

NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

ゴールデンウィークが終わり、新緑の美しい今日この頃です。「NPO 法人がん患者支援ネットワークひろしま」の会員の皆さま、ならびに当会の活動をご理解いただきご支援いただいている皆さまにおかれましては、お元気にお過ごしのことと拝察いたします。



ニュースレター「がん110番」の第64号をお送りします。本号では、当会が平成16年の春に活動を開始した当時の懐かしいエピソードや、会の活動を支えてくださるボランティアの皆さんの寄稿が満載されています。会のことをよくご存知の方もそうでない方も、ぜひご一読ください。

私どもの「がん患者支援ネットワークひろしま」は新たな年度を迎えますが、進んだがん医療技術の狭間で迷うがん患者さんやそのご家族のために、どのような活動が有用なのかしっかりと考えながら、再出発したいと思います。

今後とも、多くの皆さまに「賢いがん患者学」の大切さをお伝えし、がん専門医の先生方など医療者との連携も深めていきたいと思ひます。

引き続き、よろしくご支援のほどをお願いいたします。

理事長 廣川 裕

● 今年度の第1回（通算で第61回）「市民のためのがん講座」は、「肺転移を勉強しよう！」です

10周年を迎えたNPO法人がん患者支援ネットワークひろしまでは、今年度から「市民のためのがん講座」をやや模様替えして開講します。年間共通テーマを「症例から学ぶ再発がん」として、肺転移・脳転移・肝転移・骨転移という4大転移について、そのメカニズムや診断法・治療法について4回に分けて勉強し、「賢いがん患者になろう」という企画です。

○平成26年度「市民のためのがん講座」 年間共通テーマ「症例から学ぶ再発がん」
第1回（通算第61回）「肺転移を勉強しよう！」

廣川 裕（当会理事長、広島平和クリニック院長）

○と き 平成26年5月25日（日）午後2時～午後4時（開場：1時30分）

○と ころ 広島県民文化センター（広島市中区大手町1丁目5-3 ☎082-258-3131）

● 広島県の「がん対策推進協議会」「たばこ対策懇話会」の報告

3月26日に広島県がん対策推進協議会、3月27日に第5回たばこ対策懇話会(最終回)が相次いで開催されました。この2つの会議に基づいて、広島県は条例制定に向けて大きく舵取りをする方向に動き出しました。時あたかも、NPO法人「がん患者支援ネットワークひろしま」が歩み始めて10年、そのメインイベントである「市民のためのがん講座」は60回を迎えた時期に、条例制定の動きが出たこと、偶然とはいえ地道な努力の継続が大きな変化を起こしたと自画自賛したくなります。広川理事長のご努力に感謝いたします。

以下にその概要を報告いたします。

(3ページに続く)

● 設立 10 周年記念特集 「事務局から 10 年を振り返って…」

去る 3 月 23 日の「市民のためのがん講座」は、60 回目を数える記念の講座でした。

参加された方もびっくりされたと思いますが、参加者の多さです。「終末期の心づもり」という地味なテーマ(?)でしたので、参加者が少ないのではないかと心配していたほどです。しかし、万が一のことも考えて予備の椅子を 30 脚、用意していました。会場の「交流プラザ」の定員は 112 名ですが、なんと 180 名の方がお越しになり、超満員だったのです。椅子も足らず、とうとう階段に座っていただく状態で、スタッフは立ったまま聴講しました。

うれしい悲鳴というのはこういうことを言うのでしょうかね。プラザ側からは定員を上回る入場者は消防法で禁止されているとして、再三注意されました。私もステージに立ち、皆さんにお詫び座は忘れられない講座になりました。



60 回記念の「市民のためのがん講座」

さて、私は前立腺がんを患ったことがきっかけで、当会の設立から関わることになりました。これを機会に事務局の立場から 10 年を振り返ってみたいと思います。「がん患者支援ネットワークひろしま」は、がん患者とその家族の視点に立ったがん情報を提供しようと、がん患者や医師、看護師などにより、平成 16 年(2004 年)4 月に設立されました。活動の中心になったのが、「市民のためのがん講座」です。がん講座は 2 人に一人ががんになる時代だけに、いつがんに罹っても慌てないようにがんの知識を身につけてもらおうと、設立 1 か月後の 5 月に第 1 回をスタートしました。講座は 2 ヶ月に 1 回の開催ですが、最初の 1 年は広川先生がお一人で担当されました。翌年から二人の講師で進めていく形式になりました。



第 1 回電話相談「がん 110 番」

その年の 11 月に NPO 法人の認証を受けました。そして、会員以外の一般の方からの電話相談を受ける「がん 110 番」も始めました。がん 110 番はがん専門医やがん体験者が電話口で待機し、がん患者さんからの相談に対応しますが、1 回目は 5 時間で 50 件の相談を受けました。中には相談をよく聞いてもらったと涙ぐみながら話す方もあり、がんについて悩んでいる方が多いのを知るきっかけにもなりました。

会が設立されて 1 周年目にはシンポジウムを開催しました。「がん医療のトータルコーディネートを考える」というテーマで、がん患者さんと医療者とのすき間をどうやって埋めたらよいかなどをシンポジストと会場の参加者で意見交換をしました。

当会はこの 10 年間「市民のためのがん講座」のほか、電話相談「がん 110 番」や「シンポジウム」などを開催して参りました。がん講座はこれまでに約 2500 人が受講され、電話相談などで当会が相談に応じた方もたくさんおられます。

当会の情報やがん患者さんの思いを綴った「ニュースレター」も今回で 64 号になりました。会員のがん患者さんが亡くなると、ご家族の方から事務局へ電話が入ります。「お世話になりましたが、ニュースレターはもう送らないでください」という悲しい知らせです。そのたびに会員になっていただいて、私たちががん患者さんとご家族の支えに、少しでもお役に立ったのだろうかと思っています。

10 年の間に国のがん対策基本法が制定され、広島県も「がん対策日本一」を掲げて対策に力を入れるなど、がんに対する環境も様変わりしました。



第 1 回 NPO シンポジウム

県にはがん対策推進協議会を中心に各部会などが設けられています。当会からは、井上副理事長ががん対策推進協議会、そして私のがん患者支援部会などの委員として会議に出席し、がん患者の立場から意見を述べて来ました。

こうして県からも委員として推薦を受けてきたことも当会が認められ、がん対策に貢献できたことと自負しています。

これまで当会を支えて来てくださったのは、会員の皆さまとご寄付者、そしてがん講座などの開催に協力してくださった 30 名を超えるボランティアの皆さまです。3 月のがん講座が終わって、理事、監事がボランティアの皆さんを囲んで、ささやかなお礼の会「感謝の集い」を催しました。



設立 10 周年記念「感謝の集い」

平成 26 年度から「市民のためのがん講座」は年 4 回の開催にし、少し内容を変えて再スタートします。講師は広川先生お一人になりますが、がん体験者を招くなど、がん患者サイドに立った内容にリニューアルされます。会場はこれまでと違って、県民文化センター(中区大手町)です。リニューアルする「市民のためのがん講座」にぜひご参加ください。

理事(事務局長) 高野 亨

● 広島県の「がん対策推進協議会」「たばこ対策懇話会」の報告

(1 ページからの続き)

1) がん対策協議会

事務局より第 4 回までのたばこ対策懇話会の討議内容、大きな流れについて詳細な報告がなされました。それに加えて、全国のがん対策推進条例の制定状況が過半数を超えてきたことの報告もなされました。しかしながら、多くの県の基本的な施策は、がん予防の推進、がんの早期発見の推進、がん医療の充実、緩和ケアの充実、がん教育の推進、患者への支援、情報提供、在宅医療の推進、がん登録の推進など理念色の強い条令となっています。この段階では、広島県からは条例制定に向けた明確な発言はありませんでしたので、協議会の総意として条例制定を推進すべきと発言しておきました。

2) たばこ対策懇話会

冒頭、第 1 回から第 4 回までの議論のまとめの資料に対して、各委員に意見が求められました。特段の反対意見もなく、総じてよくまとめられていると意見でありました。それを踏まえて、県からがん対策を積極的に推進するために、「がん対策推進条令」を検討しているが、その中に受動喫煙防止対策を折り込むのが妥当と考えているという意思表示がありました。これでもって、受動喫煙防止対策が、飲食関係、たばこ業界などの協力を得て、喫煙者、たばこを吸わない人が共存する形で推進されることになりました。厳しい罰則で縛るのではなく、強制力を伴わない義務付けを通して、県民、業界が協力し合って受動喫煙防止対策を推進する枠組み作りがスタートいたしました。

以上が、報告内容ですが、懇話会も初めのころは、利害の対立する団体を代表する委員の間で、厳しい意見のやり取りもありましたが、大きな柱として「受動喫煙防止対策を進めることに対しては、全員が合意する。」というお墨付きをベースに、ならば、どうやってそれを実行するかという議論を活発におこなったことが、全会一致の合意に導いたように感じます。

がん患者支援ネットワークと同様に、一つの節目を迎えることができました。

副理事長 井上 等

● 設立 10 周年記念特集 「10 周年・がん講座 60 回、おめでとうございます」

長い間たくさんの方がこの講座で学ばれ、力づけられたり、励まされたりされたことと思います。お忙しい中、こんなにも長い間市民のために講座を開いてくださったことに心から感謝をしています。私はがん講座で司会をさせていただいている大石睦子です。この講座には 10 年以上の長い歴史があることをお話しさせていただきます。

私事ですが、23 年前乳がんの手術を、その当時はまだ珍しかった乳房温存法でしました。それが広川先生との出会いでした。当時はまだ「がんは怖い病気」と思われ、町の人々からはヒソヒソ噂される病気でした。

幼い子供を残して死にたくない、生きたい、死ななければならぬのなら、今なにが出来るのか？生きること、死ぬことを一生懸命考え続けた出来事でした。知識のない者にとっては、本当に怖い病気でした。術後、長い間痛みが続いたためでもありましたが、半年以上は少しうつ状態で、泣いてばかりの生活でした。

広川先生は 2 時間近くかかる遠くの患者の話を聴くため、休日にもかかわらず病院で待っていてくださいました。私の話を静かに聴いてくださいましたが、今にして思えばとりとめなく、痛い、辛いことばかりを訴えたのではなかったかと恥ずかしく思い出します。先生は、聴くだけでなく「がん」についてたくさん教えてくださいました。こわく、膝がふるえる日もありましたが、「怖くても正しい知識はきちんと持ちなさい」先生の口ぐせでした。一時間もすると何も治療もしていないにもかかわらず、いつのまにか痛みが治まっていました。とても不思議な安心した気持ちになり、帰りの電車に乗ったことが幾度もありました。学びを続けて分かったのですが、今から思えばあの痛みはよく言われている「スピリチュアルペイン」であったのだと思います。



忙しい先生が一人の患者のためにこんなにも時間をくださっている……。感謝と申し訳なさの中で、この部分なら私にも出来るのではないかと思ひ始め、先生のお勧めもあり 1996 年 1 月早期退職し、「広島・ホスピスケアをすすめる会」でホスピスボランティアの養成講座を受け、電話相談のボランティアを始めました。

元の仕事の関係もあり、人の話を聴くことは出来ないことではなかったはずですが、病気のこと、薬のこと、治療のこと、矢継ぎ早に患者さんが話されることに、がんという病気の知識のない者はとまどい、あせり本当の心を聴くことは出来ませんでした。

私にはできない！きちんと聴くことが出来ない！落ち込み広川先生に話しました。「分かりりました。私のがんの知識を教えましょう。私の知識が続くかぎりね！」と言われ、毎月 1 回土曜日、夕方 6 時から 9 時まで広島 YMCA の教室で、広川先生のお勉強会は始まりました。数人のボランティア、医療者以外は 2 人だけで、黒板に人体図を描かれ、それを一生懸命写します。分かりやすく説明をしてくださいますが、私たちにはちょっと……。



1998 年 1 月 28 日、1 回目の肺がんの授業でした。久しぶりの勉強、わくわく、ドキドキ嬉しいのですが、落ちこぼれになりそう……。質問されたらどうしよう？でも大昔の学生時代にもどったようで新鮮！3 時間前に集合して予習、復習をした日を思い出します。丁寧な手書きの内臓と詳しい説明が書き込まれた 2 冊のノートは、今でも一番参考になる宝物です。

それから 2 年後、広島・ホスピスケアをすすめる会の「ボランティア養成講座」終了の方々の参加で、「ゆたか会」（名称は、広川先生の裕）と名付けられ勉強会は続きました。その会は「NPO 法人がん患者支援ネットワークひろしま」が立ち上がるまで続きました。順天堂大学病院にお勤めのころは、わざわざ飛行機で帰広してくださっていました。

お陰さまでたくさん教え子のボランティアが育つことができました。私自身、こんなに長い間元気で患者さんのそばにすることが出来るとは思っていませんでした。

がんという神様からの恵みの実習のおかげで広川先生に出会い、たくさんの愛する仲間に出会い、今日もこうしてボランティアが続けられますことを感謝しています。大勢の人に支えられ、励まされ、いただいた愛を大切に、また差し上げたいと願っています。

広川先生、長い間ご苦労さまでした。そばにいてくださる理事の方々、スタッフの方々、そして奥様の康子さん、これからもよろしく願いいたします。ありがとうございます。たくさんの人を賢い患者にし、生きる勇気と希望を与え続けた「市民のためのがん講座」がこの広島で、誇りで自慢の会であり続けますようお願い、お祈りしています。

おめでとうございます。心からお喜びを申し上げます。

会員・ボランティア 大石 睦子
(長い間のご指導とたくさんの愛に感謝しつつ)

● 設立 10 周年記念特集 「がん講座、10 周年に思うこと」

私が広川先生の「がん講座」のボランティアをさせていただくことになった切っ掛けは、今から 14 年前の平成 12 年のことです。当時、私は乳がんの手術後、死を意識し立ち直れずにいました。克服するまで数年を要しました。そのような時、「広島にホスピスを！！」の署名活動の渦に巻き込まれ、「ホスピスケアをすすめる会」にも関わるようになりました。

さらに広川先生の勉強会「ゆたか会」では、「がん医療の基礎講座」や「がん医療のステップアップコース」を学びました。この中で、体のしくみや「がんの基礎知識」を学ぶうちに、沢山の情報と正しい知識を持つことの大切さに気づきました。また、もし自分が「がん」になったら治療方針を医療者に委ねるのではなく、本人が「がん」と正面から向き合う「賢い患者」になることも教えていただきました。

その一番身近な「賢い患者」であった母を通して考えてみたいと思います。母は、広川先生のがんの勉強会「ゆたか会」の最高齢の生徒として学ぶ機会を得ました。受講生の皆様に支えられ、腰の曲がった 84 歳の母は背筋を伸ばし、以来 2 年間学ぶことが出来、それを誇りにしていました。その母は 87 歳で「子宮がん」の告知を受けましたが、お陰で冷静に受け止め、自分の置かれている立場がよく分かっているとっていました。これも講座で学び、母を「賢い患者」にさせていただいたからです。



広川先生の「ゆたか会」から更に多くの広島市民のためにと、「がん患者支援ネットワークひろしま」が平成 16 年に設立され、「市民のためのがん講座」が開催されることになりました。NPO になってから、私も何かお手伝いしたいと思い、ボランティアとして登録しました。そこで、受講生の皆様が「学んで良かった」と思っていただけのように、まず、受付で笑顔でお迎えしようと目標を持ちました。

講座では、がんの部位別の専門医による説明、医療者との接し方、セカンドオピニオンの必要性、終末期の心得に至るまで、毎回分かりやすく、かみ砕いての説明は類をみない素晴らしい講座です。受講生の皆様一人ひとりが、「賢い患者」となるメッセンジャーになっていただきたいと思います。そして私も沢山の「賢い患者」の輪を拡大していく役目を担っていきたくと考えています。

「最期の時が一番幸せであった」と言えるように……

会員・ボランティア 佐藤 千萬子

● 設立 10 周年記念特集 「がんになって思ったこと」

私は悪性リンパ腫という血液がんの患者です。悪性リンパ腫を分類した中の「ホジキンリンパ腫、B 細胞腫瘍、濾胞性リンパ腫」という血液のがんです。リンパ球ががん化してリンパ管を通して身体中に流れて、免疫機能の低下、リンパ節の腫れ、貧血、その他の病気に感染しやすくなる病気です。リンパ腫の中では進行は年単位のゆっくりしたタイプだと言われていました。

平成 22 年 11 月に担当の先生に「抗がん剤治療をしますか」と問われて、完治しないのに副作用の強い治療を受けるべきか否か決心がつかず帰宅しました。その日、広川先生に結果報告と抗がん剤のことを話しました。先生は「抗がん剤はやめなさい」と言われました。私も同じ気持ちでおりましたので、広川先生のお言葉がまるで天からの声聞こえて嬉しくほっとしました。これで、広川先生に二度も救っていただきました。

と言いますのは、今でも思い出すとぞっとしますが、平成 18 年肺悪性リンパ腫 (MALT) で手術することになったとき、私は出来ることなら体にメスを入れたくない一心で、市内の総合病院にセカンドオピニオンに行きました。「診断は右胸半分から右背中半分を切り開き、肋骨二本を取り除き肺の 3 分の 2 を切除する。その後抗がん剤治療をする」でした。術後は酸素ボンベが必要とのことでした。

幸運にも 2 ヶ月前、友人の勧めで設立 2 年目の「NPO 法人がん患者支援ネットワークひろしま」に入会したばかりでした。ふと思いついて高野理事に電話で事情を話したら、直ぐに広川先生に相談するように言われ、伺いました。先生とは初対面でしたが、真摯な対応と誠実なお人柄に信頼感がわき、「先生の診断には私はどんな治療も受け入れます」ときっぱり言いました。

先生のご紹介で入院し、右の脇からの手術で右肺中葉を切除しましたが、恐れていた抗がん剤治療も必要なく無事退院できました。幸いにも私は NPO に入会していて広川先生に出会え、大事に至らないで幸運でした。しかし、後遺症を考えないですべて先生にお任せした結果、術後の後遺症に苦しんでいる人たちもおられます。

広川先生のがん講座では毎回、「賢い患者になりましょう」と言われます。無知ほど怖いものはないと実感し、講座には熱心に参加しています。

早いもので血液がんの無治療生活が三年半になります。なるべく病気のことは考えないように自由に楽しいことに熱中し充実した時間を過ごしています。病は気からと言いますが本当ですね。今日は少し気分が良くないなというときに、気心の知れた友人達と会話したり、次の旅行が決まったりすると、とたんに心身が軽くなります。心と体のつながりの不思議を思います。またがん講座のボランティアとしてのお手伝いを皆さんと一緒に過ごす時間は、私の生き甲斐の一つです。今年 3 月、10 周年の集いに元気に参加できて本当にうれしく思いました。会場で「20 周年の集いは、私はあの世から声援を送りますね」と広川先生と握手をしました。



がんになって素晴らしい人達に出会い、豊かな人生が拓けたと思うと、これから起こるすべてのことには天の摂理として受け入れていけると思っています。人の心の暖かさに涙したり、自然の美しさに感動したり、生きとし生きる者を愛しく思えたりする私は老化現象でしょうか？

でも、きっと私は「人生バンザイ」でサヨナラが出来そうな気がします。NPO の皆様、今後ともどうぞよろしくお祈りします。

会員・ボランティア 玉田 浩子

● 設立 10 周年記念特集 「がん講座のボランティアとご縁」

一受講者から、がん講座のボランティアに参加させていただいて、10年近くになりました。広川先生の思いやお人柄に、何かお手伝いできればという気持ちでここまできました。

ボランティアの皆さんとは、2ヶ月に一度お会いするのですが、はじめの頃はお名前と顔が覚えられずに困ったこともありました。それが今では会えるのがとても楽しみです。

私はがん講座では、お花の担当をしています。と言っても「どこにお花があるの?」と思われる方が多いと思います。実は講師の演題の上に、妨げにならないように小さな花瓶に生けています。お花はなるべく花粉の少ない、季節の花を選ぶようにしています。なかなかうまくいきませんが、会場の暖かさにプラスできれば幸いです。

がん講座では、受講される方々は患者さんご本人だったり、ご家族など親しい方、がんという病気についての勉強をしたい方と立場はそれぞれ異なりますが、前向きによりよく生きるために受講されていると思っています。

この講座を受講されることは、何か「縁」があるのではないのでしょうか。それを大切にしてください。老体に鞭打っても、できるかぎりボランティアとして、応援させていただこうと思います。

会員・ボランティア 河野 明美



● 連載「がんになって (21) - 10周年のお祝いに代えて -」

10周年を記念する60回目の「市民のためのがん講座」は、いつも以上の出席があり盛會に終わった。テーマは、「終末期の心づもり」。2日前の春分の日には、呉市阿賀公民館で長尾和宏先生が、「平穏死10の条件」について講演をされた。ここでも400名近い人が熱心に聴いておられた。私もがんに罹り、もしもの時について考えるようになった。

「市民のためのがん講座」前日の22日土曜日、92歳の女性の方が、60過ぎの娘様と私の診療所を受診された。娘様より「これまで呉市内の病院に通院していたが、連れていくのが難しくなったので変わりたいのですが。以前は認知症のため徘徊して、警察にもお世話になったことがあったんですよ。それが最近では元気がなくなって、食欲も落ちてきています。」

23日、私も楽しみにして市民講座を聴きに行った。廣川先生のお話が終わる頃、私の携帯電話が鳴った。昨日の娘様からである。「今日は朝から何も食べないのです。往診してもらえないのでしょうか。主人も出張中で不安です」。中座して、往診へと向かった。

翌々日、近くの脳神経外科で頭のMRI検査を受けてもらった。原因は慢性硬膜下血腫とわかり、すぐ中国労災病院で手術。すると、食事ができるようになった。このようなケースは稀で、検査しても異常がない場合がほとんどで、いわゆる老衰である。食事が、そして水分が摂れなくなると、ご家族様は狼狽されることが多い。そして、不安になり連絡してこられる。どのように対処すれば良いのですかと。

本家先生が紹介された、「私の心づもり」のような「事前指示書」には出会ったことはまだない。しかし、「本人は前々から胃瘻等の延命治療は希望しなかったの…」と教えて頂くことは増えてきた。本人様の思いを酌みながら、ご家族様の希望に沿っていくことになる。2つに分かれる。「何もしなくみているのはつらいので点滴をして下さい」。このような場合は30分位で終わる小さな点滴を行っている。これでご家族様は満足されているようだ。もう1つは本当に、「何もしないでいいです」と言われるご家族もおられる。その場合はそのようにしている。いずれの場合も、穏やかな最期を迎えられる。

今回の講演の中で、在宅における終末期医療についてはあまりふれられなかったようなので、今回紹介した。参考にして頂ければ幸いです。

理事 井上 林太郎

● 「カンボジア便り」ではなく「10年前のウラ話」

久しぶりに薬剤師の A さんから電話があった。「藤本先生に紹介したい人がいるのよ。一緒においしいもの食べに行きましょう！」おいしいものにつられて出かけて行った先で廣川先生と初めてお話しした。有名な先生なのでもちろんお名前は知っていたが、お会いするのは初めて。もともとアバウトな私はワインの勢いもあり、全く気負うことなく廣川先生とまるで既知の友人であるかのようになれなれしく馴れ馴れしくおしゃべりを展開してしまった。というか、廣川先生の器の広さにしっかりとハマり込んでしまったんだろう、と今になって思っている。

廣川先生の人脈でいろんな分野の人々が集まった。スゴイ。医療の世界にこもっていたわけではないけれど、物事を進めていくには周到な準備や企画力が必要であることも学んだ。一番強く印象に残っているのは、「がん患者支援ネットワーク・ひろしま」の名前をつける時のミーティングである。喧々諤々、およそ2時間もかけてこの名前が決まったことを皆さんご存知ないだろう。名前が持つ責任、みたいなものを心底感じた。

当時は社会情勢、医療情勢が全く今と違い、情報を集めるのも一苦労、自分の受診先・療養先を見つけるのにも苦労している人々が放置されている状況だった。この10年間、我々の活動が功を奏して（とまではいなくても一助となって）法整備をはじめとし、がん診療を取り巻く状況は大きく変わってきた。喜ばしいことだと思う。

ひとまず10年を区切りとして、社会のニーズを見極めながら、それに応えられる会としてさらなる成長を願っています。会員をはじめとする皆様のご協力、ご支援に感謝して筆をおきます。

理事 藤本 真弓

● Dr. 津谷のコーナー 「イランの毒ガス被害者支援」

NPO 設立 10 周年、がん講座 60 回を迎え、この NPO を支えていただいたスタッフ、ボランティアの方、参加された患者さんに感謝申し上げます。目的をもっての行動も、継続して初めて結果がでるものであり、またその継続中に出会うさまざまな困難を乗り越えた経験は、私たちの大きな財産です。

この10年でがん患者さんの意識も大きく変わったように思います。個々の問題はまだまだありますが、私たちの NPO にも全体的には当初の緊張感がなくなり、一人一人の意識も安定してきた感があります。これは社会的ながんを取り巻く環境が変わったこともあるでしょうが、10年という歳月により成熟した結果だと思います。

時をほぼ同じくして、私のクリニックを中心にして、10 年前よりイランの毒ガス被害者支援を行ってきました。今年も4月末から、1週間イランを訪問しました。今回の目的の一つに、イランでは一般的でない在宅医療、訪問看護を今後イランの医療の中に利用できるかどうかの検討がはじまりました。今後、イランにおいても日本式の在宅ケアが可能になることに期待したいものです。この1週間の滞在中に、昨年広島で開催された「子供たちの平和の絵コンクール」で表彰されたイランの子供たちのお祝いセレモニーにもゲストとして参加してきました。10 年前のイラン



第 28 回 子供たちの平和の絵コンクール、特選、広島市長賞に輝いた、Hida Bahmani さん（イラン）の絵

の子供たちの絵は、戦争後の心のトラウマが残っているのか、非常に暗く重いものが多かったように記憶しています。それから10年の歳月により、心の平和が戻ってきたような、さわやかな絵が多くなってきました。

この2つの10年の歳月を経験し、改めて「時」の重要性を認識しました。ヒトが人間としての存在を保つためには、3つの柱があると言われていました。自立存在、関係存在と時間存在です。がんセミナーで心と体の自立を学び、ネットワークで関係を認識し、将来をめざした時間軸の上に立って、生きていける喜びを味わっていきましょう。

副理事長 津谷 隆史

● Dr. 井上林太郎の書籍紹介 10周年を記念して

設立10周年、おめでとうございます。私が手術を受けたのは2004年6月ですから、私も次の定期検査で無事でしたら10年を迎えることができます。悪性軟部腫瘍の場合は、一応の目安が10年といわれていますから、二重の喜びとなります。ただし、今私にできることは、祈ることのみ。

最初に投稿させていただいたのは、手術してから約2年半経った2007年3月。今後のことを考えると不安な毎日でしたが、次第にこの経験を生かしたい。どうせこの世を去るのならば、人のために少しでも役立つことをして、と思うようになりました。そして、思いついたのが、「本の紹介」。幸いなことに、廣川裕理事長先生の許可を得ることができました。さらに、2011年1月からは、「がんになって」というタイトルで私の拙い経験、思いをまとめさせて頂いています。この場をお借りして、廣川先生を始めとし、理事の先生方に御礼申し上げます。また、ボランティアスタッフの皆様、会員の皆様からは、いつもパワーを頂き、不才ながら、投稿させて頂いています。再度、御礼申し上げます。私の我儘、自己満足かもしれませんが、今後ともお付き合いの程、よろしくお願い致します。

先日、これまでに紹介させて頂いた本を読み返しました。次の文章には、今回も、心を打たれました。「主治医から、余命を告げられたらどうすればいいか。」これが、私から皆様への10周年のお祝いの品です。お受け取りして頂ければ幸いです。

『医は「仁術」といわれてきました。「仁」とは思いやりです。二十世紀には患者さん本人に病気の悪化を、そして死を隠すことで「仁」、「愛と思いやり」を發揮してきました。しかし、二十一世紀には患者さんに病気の悪化を告げて、短い命を告げて、そしてこの「仁」が「愛と思いやり」が、どのような形で發揮されていくのかということが、われわれ医療者側の大きな課題であると思います。

死が近いことを知らされて、死を直面しての二十一世紀の死生学で、死生観とは、けっして諦めることではない。他人に「諦めろ」と言われて諦めることではない。

「悟ること」でもない。「悟ったふりをする」でもない。生きたいならばはっきり生きたいという。そして、少しでも自分の思うようなことに近い人生を生きることであると思います。

もし死に直面していても、どうにかして、心落ち着けられる、心安らかであることは、誰しも希望することであると思います。そのためには、自分が生きてきた人生に納得できるとまではゆかなくとも、それでも、少なくとも終末の医療に納得できていること、安心できる、信頼できる医療者が傍にいることは、大切な条件であると思います。

「人間はみんな死ぬ」。そんなことは、誰だって百も承知！ そんなことは、百も承知なのですが、いまここですぐ死ぬのではありません。いつかは死ぬけれど、いま死ぬのではないから生きていられるのです。何か少しでも、小さくとも希望を持って生きるのです。たった一度の、たった一度の人生です。どの、どんな時代に生きても、たった一度の人生です。何も悪いことをしていないのに、自分ががんになったのは不公平です。特に若くしてがんになった方は、人生不公平です。自分の病気を知って、言うときは言って、頑張って生きて、人生、不公平だからこそ、頑張って生きて、生きて、そして、医療に、自分の人生に、少しでも納得していただけたらと思います。私は、応援しています。必ず応援しています。』

一都立駒込病院名誉院長・佐々木常雄著「がんを生きる」より一

理事 井上 林太郎



● 在宅医のつぶやき

がん患者支援ネットワーク広島の理事をさせて頂いております田村と申します。この度は皆様のお蔭をもちまして当会の設立10周年を迎えることができました。これも皆様の厚いご支援の賜物と心より感謝申し上げます。当会ががん予防、がん治療および在宅支援の面でがん患者様とそのご家族の皆様をサポートができればと活動しておりますが、私の専門分野である在宅支援の面ではこれまで殆ど活動できていないのが実情です。今後は設立10周年を迎えさせて頂いたことを機に在宅でお過ごしになっているがん患者様のサポートにも力を注いでいけるよう努力していく所存でございますので、引き続きご支援をいただきますようお願い申し上げます。

理事 田村 裕幸

● 一病息災 「再発がん」について

かつて“悪い奴ほどよく眠る”という題名の映画がありました。ここでは、その正体は、がんを再発させる“がん幹細胞”を指します。この“がん幹細胞”は、一旦制御されたがん病巣から、長い眠りを経て息を吹き返し、再びがん細胞を増やして発癌するという、いわば再発がんの元凶なのです。

この“がん幹細胞”の性質や医療上の攻略法については、昨年の本欄（ニュースレター第61号）で記述しています。しかし、わたし達にとっては、この「再発がん」の病態をもっとよく知り、もし医療を受ける場合には、どのように対処していけばよいかということが大切になります。

平成26年度の「がん講座」では、再発がんはどう向き合うかというテーマで、再発がんを克服した人から、いろいろなことを学ぼうという内容になるようです。どのような治療手段がとられたかということも重要ですが、その治療法を受け入れるに至った経緯、闘病生活のあり方や心のもち方など、いろいろ教えられることが多々あると思います。じっくり勉強しましょう。

理事 和田 卓郎

● 広島県内のがん関係イベント情報

○平成26年度緩和ケアボランティア講座（ボランティア活動を希望される方を対象の講座です）

日時：平成26年6月23日（月）、24日（火） 午前9時～午後4時（受付午前8時45分開始）

場所：県立広島病院 新東棟2階 総合研修室（〒734-8530 広島市南区宇品神田1-5-54）

プログラム

- 1日目：緩和ケアの概念/ボランティアの心得/対人援助技術、車椅子・ベット等の移動操作、転倒・転落予防の機材について 等
- 2日目：緩和ケア支援センターの概要と最近の動向/感染予防、緩和ケアボランティアの活動について 等

参加費：無料

申込方法：（広島県の情報サイト広島がんネット・県立広島病院ホームページで確認して下さい）

電話・FAX・メールにて6月16日（月）まで

電話の場合（氏名、性別、生年月日、年齢、住所、電話番号、を聞かれます）

FAX、メールは所定の申込用紙で（上記ホームページで印刷してください）

問合せ先（申込先）

県立広島病院 緩和ケア支援室：電話：082-252-6262、FAX：082-252-6261

メール：hphkanwashien@pref.hiroshima.lg.jp（担当 石橋）

● 編集後記

皆さんにとって、この10年はいかがでしたか？ 10年ひと昔、という言葉もありますが、矢のように過ぎ去ったという気がします。これからもどうぞよろしくお願いします。（ま）

■ 発行：NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま 事務局

<http://www.gan110.rgn.jp>

■ お問い合わせ：info@gan110.rgn.jp

TEL & FAX：082-249-1033

■ Copyright：NPO法人 がん患者支援ネットワークひろしま

このニュースレターは、当会の会員に配付しております。

当会の活動を充実させるため、入会希望者のご紹介をお願いします。
