

一般社団法人   
日本癌治療学会  
がんnavi通信

Vol.8  
2023夏

# これから入院する人を支える「入院準備チェックリスト」の制作 がん医療ネットワークナビゲーター 森由紀代（一般社団法人ピアリング）

## ■ピアリングとは

私が参加する「ピアリング（peer-ring.com）」は、乳がん・婦人科がんに罹患した女性を対象のオンラインコミュニティで会員数は1万5千人を超えました。SNS機能があり、会員は治療のことや折々の心境を日記のように投稿できます。投稿を閲覧した会員からもコメントでき、そこで生まれる交流や支え合いが大きな特徴です。

今年は新たに消化器がんの女性を支える「ピアリング・ブルー」が始動しました。ピアリングの輪は、ますます大きくなるうとしています。



## ■認定がん医療ネットワークナビゲーター受講動機

私はグラフィックデザイナーとして働く会社員で、数年前に子宮体がんを罹患しています。職場復帰するころ「以前と同じように働けるだろうか」という思いでネット検索するうち、ピアリングを利用するようになりました。投稿で教わったヘルプマークを入手するなど知恵を授かり、小さな準備が大きな安心に変わることを実感。その感謝から、自分の経験もお伝えしていこうと思いましたが……。

皆さんの不安はとても多様でした。置かれている状況により、自分と違う視点がたくさんあることに気づかされます。それぞれの思いを尊重しながら「あなたは独りではない」と伝えたい。そこで「がん」のこと、特にコミュニケーションや情報の探し方について知りたいと思い、e-ラーニングで学べる本制度を利用させていただきました。

## ■今回の取り組み

がんの告知を受けると、その瞬間から見える景色が全く変わってしまう人は少なくありません。ピアリングでも告知間もない人からは「急にがんと言われ、入院することになった。驚きと不安で頭がいっぱいになり、何から手を付けていいかわからない」と、抑えられない感情を綴る投稿が目立ちます。

その後入院・手術を経験すると治療への理解が深まり、投稿テーマも自身の治療記録や経験談といった具体的な内容に変わります。「入院のときに〇〇を持って行けばよかった」「これは便利だった」「こんな風に過ごした」「コロナ時は□□に気をつけて」など、退院前の人から発信されることもあり。これから入院する人の役に立ちたいという経験者の投稿は、今も増え続けています。

入院関連の中でも持ち物についての質問は多く、これまで「こういう検索をするとヒットしますよ」と伝えてはいたものの、操作が苦手な人や心が不安定な人への寄り添いとして、もっと方法があるのではないかと「知りたい人」と「伝えたい人」をうまくマッチングできるのでは？会員増加とともに、そんなことを考えるようになりました。

そこで100万件を超える投稿から「入院準備」に言及しているものを抽出、キーワードを集計してみたところ、誰もが共通して挙げる項目と、投稿者の視点による項目に分類できることが分かりました。「共通する項目は、みんなに必要なのかもしれない」と感じ、それを1枚のチェックリストにすることをピアリング運営事務局に提案、快諾をいただき本格的に制作を始めました。

項目の選定にあたっては「全て必要なのかな」という心配に繋がらないよう事務局の意見も聞きながら検討、優先度がわかりやすい表記を意識しました。現段階で多くの経験者が挙げた32の項目に別項を加え、カテゴリーごとにレイアウトしています。また、ビジュアルにもこだわりました。治療する人の気持ちが和らぐよう淡く優しい配色で温かみを、さらにイラストレーターとして活躍中で、AYA世代の会員さんが描かれた可愛いキャラクターを配置することで親しみやすさも増しました。別のページでは治療費に関する制度のことや、こころの不安の相談先、治療前に済ませておきたいことを記載。女性ならではの視点を活かしています。



「入院準備チェックリスト」はがんに罹患した女性の使用を想定し制作しましたが、どなたでも無料でダウンロードが可能です。病気・ケガで入院される多くの人に利用いただければと思います。そして今後は周知が課題と考える中で、新聞掲載という嬉しい出来事もありました。今後も変わっていく情報に対応しながら、あの日と変わらない気持ちで不安を抱える人に寄り添えたらと思っています。最後に、このような機会をいただき感謝申し上げます。ありがとうございました。

女性特有のがんのオンライン患者会を運営する一般社団法人「ピアリング」(横浜市)が、会員の声を参考に入院に必要なものをまとめた「入院準備チェックリスト」を作成した。担当者は「がん告知を受けて不安を抱えながら、入院準備をしなければならぬ人の力になれば」と話す。同会は会員数約1万5000人で、SNSで日々の思いや経験談を投稿している。リストは、治療中や治療を終えた会員らが寄せた入院時の持ち物にまつわる情報を基に、約60のアイテムを列記し

## がん入院準備リスト

患者の声 参考に作成



た。体位交換に必要なクッションや、ホルモンバランスの乱れで体温が上がった時に役立つ携帯用扇風機など、経験者の視点を生かしたラインナップだ。会員のイラストレーターによる絵が温かみを添える。

ており、裏面には治療費のサポートや不安がある時の相談先を案内している。同会の情報サイト (<https://news.piering.com/>) から無料でダウンロードできる。

ダウンロードはこちらから⇒



←読売新聞2023年6月28日付朝刊

## 「温かな人との連帯と励ましのなかでの夫の荘厳な旅立ち」 青木 喜代

主人は昭和57年、勤めていた会社から独立し、社員1人と私と3人で小さな工業用試作品製造会社を興しました。昨年1月6日の仕事始めの全体会議の席で、3月1日の創業40周年をもって、娘婿に社長を託し、自身は会長に就任すると発表。そのわずか1週間後、咳と痰が長引くため近くの医院で受診したところ、東海大学病院を紹介され、肺がんに罹っている事がわかりました。40年間に渡り、昼夜を問わずあらゆる分野で役立つ新商品の開発に力を注ぎ、製造した製品は宇宙実験でも役立つまでになりました。

経営者として社員とご家族の皆さんを護っていく立場にあるため、何かあってはと毎年東大病院で人間ドックを受けてきました。2年前の11月、がんマーカーが高いため、膵臓がん検査を受け、引き続きどの部分に原因があるのか検査している最中のことでした。

東海大学病院の診断は「間質性肺炎を伴う肺がんステージ3A」でした。毎年人間ドックを受けていながら、初期で見つけられなかったことに動揺しながらも、普段からお世話になっている地元の佐々木県会議員に相談すると、直ぐに、ピアサポーターで日本癌治療学会認定医療ネットワークシニアナビゲーターの村上さんを紹介してくださいました。

村上さんは、お忙しい中、主人と私たち家族のためにすぐにお会いしてくださいました。

私たちなりに調べ、「神奈川県立がんセンターでおこなっている重粒子線治療を受けたい」とお伝えすると、村上さんは重粒子線治療の様々な資料を用意して下さり「東海大学病院の主治医から重粒子線は無理と言われても、今の治療は日々進歩しているので、いろいろな選択肢がありますよ」と温かく励まして下さいました。その上で「東海大学病院は県内でも、がん治療の研究機関としても症例も多く、病院内に『がん相談窓口・相談支援センター』があるので相談しながら安心して治療を受けて下さい」とアドバイスしてくださり、そのまま東海大学病院で治療することに決めました。

しかし、検査が進むと、悪化した間質性肺炎がある為、放射線治療も切除手術も行うことができず、抗がん剤治療のみを中心に進めることになりました。

私たちはどうにか抗がん剤以外の治療法がないのかと、セカンドオピニオンとして、神奈川県立がんセンターを受診しましたが、診断は、東海大と同じものでした。

治療に納得をして、東海大学病院にて3月14日第1回目の抗がん剤治療を開始。初めて受ける抗がん剤の投与は手足のしびれの副作用が想像以上にひどく苦しみました。

再び他の治療法を求め、村上さんに相談。すると、癌相談サイト「オンコロ」を紹介してくださったり、私を北里大学病院内で開催されている、「がんサロン」に連れて行ってくださいました。そこではがんについての様々な講義をしてください、終了後には、がんで闘病している方たちが、ドクターや看護師さん達と「私は昨年肺がんの摘出手術をしたけれども、再発して今はこの薬を飲んで元気になっているのよ」などと、ざっばらんに本音で赤裸々に語りあっていて、その姿に、「がんと前向きに闘っていらっしゃる方がこんなにもいるのだ」と大きな勇気を頂きました。また主催者の佐々木先生は「いつでも困ったらセカンドオピニオンで来てください」と優しい言葉をかけてくださいました。その日、放射線治療の講義をしてくださった、長年北里大学病院副院長を務められ、退職後立川病院に勤務されておられる早川先生が、東京でも講演会をされるとお聞きし、主人の為に行って勉強したいと相談すると村上さんはその会場にも私を案内して付き添って下さりました。

早川先生も主人の病状を聞いてくださり、「いつでも相談に来て下さい」と温かく励ましてくださいました。

色々な方々にアドバイスを頂いたことで、心が軽くなったことに感謝する日々でした。

村上さんの、どこまでも患者や家族に寄り添ってくださるその姿勢や、癌学会の発表があれば、1人で全国に飛んで行かれる行動力を見て、私も少しでも村上さんのお役に立ちたいと思うようになり、時間があると村上さんの北里がんサロンへの送迎を願い出るようになりました。主人の看病をしながらも、人のために少しでも、お役に立てることが嬉しくて、そんな私を主人は温かく見守ってくれていました。

2度の抗がん剤治療は、間質性肺炎があるため思うように効かず、3度目をうかがううちに、今年(2023年)に入って主人の容態は急激に悪化してしまいました。入院先の東海大学病院でも「もう治療がこれ以上はできません。ご自宅に戻れますか？それともホスピスに行かれますか？」と選択を促されました。その時も病院から村上さんに相談をし、どうしたら良いのかアドバイスをもらうと、自宅に戻り、病院と連携をしている地元の病院で訪問診療を受けながら過ごす「自宅療養」を推奨していただきました。

家族で24時間体制で酸素吸入の管理をしながら、食事をはじめ全ての看護をするのは大変なものでしたが、幸いにも、長女家族、次女家族と同じ建物に3世帯で住んでいるので、家族が力を合わせてあたることができました。ケアマネージャーをしている甥も進んで看護に加わってくれました。

ときには5人の孫たちが部屋に来て、主人の大好きな歌を踊りながら歌い元気づけたり、休日になると家族全員が部屋に集まり、アメリカのフロリダに住む主人の姉もリモートで参加し、楽しく会話し心を合わせて祈ることもできました。

婿も1年間社長として頑張り、業績を大幅な黒字にできたことを主人に報告すると、主人も笑顔で「やったね！」と大きく手で合図を送っていました。

退院してちょうど20日目に最期の日を迎えました。その日もお昼ご飯を食べ、孫たちとも一人一人手を合わせながらゆっくりと触れ合い、そのまま眠りにつくと、私と娘2人が見守る中、いつ逝ったか分からないほど、静かに息を引き取りました。1週間前まで10リットルの酸素を吸っても肩で息をするほど苦しかった呼吸も、最後の1週間はとても安らかで、酸素濃度は95を指していました。

自宅で家族で看取ることができたことは私にとって大きな救いとなりました。

思い起こせば、2022年3月14日に抗がん剤治療をスタートし、2023年3月14日に逝去。

ぴったり1年間の闘病生活でしたが、病気という宿命と戦ったからこそ、周りの環境、人への感謝が深まり、その恩に応えようと行動することができ、その宿命と戦う姿が周りの人々の人生の鏡となって永遠に心に残っていく。

今までにないくらい夫と時間を共有し、共にがんを闘ったことで、主人も私も大切なことを学ぶことができました。

がん患者の家族としては、病院から治療法を提示されたとき、その方法が最適なのか、他に選択肢はあるのか、自分で調べるものの知識の少なさから限界を感じ、そんな時、村上さんをはじめ、たくさんの方から励ましと共に大事な情報を頂いたことは、とても励みになり、前向きに治療に向かい続ける原動力となったことを心から感謝しています。

患者と家族が希望を持って最後まで「前進」し抜けるかどうか、それがとても大切なことだと思います。がんを闘う方々のために、ナビゲーター・ピアサポートの存在が広く認知されることを切に願っています。

これからも、最期には「宿命」を「使命」に変えた主人の姿を思い浮かべながら、主人のように人の幸せのために尽くせる人生であるよう、一步一步前に進んでいきたいと思っています。



国立病院機構 災害医療センター  
主催セミナーで早川和重先生と⇒



# 報恩感謝

夫 青木孝夫は昭和26年9月29日 神奈川県愛川町で 姉2人兄1人の4人兄弟の末っ子として生まれました 小さい頃から活発で 中学時代には住んでいた淵野辺から愛川町の母親の実家まで自転車でよく釣りに行ったそうです

東京で1人暮らしを始めたころ 女子大生だった私と知り合い 昭和50年に結婚 2人の娘にも恵まれました

同じ会社の同僚の方と 昭和57年に相模原市に有限会社青木モデルを設立以来なぜか憎めない 人を惹きつけるお茶目な夫は 沢山の人間に支えられ数々の苦難を乗り越え 平成2年には株式会社アトラスに組織を拡大 総合試作開発支援企業として日本国内の5本の指に入るまでに成長することができました

コロナ禍に入り 時間に余裕ができると 夫の部屋はたちまち孫達5人の工作室に変身 廃材を利用して 手作りのフェイスシールドを作成 会社で製品化して 病院や大学学校等 沢山の場所にお届けし 大変喜んで頂くことができました

孫達には 常々「人と比べるのではなくオンリーワンを目指しなさい」と言い続けていました 平成26年8月24日 4階建てのビルを娘たち夫婦と共に新築し 1階の30畳の和室を地域の皆様に自由に使っていただくことになりました

夫は 沢山の方々に利用していただけて本当に喜んでおりました

「人のために火をともしば 我がまへあきらかなるがごとし」とご金言にあります他者のために行動することが 自身の成長をもたらすと説いています

夫も『貢献』を会社の理念に掲げ 40年間 経営に邁進してきました

「地域に貢献」「社会に貢献」「国に貢献」とどこまでも人を想い 誰にでも平等で報恩感謝の人でした

最高の夫と過ごした51年間は私にとってかけがえのない宝となり 家族の心の中でいつまでも生き続けることでしょう

これからも 夫の意志を継ぎ 家族一丸となって 会社の繁栄と 青木栄光会館が地域の皆様に更に愛されるよう精進してまいる決意です



## シニアナビとして患者、ご家族に寄り添って がん医療ネットワークシニアナビゲーター 村上利枝

はじめに

私は、乳がんと子宮頸がんの2つの婦人科がんの体験者で、こうして生きていることに感謝し、2007年からNPO法人がんネットワークジャパン（CNJ）乳がん体験者コーディネーター（BEC）取得を機に東京都が、モデル事業で企画したピアカウンセリング（後のピアサポート）に関わらせて頂き、現在まで地元相模原市、神奈川県を中心にピアサポート活動やがん患者支援等に従事させていただいております。

私と日本癌治療学会との関わりは、2015年日本癌治療学会学術集会で、認定医療ネットワークナビゲーター制度を知り、ピアサポートの質の担保維持に悩んでいた私が探し求めていた学びと思い、早速E-ランニングを受講しました。E-ランニングを終えナビゲーターの資格を取得しました。その後、コミュニケーションスキル、シニアナビのための研修を終え、2017年10月にシニアナビゲーターを取得いたしました。私の場合は、より良いピアサポート相談、すなわちピアサポートとしての質の担保、維持を目的とした取得でした。2009年から従事しています地元の相模原協同病院では、ナビゲーターとしてHP等に案内をしてくれています。

相模原協同病院のピアサポーター3名は、全員ナビゲーター取得者です。

簡単にナビ制度をご説明すると、日本癌治療学会認定ナビ制度は、日本のがん医療の発展と進歩を促進し、国民の福祉に貢献することを目的に作られた制度で、2段階（ナビ・シニアナビ）に分かれています。

業務内容としては、次のように掲げられています。

### ネットワークナビゲーター

- (1)地域におけるがん診療情報や医療サービス情報を収集する
- (2)地域におけるがん診療情報や医療サービス情報を提供する
- (3)地域のがん診療連携活動に参加する
- (4)医療介入またはこれに相当する可能性のある行為は行わない

### シニアナビゲーター

- (1)地域におけるがん診療情報や医療サービス情報を収集する
- (2)がん患者・家族等の求めに応じ、がん診療情報や医療サービス情報を適切に提供する
- (3)地域連携クリティカルパスの運用支援を行う
- (4)臨床試験・治験に関する情報を適切に提供する
- (5)がん診療連携拠点病院の相談支援センターと連携し、地域のがん診療連携活動を推進する
- (6)医療介入またはこれに相当する可能性のある行為は行わない



コロナ発症前は、相模原協同病院他で対面を主としたピアサポート事業に関わっていました。相模原市は、全国初のコロナ患者が発症したこともあり、2020年2月全国に先駆けてコロナ対策が行われ、ピアサポートも休止になりました。また全国的にもコロナ対策で休止となったところも多くがん患者、家族は、相談する場所もなく、途方にくれた方も多くいらっしゃいました。実は、これからお話する青木さんもその一人でした。これから青木さんにご家族との認定医療ネットワークシニアナビゲーターとしての関わりをお話したいと思います。

## 1. 青木さんご家族との出会い

青木さんご夫妻は、会社を経営され、地元相模原市、神奈川県にも多くの社会貢献もされているとても仲の良いご夫婦です。そんなご夫婦に突然思いもよらぬ事がおきました。

ご主人の体調が思わしくなく気になりかかりつけのお医者様に受診をされたそうです。そしてレントゲンを撮ったら肺に気になる影があるとのことで、大きな病院できちんと診て頂くようにと言われ、耳下腺腫瘍で診ていただいている東海大学病院宛に紹介状を書いていただき、色々検査をして、間質性肺炎を伴う「肺がん」のステージ3と告知されたそうです。間質性肺炎もあるので抗がん剤治療をしましょうと具体的な治療選択のお話も主治医からあったそうです。

ご主人は、70歳を過ぎたことを機に、会社経営を娘婿さんに委ね、少しご自分の時間、ご夫婦の時間を大切にしようと思って動いた矢先でした。よく頭が、真っ白になるといわれますが、正にそんな状態でした。神奈川県には、重量子線治療が行われる施設がありません。

そこで主治医の先生に重量子線治療をしたいとお話すると、間質性肺炎があるのでできないと言われ、現時点では手術もできない、重量子線もだめと、途方にくれてしまいました。いろいろと普段から親しくされている方にご連絡されたそうです。相談を受けた方は、たまたま神奈川県のがん対策等にも関与されている県会議員さんでした。お立場上ピアサポーターやがん医療ネットワークナビゲーターの存在を知っている方だったので、すぐに村上に連絡されてきました。

時は、コロナな真っ最中の2022年1月中旬でした。

私は、自分自身ががんを体験し、とても不安で一杯だった思いがあります。どうしようもない不安に駆られた事もあります。自分自身で解決しようにもできない何処をどうしたらいいのか不安だらけだった日々の体験があります。

そんな思いを経験しているからこそ、ご相談者に一刻も早くお会いしてあげたいと思い、すぐにお互いの都合を確認しあい、相談者ご夫婦と娘様にお会いしました。

事前にご紹介者と詳しくお話しさせて頂き、ナビゲーターの業務内容の一つでもあります適切な情報提供で少しでも相談に役立つよう肺がんの国立がん情報サービスの小冊子、神奈川県がんサポートハンドブック、肺がんガイドライン、重粒子線について知りたいとの事なので、神奈川県がんセンター、群馬大学附属病院、国立研究開発法人粒子科学技術研究機構QST病院等の資料をご用意いたしました。お会いするとがんに罹患したかつての私のように、かなり不安や動揺をお持ちになっているご様子でした。

ピアサポートの原点は、まずは、お気持ちをしっかりと聴かせて頂くことです。

不安なお気持ちを聞くと同時に、ご相談者の青木様の主訴は、重粒子線治療のことでした。主治医の先生には、重粒子線の事もご相談されていました。そのお答は、「間質性肺炎があるので難しいです。」とお答されたようでした。

でも告知されて間もなくのご本人にとっては、きちんと主治医の先生が、ご説明されていても、主治医の説明も入らず、「なんで重粒子線治療ができないのか。そんなに自分は、手に負えないほど状況が悪いのか。絶望的なのか。」と頭の中でグルグルというんな思いが回っている状況でした。

今回のご相談者だけでなく、私が、受けるご相談の多くの方がそうです。

例えば、前立腺がんの患者さんですが、前立腺がんと言われ、「前立腺がんですが、優しいタイプなので、もう少し様子を見て、必要があれば治療に入りましょう。」と言われました。がんは、少しでも早く治療に入らないといけないうって、がんの番組でもよくいっているじゃないですか。それなのにもう少し様子を見ましょう。とは、「俺は、治療ができないほど、絶望的なのか。」と悲嘆にくれて、ご相談に來られる方もいます。私達ピアサポーターやナビゲーターは、医療介入をしてはいけませんし、できません。医療情報として、国立がん情報サービスの「前立腺がん」の小冊子やCNJの「もっと知ってほしい前立腺がんのこと」の必要ページを開いてみて頂き、ご案内するのみですが、ご相談者は、「そういえば、主治医の先生が、そんなこと言っていた。」と「そうか。余計な心配してしまった。」と笑いながら主治医に対する不信感もとれ、不安もなくなり、表情が明るくなって帰られます。

青木様には、事前に準備していた神奈川県立がんセンター、群馬大学附属病院等の重粒子線の説明資料（間質性肺炎の方の肺がん治療の重粒子線治療対応は、難しい事が記載）をご提示させていただきました。

それを讀まれて、青木様は、「そうだったのか。この病院が提供している資料のような事、そういえば、そんなこと主治医の先生がおっしゃっていた。」と不信感がとれたようでした。また治療法に迷われるなら、セカンドオピニオンという対応もあります。がんは、その時、その時ご自身が、納得して進むことが、大事だと思います。がん拠点病院には、「相談支援センター」というがんの相談窓口があるので、わからない事や困ったことは、気軽ににご相談してください。勿論無料で対応してくれます。とご案内しました。また主治医の先生にも困った時や、わからないことは、よく相談することも大切ですよとお話しました。

患者様、ご家族の必死な思いが伝わっていました。これだけがんが2人に1人になると言われていても、私もそうでしたが、まさか自分には、来ない。と思うのは、誰しもでは、同じではないでしょうか。まして、肺がんの治療選択等の抗がん剤の知識、放射線治療の知識など一般の方が、わからないのは、当然の事だと思います。でも奥様をはじめ、お子様たちは、本当に何とか少しでも学び、ご主人の病気に役立ちたいという思いで一杯でした。

6月には、前北里大学病院副院長早川和重先生の「マインドフルネスを用いたがんとの向き合い方」の勉強がありました。がんとの向き合い方に悩んでおられましたので、北里がんサロンにお誘いしました。奥様は、北里がんサロンに参加され、佐々木先生からも何かあったら、セカンドオピニオンで相談できるからとお声掛けて頂いたり、その病院に雇っていない方も、相談支援センター（北里大学は、トータルサポートセンター）が利用できるからとトータルサポートセンターの方が、優しく対応してくれたりしました。早川先生におかれては、放射線治療の説明もしてくれました。たまたま北里がんサロンの次の日が、早川先生が現在勤務されている立川病院の放射線治療の公開講座があるからと、早川先生からお誘いがありました。奥様は、少しでも学びたいとおっしゃって行かれるご様子でした。奥様のご主人への熱心な思いを感じ、私も少しでもお力になればと、と一緒に立川の会場に行きました。そこでは、そんな奥様の気持ちを温かく見守ってくださり、早川先生は、とても親切に色々とお説明してくださいました。本当に皆さんの温かい気持ちに有難く感謝の気持ちで一杯になりました。

私の事を思い起すと、がんの手術の退院2日前に実母が脳梗塞で倒れ、退院と同時に母の介護生活が始まりました。その1年後に娘が、ノーブレーキの車にはねられる大事故にあいました。

そんな時でもがんを抱えながらなんとかこうして生きてこられたのは、沢山の方の、温かい言葉や温かく優しい対応でした。きっと青木様の奥さんも皆さんの温かく優しい励ましを感じられたからこそ、倒れてしまうのではないかと思う位の中頑張っ、ご主人に対し、笑顔を最後まで絶やさずにいられたのではないかと思います。

崖っぐちに立たされた本人や家族は、ほんの小さな一言でも、頑張れる気持ちにもなれるし、谷底に落ちそうにもなってしまいます。早川先生や北里大学病院のひだまりサロンの相談支援センターの皆さん、東海大学病院の主治医の先生や看護師さんたちの温かい励まし、東海大学病院の相談支援センターの皆さんの見守りが、青木様やご家族のがん治療の大きな力になったのではと思います。

私は、頑張っておられる奥様が、倒れてしまうのではないかと心配で連絡を入れたりしていました。その際、抗がん剤の副作用で、手足のしびれが辛いとお聞きすると患者さんの智恵をお伝えしたり、食事が抗がん剤の副作用で召し上がりにくいとお聞きしたら、食べやすい食事の情報提供等のサポートをさせて頂いたりしました。

クリスマス、お正月には、お孫さんに囲まれた楽しい話題も聞こえ、私まで、嬉しい気持ちになりました。本当にご家族の素晴らしい愛に囲まれたご様子が目につくかようでした。

年が明けた1月の半ば過ぎだったと思います。奥様から着信があり、折り返しすると、今東海大学病院に入院したとの事。また詳しい事がわかったら相談ののって下さいとのことでした。

その夜奥様とお話し、なかなか厳しい状況で、緩和病棟を探されるか、ご自宅で過ごされるかを今後考えていかなければならない。とのことでした。

私は、奥様のお気持ちお聴きました。ご主人は、最後の時間を、孫や娘さんご家族に囲まれてゆっくりとご自宅で過ごしたい。しかし、奥様としては、自宅で見るには、どうしたらいいのかわからない、不安だらけです。とお話されました。それでは、どうしたらご主人や奥様の思いを実現できるか。いろいろと訪問看護を専門としている緩和ケアの先生に相談してみようということで、私は、早速、地域の親しくしている在宅医療の石橋先生にご相談いたしました。

その先生は、相模原市北部の地域医療にとっても熱心に取り組んでおられる先生で、私の着信履歴をご覧になって、すぐにお電話をくださり、ご相談ののって下さいました。

そしてがん患者が本人の希望に沿うようにスムーズにつながるような仕組みを丁寧に説明してくれてました。その先生は、「自分は、相模原市の緑区の端なので、関われないが、青木様の住んで居るところにも熱心に取り組んでおられる先生がいるから安心してご本人やご家族の思いを実現させてあげて」と話して下さいました。そして、青木様のかかっている病院の相談支援センターから紹介してもらおうといいよ。と利用のしかたも教えてくれました。

直ぐに奥様にそれを伝えると、少し安心されて、早束手配してみますとおっしゃっていました。

青木様、ご家族は、相模原市の訪問看護協会のご協力もあり、またとても訪問看護に厚い思いのある先生にも出会い、何かあったらすぐに医師が駆けつけてくれたり、看護師さんも朝に晩に2回訪問して下さったり、在宅医は、2日に1回は、訪問してくれたり、安心した中、終末期を過ごすことができたようでした。

お電話を入れると、同じ家の階違いのお孫さんが遊びに来て、ご主人のそばで、ご主人も大好きな「となりのトトロのさんぽ」をお孫さん達が歌ってくれ、ご主人は、それを嬉しそうに眺めていたりしてとても穏やかな日々を過ごされている様子でした。量は沢山召し上がれなくても、奥様の愛情が一杯のお食事もお召し上がられる様子でした。コロナ渦で、十分面会ができない状況だったのでご自宅で看とるという選択は、ご家族のご負担はあったかと思いますが、とても素晴らしい日々を送られたと胸が熱くなる思いがしました。

3月15日の早朝、臨床腫瘍学会福岡会場に向かう新幹線の中、奥様から昨夜ご主人が旅立たれたことのご連絡がありました。取り敢えず福岡のホテルについてご連絡を入れると、ご主人の大好きな歌「トトロのさんぽ」をお孫さん達が歌って下さり、それを楽しくそれに御覧になり、亡くなる寸前まで奥様や娘さん達ご夫婦や、お孫さんに囲まれて幸せそうだった様子でした。

そんなお話を聞き、またご葬儀に参列させて頂き、奥様やご家族がご主人の尊厳を大切に誠意一杯のお気持ちでご主人をお送りしたことがわかりました。

素晴らしいご家族と思うと同時に、素晴らしいご主人だから、ご家族がこの様な関わりができるのかと、改めて人が生きていくことは、今をしっかりと歩んでいく事かと学ばせていただきました。

今回第4次がん対策基本計画では、全体目標：「誰一人取り残さないがん対策を推進し全ての国民とがんの克服を目指す。」と掲げられています。

特にがんとの共生の部分で、終末期医療にスムーズに移行できず、本人も家族も不安や大いなる後悔にさいなまれる方もおられます。

今回、シニアナビゲーターとして、告知から治療期、終末期と関わらせて頂き、寄り添いの大事さ、大切さを感じました。適切な情報提供の大切さも学びました。

私は、通常は、がん拠点病院や保健所で、がん相談対応をしています。個人情報には、関与しないので、ご相談者の連絡先も知りません。受けたご相談者に相談場所以外での、個人的なご相談は対応していません。今回コロナ等こともあり、告知の最初から、お亡くなりになるまで、付き添わせていただきました。

本当に日本癌治療学会認定医療ネットワークナビゲーターが、地域で、がん患者、家族を支え、正しくナビゲートすることの大切さを学びました。

現在全国にシニアナビゲーター97名、ナビゲーター662名（2022年8月31日現在）合計859名のナビゲーターがいます。ナビゲーター各人が、地域でより活動し、少しでも、まさしく第4次がん対策基本法のように支え、明るい未来ある日本に貢献していくことを心から切に望みます。

最後に青木様のご冥福を心からお祈りいたします。献身的なご看病されてきた奥様、ご家族様大変お疲れ様でした。どうぞお体を大切にしてください。

青木様奥様、ご家族様には、今回のシニアナビ活動記にご協力頂きましたこと、心から感謝御礼申し上げます。

（今回ご家族様の手記もあり、お名前の実名掲載の了解を取らせて頂いています。）

	シニアnavi	navi	e- LEARNING 受講者	受講者数
北海道	10	24	6	40
青森県	0	8	1	9
岩手県	0	1	2	3
宮城県	0	1	4	5
秋田県	1	13	2	16
山形県	1	6	9	16
福島県	1	8	9	18
茨城県	0	3		3
栃木県	0	1		1
群馬県	5	12	13	30
埼玉県	8	8	26	42
千葉県	1	9	16	26
東京都	4	54	64	122
神奈川県	2	17	27	46
新潟県	0	6	6	12
富山県	0	0		0
石川県	0	1	3	4
福井県	0	1	2	3
山梨県	0	0	1	1
長野県	0	3	6	9
岐阜県	2	6	3	11
静岡県	1	10	4	15
愛知県	2	8	17	27
三重県	3	3	2	8

	シニアnavi	navi	e- LEARNING 受講者	受講者数
滋賀県	4	0	5	9
京都府	1	2	3	6
大阪府	4	20	21	45
兵庫県	3	7	7	17
奈良県	0	3	1	4
和歌山県	0	0	0	0
鳥取県	0	2	1	3
島根県	0	1	1	2
岡山県	2	8	4	14
広島県	1	9	5	15
山口県	0	2	3	5
徳島県	1	0		1
香川県	0	1	3	4
愛媛県	1	7	1	9
高知県	0	2	2	4
福岡県	11	237	62	310
佐賀県	1	8	6	15
長崎県	0	13	14	27
熊本県	7	46	38	91
大分県	2	31	9	42
宮崎県	0	2		2
鹿児島県	0	4	7	11
沖縄県	0	2	6	8
合計	79	610	422	1111

2023年7月24日 現在

編集：

広報ワーキンググループ委員長

田畑 務 (東京女子医科大学 産婦人科)

連絡先：一般社団法人日本癌治療学会

メールアドレス： [navi@jsco.or.jp](mailto:navi@jsco.or.jp)