

がんを知り がんを克ち がんとともに生きる

富山県がん総合相談支援センターたよりの創刊号によせて



富山県厚生部 健康課長 太田 浩男

近年、がんの治療はめざましい進歩をとげ、早期発見であれば、ほとんどが治癒し、生涯にわたりがん付き合いながら暮らしていける時代となりました。

しかし、がん患者さんの多くは治療だけではなく、病気との付き合い方、家庭生活や就労との両立など、様々な不安や悩みを抱えておられます。

県では、平成 25 年4月に新しい「がん対策推進計画」を策定し、「患者支援体制の充実」を重点課題のひとつとして、総合的ながん対策を推進しているところであり、患者さんやご家族の様々なご相談に対応する身近な総合相談の窓口として、平成 25 年9月に「富山県がん総合相談支援センター」(以下「センター」)を開設いたしました。

センターは富山県社会福祉協議会の中に設置されており、協議会で実施されている介護、法律、就労など様々な専門相談部門とも連携して、質の高い相談対応を行っています。また、がんを経験した人やその家族を対象にピアサポーターを養成しており、現在、38名のピアサポーターが自らの体験を生かして、がんを罹った人の不安や悩みに寄り添います。

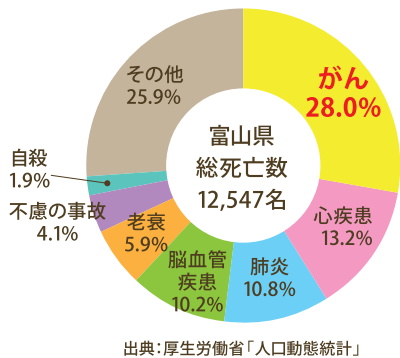
生涯のうち2人に1人が、がんにかかると言われています。県内では新たにがんにかかる人は年間8千人を超え、高齢化とともに患者数はますます増加すると考えられることから、県としては、センターの取り組みについて、これまで以上に積極的に普及啓発を行いたいと考えております。

センターでは、県内関係機関の皆様のご協力をいただきまして、がんの患者さんや家族の皆様に寄り添い、心のこもった活動を進めてまいります。

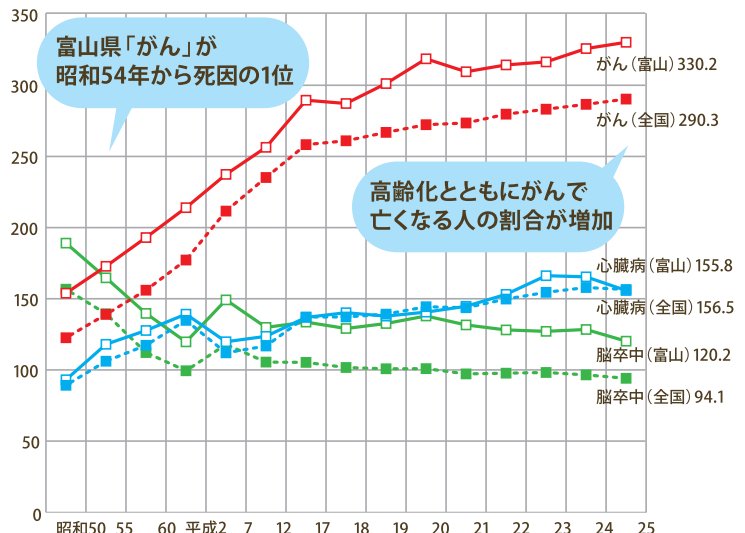
富山県内の主な死因割合 (平成25年)

- 県内で、がんで亡くなる人:約3千5百人
- 総死亡者数に占める割合:約3割

	人数	%
総死亡数	12,547	100.0
1 がん	3,517	28.0
2 心疾患	1,659	13.2
3 肺炎	1,349	10.8
4 脳血管疾患	1,280	10.2
5 老衰	743	5.9
6 不慮の事故	509	4.1
7 自殺	241	1.9
8 その他	3,249	25.9



がんの死亡率の推移 (人口10万対)



事業報告

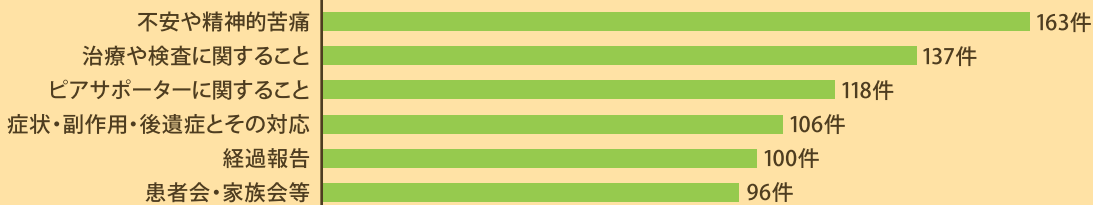
1 相談状況

がん医療の進歩はめざましく、治療しながら社会生活を送る方が増えてきています。相談内容は、「がんが疑われると言われて不安でたまらない、診断や治療についてもっと詳しく知りたい、医療費はいくらかかるのか？」など様々です。がんという病気を抱えたまま、住み慣れた地域で、継続した生活や人生を送られるよう、がんに関する様々な相談に応じています。



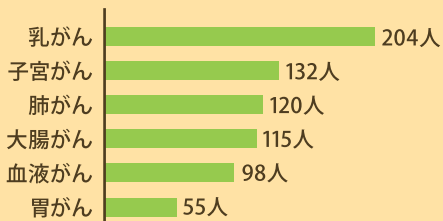
①相談件数 平成25年度： 585件 (平成24年9月～平成25年3月)
平成26年度：1,002件

②相談内容 (平成26年度 上位)



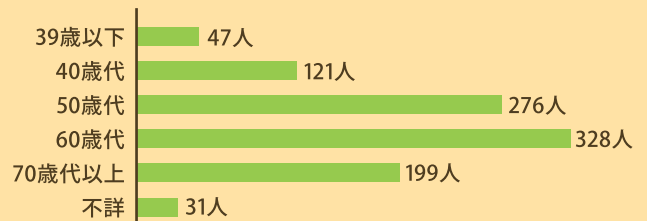
○上位は、不安や精神的苦痛、治療や検査に関すること

③相談を受けたがんの種類 (平成26年度 上位)



○上位は、乳がん、子宮がん、肺がん

④相談者の年代 (平成26年度)



○上位は、60代、50代、70代

2 情報提供

図書の貸出 平成25年度： 66冊
平成26年度：165冊

情報を正しく知ることで、納得のいく治療を受けることができます。

図書の閲覧、貸出、インターネット検索などで、あなたの知りたい情報を調べるお手伝いをします。



○貸出図書
専門書他 約300冊
雑誌 5誌

○無料提供
国立がん研究センター
がん情報サービスからの
冊子等約60種類を無料
提供しています。

ここの情報は、新しい知識が得られるので、
ありがたいです。
(利用者)



3 がんピアサポーター養成講座

がん体験者や家族が、自らの経験を活かし、がん患者やその家族と同じ立場で不安や悩みを共有し、共に考え支える活動を行う、ピアサポーターの養成を行っています。



がんピアサポーターの
シンボルマーク

①講座修了者 平成25年度:29名
平成26年度:16名

②講座内容(平成26年度)

	主な内容	講師
第1回	ピアサポートとは何か ピアサポートの実際を知る	NPO法人ミーネット 理事長・名古屋市がん相談情報サロン・ピアネット 所長 花井 美紀 氏 スーパーバイザー 伊藤 和直 氏
第2回	肺がんの基礎知識	富山県健康増進センター 所長 能登 啓文 氏
第3回	胃・大腸がんの基礎知識 化学療法と看護	富山県立中央病院 外科部長 加治 正英 氏 富山県立中央病院 がん化学療法看護認定看護師 高島 友紀子 氏
第4回	女性がんに関する基礎知識 子宮がん 乳がん	富山県立中央病院 産婦人科部長 南 里恵 氏 富山大学附属病院 乳腺内分泌外科診療准教授 長田 拓哉 氏
第5回	がん患者を支える医療関係者の講義 がん診療連携拠点病院の見学	富山県立中央病院 がん看護専門看護師 乳がん看護認定看護師など
第6回	ピアサポーターのコミュニケーション技法 ピアサポート・相談対応の実際	NPO法人ミーネット 理事長・名古屋市がん相談情報サロン・ピアネット 所長 花井 美紀 氏 スーパーバイザー 伊藤 和直 氏

③受講動機・受講感想から(一部抜粋)

がんと診断された時から、悩み、苦しみ、辛くなり私の人生に、心の中に大きな穴があきました。穴があいたゆえに、それまで見えなかった[人の支え]から生きる力と勇気をもらい、また、自分らしく今を生きる意味の大切さも教えられ、今は、[人の支え]に感謝の毎日です。今度は、自分のがん体験を活かしながら、他のがん患者さんの不安・悩みを和らげるお手伝いをしたい。

(50代 女性)



術後の生活に不安を持っていた事と、それによるウツウツ状態時、経験した人からアドバイスをきいたら、どんなに良かったらという思いを基に、ピアサポーターをしたいと考えています。乳がん治療の副作用の対処、補整下着の使いこなし方などを伝えられたらと思う。



講座も学ぶことがいっぱいありますが、受講仲間からの学びも多かったです。



妻の余命を告げられてから、街ゆく老夫婦を目で追いかけていました。…もう一緒に歩くことはできない…1人で乗り越えていかなければ…辛かった。

(50代 男性)



今年、主人を見送りました。40代で末期の宣告でした。若年で患う辛さは本当に苦しかった。そういう方の力になりたい。

(30代 女性)



4 がんピアサポーター活動など

(1) 交流サロン (平成26年度)

がんピアサポーターが主体となり、その知識や体験を活かして、がん患者やその家族の不安や悩みを傾聴し、共に考え支援を行っています。

■実施日 毎月第4土曜日 10:00～12:00

月	内容	ミニ講座	参加人数
5月	交流サロン		13
6月	交流サロン ミニ講座	化学療法と看護	16
7月	交流サロン ミニ講座	化学療法と副作用	19
8月	交流サロン		16
9月	交流サロン ミニ講座	疼痛緩和	17
10月	交流サロン		16
11月	交流サロン ミニ講座	食事の工夫	17
12月	交流サロン		11
1月	交流サロン ミニ講座	リラクゼーション	20
2月	交流サロン		15
3月	交流サロン ミニ講座	在宅療養支援	14

10月以降のアンケート結果より
今日のサロンはいかがでしたか

大変良かった	33
良かった	33
良くなかった	0
良くも悪くもなかった	0
未記入	9

n=75

サロンに参加する前と後の気持ち

気持ちが向上	57
気持ちは同じ	17
気持ちが下がった	0
未記入	1

n=75



毎回、同じようで、同じでない。

他で話せないことを遠慮なく話せる居場所です。

■参加者感想から (一部抜粋)

患者本人ではなく、家族としての気持ちを聞いた。家族も大変な思いをしていたのだなと知りました。

がん治療も一段落し、いって元気な自分は、がんであったことを忘れそう。しかしがんに関する本を読み、がんとの長い付き合いが始まったんだと知り、体験者仲間の方からも学ばなければならぬと実感しました。

来る前よりも、気持ちが楽になります。本で読むより、実体験が聞けます。がん種によって、いろいろな問題を抱えておられることを知り、それぞれに工夫した生活や頑張っておられることを知り、勇気をもらいました。

(2) がんピアサポーターによる相談会

(平成26年10月より)

毎週木曜日 13:00～15:00

場所:富山県立中央病院1階医療相談室

回数:26回 相談者:16名

(3) がんピアサポーター

フォローアップ研修

がんピアサポーターの資質向上を目的として、平成26年度は3回実施しました。

5 小児がん講演会

小児がんに関する正しい知識を持ち、安心して適切な医療や教育等の支援が受けられるよう、患児やその家族、関係者等を対象に講演会等を開催しました。



日時:平成26年12月21日(日) 13:30～16:00

会場:サンシップとやま6階

講演:小児がん医療への取り組み

～オールジャパンで治療し、トータルケアで支える～

講師:金沢医科大学小児科主任教授 犀川 太 氏

参加者:67名

9年前に治療した、わが子にも聞いてほしかった。大変分かりやすく、改めて自分の事をわかったくれたのではと思いました。機会があれば、晩期障害(成長や時間の経過に伴って生じる合併症)のお話も聞きたいです。

今日は、白血病を克服した13歳の息子と参加させていただきました。ありがとうございました。

平成27年度事業のご案内

1 がんに関する相談

- 相談受付時間
月～金… 9:00～16:00
土…13:00～16:00
- 働く人の日曜相談会(就労相談)
4月19日(日)・9月6日(日)

2 情報提供

- はあと文庫
がんに関する図書 約350冊
無料提供冊子 約60種類

3 がんピアサポーター養成講座

回	実施日	時間	内容
第1回	9月19日(土)	9:00～12:00	開講式・講義
第2回	10月18日(日)	9:30～16:00	講義
第3回	11月22日(日)	9:00～12:00	講義
第4回	12月13日(日)	9:30～12:00	講義
第5回	2月13日(土)	13:30～16:00	講義
第6回	2月未定(平日)	13:30～15:30	講義・見学
第7回	3月13日(日)	9:30～16:00	講義・実技・修了式

4 がんピアサポーター活動など

(1)交流サロン

毎月第4土曜日13:30～15:30に開催しています。ミニ講座も開催しています。

開催日	内容	ミニ講座(13:30～14:00)
4月25日	交流サロン	
5月23日	交流サロン ミニ講座	化学療法
6月27日	交流サロン	
7月25日	交流サロン ミニ講座	口腔内のケア
8月22日	交流サロン ミニ講座	疼痛緩和
9月26日	交流サロン	
10月24日	交流サロン	
11月28日	交流サロン ミニ講座	感染症予防
12月26日	交流サロン	
1月23日	交流サロン ミニ講座	リラクゼーション
2月27日	交流サロン ミニ講座	薬の飲み方
3月26日	交流サロン	

(2)がん診療連携拠点病院での がんピアサポーターによる相談会

- 富山県立中央病院
毎月第1・3木曜日 13:30～15:30
- 黒部市民病院
7月21日・8月18日・10月20日 14:00～16:00
- 厚生連高岡病院(10月開始)
毎月第3木曜日 14:00～16:00

(3)がんピアサポーター フォローアップ研修

回	実施日	内容
第1回	4月18日(土) 9:30～11:30	・がんピアサポート活動のルール等 ・27年度事業計画等
第2回	7月12日(日) 13:30～15:30	・傾聴法の講義 (一部実技有)
第3回	8月30日(日) 13:30～15:30	・傾聴法の実技 応用編
第4回	12月6日(日) 13:00～16:00	・講義と事例検討 ・1年間の活動の振り返り等

5 小児がん講演会

日時:平成27年8月2日(日)13:30～16:00
会場:サンシップとやま6階
講演:知る、備える、共に生きる
～長期フォローアップが大切です～
講師:金沢医科大学小児科主任教授 犀川 太 氏

詳細は当センターホームページ
または、お気軽にお問合せください。
<http://www.toyama-shakyo.or.jp/>
TEL:076-432-2970

富山県がん総合相談支援センターのご案内



あなたと家族をサポートします。

がん総合相談支援センターのご利用は無料です。
お気軽に、お越しください。 *電話相談も可

- がんの患者さんやご家族をはじめ、県民の皆様にご利用していただく相談窓口です。
- 医療をはじめ在宅療養や介護、就労などがんに関する様々な相談に対して、専門の相談員（看護師・保健師）と一緒に考え、解決に向けて患者さんやご家族をサポートします。
- 当センターは、病院ではありません。



あなたの気持ちに寄り添います。



あなたと一緒に考えます。



ピアサポーターさんと出会いがあります。



相談内容により、専門の窓口を紹介します。

〒930-0094 富山市安住町5-21
富山県総合福祉会館(サンシップとやま)7階
TEL:076-432-2970
FAX:076-432-2971
URL:<http://www.toyama-shakyo.or.jp/>

- 相談受付時間
月～金… 9:00～16:00
土…13:00～16:00
※日・祝祭日、年末年始(12/29～1/3)は休み

交通のご案内

公共交通機関をご利用ください。
JR富山駅から徒歩15分
市電:富山駅前から大学前行・環状線
「県庁前」下車徒歩2分

