスピスになるかどうか判りません。

今、私達に与えられた役割は、理想的なホスピスを頭に描くよりも、稲津さんの話にもある通り、会員の力を合わせて、おひとりでも「がん」に悩む方に対して希望のある日常を取り戻していただくお手伝いをするこ



とだと思えます。

私たちの出来ることは限られていますが、会員のレベルアップのための勉強会や、入手出来る情報を揃えて準備をすることも必要です。

会の事業として、当事者やご家族に対し、気軽に立ち寄れる機会を設け、お仲間同士で忌たんのないおしゃべり会を楽しんでいただく雰囲気づくりや、会員がお話を伺うときには親身になって受け止め、必要ならば医療や介護の専門知識で精神的・身体的なご負担を少しでも軽くなるような対応をさせていただくという現在の会のあり方も悪くないかな…と、つなごりフェスタに参加して再認識しているところです。

平松

患者会の予定

1月31日(日)・2月28日(日) 午後1時30分～3時30分

ルミエール府中 第1会議室 文化センターなどにチラシを置いてあります。ご利用ください。

がんケア豆知識 第5回 「がん治療の動向」

訪問看護師 宮田乃有

がんの治療は年々進歩しており、高齢者に対しても手術など体に負担のかかる治療が行なわれるようになりました。一方、ある程度の年齢になると、手術を受けた人と受けなかった人の平均余命に違いが無いということもわかってきており、がんの治療効果には年齢的な限界があることもうかがえます。

今回はがんの積極的治療のなかでも、体への負担が少なく、比較的新しい治療法について簡単にご紹介します。

がんの積極的治療は、大きく分けて①手術、②放射線、③化学療法 があります。

①手術：体にかかる負担が比較的小さくなる方法に改良されています。

◆腹腔鏡下手術：創(傷)が小さく出血が少ないことも多いので、手術後の痛みが少なく回復が早いことが特徴です。医師には腹腔鏡下での手術の専門技術が求められます。

◆ロボット手術：ダヴィンチ・サージカルシステムというロボットを用いた手術で、日本では現在 183 台導入されています。'12 年から前立腺全摘術のみ保険適用となりました。

②放射線：患部に限局して放射線を照射する療法が開発されています。

◆定位放射線：腫瘍のみに放射線が集中的に照射する治療法です。ガンマナイフ、リニアックナイフ、サイバーナイフと呼ばれる機械やシステムがこれに含まれます。

◆重粒子線・陽子線治療：粒子線の特性を利用することで、病巣だけに効率よく線量を集中して照射できます。実費として 300 万円前後がかかり、先進医療の適用あります。日本には現在粒子線がん治療施設は 13 か所あり、治療施設数としては世界一です。

③化学療法：がん細胞にある分子(蛋白質)を標的とする、分子標的薬が進歩しています。

◆分子標的薬治療：分子標的薬は、がん細胞以外の細胞に悪影響を与えにくい特性があります。

商品名としてはハーセプチンが乳がんにも用いられており、アバスチンは大腸がん、肺がん、乳がん、腎がんなどで効果が認められています。

これらの治療が患者さんに適応可能かどうか、効果の見込みはどうか、といったことは、かなり個別性の高い問題です。主治医や看護師とよく相談して、できるだけ納得のいく選択をめざしましょう。

<参考文献>

・日本看護協会出版会、

『訪問看護が支える がんの在宅ターミナルケア』、2015 年



今年の患者会を振り返って

府中ホスピスを考える会から府中がんケアを考える会と名称を変え、1年余りが過ぎました。がんの体験者と家族をつなぎ、がんに関する支援について学び、その普及に努めるという趣旨のもと、「患者と家族で語り合う集い」が発足しました。

11月の会で20回目を向かえ、延べ90名の方々が参加されました。ご夫婦の方や、赤ちゃん連れのご夫婦もいらっしゃいました。それぞれの方が2回、3回とお見えになっています。

はじめは深刻な表情でご自分の体験(抗がん剤の治療についてや、心理状態、ご家族の看護についてなど)その他具体的なこともお話され、同席している看護師に質問をしてアドバイスを受けてたりしておられました。

時間がたつにつれてお互いに交流が出来、笑顔になり、お話が尽きないことも度々ありました。

「同じ痛みを持っている人たちと話し合える幸せを感じます。来てよかった。」と

アンケートに記して明るいお顔で帰られる方が大勢いらっしゃいます。

写真一部修正しています。

これからも一人でも多くの患者さんやご家族の方が参加されて、この会がお役に立つことを願っています。

宇田



講演会 ホスピスの風景から

がんケアの取り組みと今後の課題

12月13日に今年最後の講演会を開催しました。

多摩市の聖ヶ丘病院 地域連携室・室長太田いくさん他2名の職員の方を迎え、1時間あまりの講演をしていただきました。

当日の参加者は41名。市の後援と広報への掲載などさまざまな宣伝が功を奏し、たくさんの方のご来場を頂きました。詳しい報告は次号の会報にて行います。



編集後記 ようやくホームページが完成しました。久しぶりの作成でマニュアルをひっくり返しながらの作業でした。不十分な箇所もあります。ご覧になって改良すべきところのご意見をお願いします。

私が考える今年のトピック、1) 遺伝子解析「オンコタイプDX」、2) 「免疫チェックポイント阻害薬」。新しい診断、治療薬が登場しました。一方で公的保険の適用範囲が少しずつ小さくされようとしている気がします。23号でも記しました、堤未果氏の「沈み行く大国アメリカ<逃げ切れ! 日本の医療>」参考になります。

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)