



## 府中市のガン対策について

### プロジェクトチーム中間報告

稲津 憲護



府中がんケアを考える会では現在、プロジェクトチームを組み、府中市のがんケアに関する施策について調査を行っております。

主に5点にわたり、ヒアリングを行いましたので、ここにご報告いたします。

#### がん検診

はじめに「がん検診」ですが、これは府中市で最も力を入れている施策の一つです。今年の7月に全戸配布した「府中市健康応援ガイド」でも、がん検診情報が掲載され、普及に取り組んでいます。胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮がんは500円。喉頭がん、前立腺がんは1,000円。詳細は健康推進課成人保健係(電話:042-368-6511)までお問合せ下さい。

#### がん相談

2つ目は「がん相談」についてです。市として専門の窓口は設けていませんが、府中市健康推進課で相談を受け付け、傾聴を基本としながら、相談の中身によって担当部署(子育て中の若い女性であれば子ども家庭支援センターなど)に紹介している。また、がん相談の専門窓口となっている都立多摩総合医療センターのがん相談支援センターと連携しています。

がんに罹患した市民からの就労支援や経済的生活支援に関する相談は、府中市生活援護課で受け付けています。40歳以上65歳未満のガン末期の方には介護認定もあり、必要に応じた介護サービスが受ける事ができるよう、府中市介護保険課で相談を受け付けています。65歳以上の高齢のがん末期患者で、在宅療養を行っているケースでは、訪問診療や訪問看護、訪問介護を組み合わせながら自宅で看取ることが出来るよう、包括支援センターの相談員を通じて医療と介護の連携の中で情報を共有しながら取り組んでいます。

## がん啓発活動

3つ目に「がん対策啓発活動」ですが、がんに関する講演会を毎年開催しており、今年は乳がんを焦点を当て、「あけぼの会」主催の講演会を府中市で行いました。

さらに、市民啓発の一環として、去年は日本緩和医療学会による「オレンジバルーンプロジェクト」をフォーリス前で行なったとの事でした。今年は福祉まつりにて同様の行事を行う予定。

11月19日にはNPO 法人多摩医療健康増進フォーラムによる、体験型イベントを計画しています。

## がん教育

4つ目に子供たちに対する「がん教育」ですが、市内各小学校の小6の体育で「病気の予防」と題した授業を行い、がんに関する知識と予防を取り上げていました。また、市内各中学校でも中3の保健体育で「健康な生活と疾病の予防」と題してがんに関する教育を行っています。

## がんの障害年金認定

最後に「がんの障害年金認定」についてです。がんによる障害認定は制度としてはありますが、対象となる事案が少ないこともあり、市の担当者(年金保険課、障害者福祉課)もあまり詳しい状況について把握していないとの事でした。この点については、今後の課題となるでしょう。

以上、プロジェクトチームの調査活動に関する中間報告とさせていただきます。



# マギーズ東京 = Maggie's tokyo =

10月10日オープン

市原 美幸

## \* マギーズ…ひとりのがん患者からはじまった \*

マギー・ケズウック・ジェンクス女史(1941~1995 スコットランド生まれ)



マギー47歳(2人の子の母)の時、乳がん、その5年後、骨・肝臓・骨髄にがんの転移が確認され、余命数か月と宣告される。がん直面する本人、家族、友人ら、だれでも気軽に立ち寄り、専門家がいる中で安心できる居場所を造ろうと、入院していたエジンバラ病院の敷地内にあった小屋を借りてマギーの前進を設立。

## マギーズセンター…マギーさんの願いを受け1996年 英国でオープン

患者や家族、その友人が孤独で戸惑い不安な時に、安心して訪ねられる場所。

明るく癒される空間で、医療知識が豊富で友人のようなサポートスタッフに、自分の戸惑いや疑問をよく聞いてもらい、一緒に考えて、病気に向き合う力を取り戻すことで、再び自分で歩みだせる。新しい相談、支援を行う場として、現在は英国内と香港の約20か所に広がっている。



## マギーズ東京・・・がん患者と医療者の強い思いによって願いがかなう

鈴木美穂さん(NPO法人 maggi's tokyo 共同代表理事) 日本テレビ報道局 社会部記者(厚生労働省担当):大学を卒業し日本テレビ入社後、24歳で乳がん。

死の恐怖・喪失感など精神的なダメージを受けながらも、対処法を探す中で、あふれるほどの情報から何の情報も信じてよいのか、適切な情報を手に入れる方法が分からず、何か所もの病院を巡り、自ら納得した治療を受ける。闘病生活の間は、仲間がいない・社会とのつながり方が分からないという、孤独感と不安のどん底に陥りながらも、「もし、元気になったら、社会に尽くそう」と心に決めていた。



2008年 若年性がん患者団体 STAND UP!! 発足(副代表)。

若年性がん患者を応援するフリーペーパーを発行。毎号3万部を全国のがん診療拠点病院で配布。

2014年 がん患者へワークショップを提供する Cue! 設立 報道記者として数々のがん情報を発信し、プライベートでは、家を造ってがん患者のためのサロンを開こうとしていたところに、マギーズセンターの存在を初めて知った。

現地へ向かい、これまでに自分がやってきたことの延長であることを確信し、東京にマギーズを立ち上げたいと強く思う。協働者を探し、秋山正子氏の存在を知ると、直ちにコンタクトを取り、強い思いを告げ、快諾を得る。マギーズ東京設立に向けて動き出した。

秋山正子さん(NPO法人 maggi's tokyo 共同代表) 訪問看護師:39歳の時に2つ年上の姉をがんで亡くして以来、訪問看護に取り組んできた。8年前、「英国のマギーズセンター」をセミナーで知った。

がんと診断されて不安に陥った人が、「患者」ではなく、一人の「人間」として尊重される場だと感じた。近年はがん治療が入院から外来中心に変わり、多くの患者が診療中に医師と十分なコミュニケーションを取れず、悩みを抱えていることに心を痛めていた。

「日本にもマギーズセンターを」と活動を始め、2011年に新宿の戸山団地内に、誰もが予約なしに相談できる無料の「暮らしの保健室」を開設。英国のセンターを参考に温かみのある内装を施し、来訪者には話を聴き、寄り添い、心を通わせることで自分らしさを取り戻し、前向きに生きる力を取り戻す「相談医療」の形を確立した。その3年後に鈴木美穂さんからの協働の話が飛び込んだ。

### 2014年4月マギーズ東京プロジェクト開始!

お二人の人脈・ネットワークを最大限に引き出し、複数のがん拠点に近い豊洲の土地が、企業の厚意で低額で借りられることになった。(しかし土地の使用期限は2020年まで)

同11月にはクラウドファンディングで支援金を集めた後に、寄付会員の窓口を設け運営されている。マギーズセンターの2つの柱を基に、一つは「建築・環境」建物そのものが癒しの存在—誰にでも開かれた癒しの場— 自然光があつて明るい・安全な(中)庭がある、空間はオープンである等・

二つ目は「ヒューマンサポート」maggi'sを訪れる人が必要とする限り、予約なしに立ち寄ることができ、サービスはすべて無料で提供されるほか、経験を積んだがん専門の医療従事者が常駐し、安心のサポートを行う。

安心のサポートとは、心に落ち着き、受け入れることができるまで、友達のようにそっと寄り添い、話に耳を傾ける。「自分らしさ＝自分らしく治療に向かっていく力」を取り戻すこと。

### マギーズ東京が目指す社会とは

がんの旅路、“Cancer Journey”の全ての過程に寄り添い、共に歩むパートナーでいます。がんに影響を受けることになったとき、まずはあそこを目指せば安心だという「灯台」のような存在でいます。がんに影響を受ける全ての人々が誰でもいつでも自由に立ち寄って、無料で「選択肢」と「選ぶ力」を持ち帰ることのできる場を作ります。

がんになった人も、がんになっていない人も、自分らしく、安心して、誇りを失わずに、希望を持って、幸せに生きられる社会を作ること

「がん患者が自分の力を取り戻す場 maggie' s tokyo ができるまで」

平成28年6月11日講演会より

マギーズ東京 10月10日オープンします。

府中がんケアの会も、思いは繋がっています。今後の活躍をフォローしていきたいと思ひます



建築中のマギーズハウス



写真はホームページ、フェイスブックより転載

## がんケア豆知識 第7回 「緩和ケアとホスピスケアの違い」

訪問看護師 宮田乃有

「緩和ケア」は、診断時から治療中も含め、早期から、そして予防的にも提供されるものである、と2002年に定義が大きく変わりました。

しかし、今なお「緩和ケア」と聞くと、痛みや不安などのつらい症状を抱えているのに、「自分はまだそこまで悪くない」「末期でもないのに必要ない」と考える患者さんやご家族がいらっしゃいます。

反対に、がんと診断されたことや先行きがわからないことで情緒不安や不眠になっている患者さんが医療者に相談しても「とにかく今は治療に向けてがんばりましょう」と言われ、十分に対応してもらえない、ということもお聞きます。

こうした状況の背景として、2002年以前の緩和ケアの定義が「治療に反応しなくなった患者」を対象としていたために、なかなか新たな定義が浸透しない、ということが考えられます。

さらに、日本における緩和ケアとホスピスケアが、混同されたまま日本特有の形で広まっている、ということも理由のひとつとしてあげられるでしょう。

緩和ケアとホスピスケアの違いを簡単に言うと、「緩和ケア」の対象は診断時から治療中、終末期まで全ての時期を含みますが、「ホスピスケア」の対象は終末期にある方、という点です。

日本では緩和ケアもホスピスケアもがんを中心に発展してきましたが、欧米では疾患を問わず、慢性疾患の終末期や老衰も対象としています。また、欧米の緩和ケア・ホスピスケアは病院を含む施設でも在宅でも場所に関わらず提供され、むしろ在宅で提供されるもの、と理解されている国もありますが、日本では病棟や施設型の緩和ケア・ホスピスケアとして発展してきました。

日本では「緩和ケア(ホスピス)病棟」とふたつを並べて称されることがありますが、緩和ケア外来や緩和ケア病棟は、治療中の方も対象に含みますので、がんの痛みなどを緩和するために専門的技術が必要とする場合、治療している急性期病院と併用してかかることができます。(むしろ、治療を専門とする病院で痛み等の症状コントロールが難しい場合は、できれば紹介状をいただいて、緩和ケアの専門家にかかる「べき」です。)必要であれば緩和ケア(ホスピス)病棟に入院して薬剤等を調整し、退院後は症状を緩和しながら治療を再開する、ということもあります。

「緩和ケア」と「ホスピスケア」の違いや、治療中の方も対象とする緩和ケア外来や訪問診療(往診)・訪問看護などによる在宅緩和ケアが日本ではまだまだ知られていません。

日本の「緩和ケア(ホスピス)病棟」が現状では終末期の方を対象とするホスピスの機能が中心となっているため、「緩和ケア」と「ホスピスケア」が混同されてしまうようです。

ちなみにホスピスケアは、日本ではまだまだ発展途上ながら在宅でも受けることができますし、ホスピス施設や病棟は決して「死ぬところ」ではありません。どこであれ、苦痛なく安心して過ごし、「自分らしく尊厳をもって最期まで生きる」ことができるよう、患者と家族を支えるのがホスピスケアです。



・がん情報みやぎ:緩和ケアとホスピスの違い [http://cancer-miyagi.jp/kanwa\\_sp/](http://cancer-miyagi.jp/kanwa_sp/)

## 患者者会報告

平松 ふじ子

月一回の患者会を重ねてはや28回となりました。参加人数は5～10名くらい。毎回参加の方、体調の良い時に参加していただける人、初参加など様々です。初めて参加される方も、顔なじみになられた方もお茶を飲みながら日頃の生活やお気持ちを語り合われます。

医療、食生活、仕事、人間関係など多岐にわたる内容が話題に上ります。会は2時間を予定していますが、語りつくせないことも多いようで、しばしば時間を超え、会場の外でもお話が続いています。

考える会では医療、介護、がん経験者が進行と助言にあたっていますが、ピアカウンセリングの場面にも毎回のように遭遇します。話に加わって感じることは、参加された方同士が悩みを共有しあうことにより、何より勇気づけられるのではないかと思います。

私どもは皆様の支えになれるように、また気兼ねなく話せる場づくりができるように、これからも努力していきます。

### ピアカウンセリングとは

『ピア』とは「対等」「仲間」という意味です。ピア・カウンセリングの目的は、障害のある人同士が対等な立場で話を聞き合い、共感し合い仲間同士で支え合うことです。障害を持つが故に傷つけられ、自分への信頼をなくしてしまったらピア・カウンセリングをすることで自分への信頼を取り戻すことができます。

## 患者会と講演会のお知らせ

### 患者会

10月13日（日）午後1時30分～午後3時30分  
中央文化センター 第1会議室

11月20日（日）午後1時30分～午後3時30分  
中央文化センター 第3会議室

### つながりフェスタ

11月27日（日）相談コーナーを出します。  
グリーンプラザ

### 講演会と患者会（終了後懇親会）

12月11日（日）午後1時より患者会 午後3時より  
講演会を行います。  
ルミエール府中第1, 2会議室

### 催しのお知らせ

女性がんサバイバーの笑顔のために

### なでしこYoga

女性のためのヨガとおしゃべり会です。

日時：10月3日 Pm15:00～

12月15日 Am10:30～

12月20日 Am10:30～

場所：国分寺駅南口 常栄ビル

会費：2,000円（初回1,500円）

お申込み・お問い合わせ

kayoyo0310@gmail.com

### 編集後記

ここ数年有名人のがん罹患、逝去の話が多くなったような気がします。ブログなどでの発信の機会が増えたからでしょうか？それとも多くなったのでしょうか。30数年前の「ジョン・ウェインはなぜ死んだのか」という本を思い出しました。これはアメリカの原爆実験との関連の話でしたが。

森まゆみさんの「長生きも芸のうち」を読んでいます。新内の岡本文弥さんの聞き書きですが、義太夫、新内はいいですね。高校生のころ酔うと「傾城阿波の鳴門」を唸る奴が居ました。

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)