



clover クローバー



公益財団法人
やまがた健康推進機構

山形県がん総合相談支援センター

TEL023-688-6511

E-mail:soudan@yamagata-yobou.jp

2020年3月発行 第2号

令和元年7月～スタートした 県立中央病院で行われている

「クローバー(山形・庄内)」「ひだまりカフェ」

にご参加、ご協力いただきましてありがとうございます。

回を重ねるとピアサポーター同士の絆も深まりつつあります。

今後も参加回数を重ね共に学びを深めていきましょう！

今回は庄内で開催されたクローバーの風景です。

今年度は、がん拠点病院の「ひだまりカフェ」、やまがた健康推進機構「クローバー」でサロンの進行役を経験しました。当初、どう進めていけばいいの戸惑いもあった様子ですが、「場を和ませるためには」、「全員に話をさせていただくためには、」などいろいろな課題に対して進行役の個性と創意工夫がありました。さらに、最も大きな収穫としては、ピアサポーター同士の助け合いです。個性を生かしながらサロンを盛り上げ、進行役へのサポートを行うことでサポーター同士の絆を育むことが出来ました。また、まちなかサロンでは高齢者の参加がありました。公共交通機関に頼らざるを得ない方もおり、まちなかサロンの継続の必要性を感じました。



今年度のピアサポーター養成講座修了者から

◆◆ピアサポートサロンひかり◆◆

の感想を寄せていただきました。

初参加や治療中、家族、性別など色々な状況のなか、進行役の話の持って行き方や、ピアサポーター同士がうまいタイミングでフォローしあい、心地よい場と感じた。初参加で涙した方に心を動かされた。

クローバーに初めて参加された一般参加者初めて参加しました。まさか自分が泣くとは。頑張らなくていいんだと気持ちになりました。

クローバー山形

- ・一般参加者のご家族に自分と同じ病気だから「何かアドバイスをしないと」と思っていたが、そうではなくその人の話を聴いてあげる事が大事だと実感し学ぶことができた。
- ・初めて参加された方が「気が楽になりました。今晩はゆっくり眠れます」と何回か話された。その言葉でピアサポーターも達成感が得られたと思われる。一般の参加者、ピアサポーター、進行役が同じ気持ちで終了することができた。

ひだまりカフェ

- ・同じ乳がん患者さんとお会いして、それぞれ抱えている悩みの大きさにふれ、新たに感じる事が多かった。病気を受け入れ、前を向いている方が多く、私自身も力になった。
- ・奥様が余命半年で、家族として治療のつらさや体のつらさはどう接すればよいか。それに対して患者側の気持ちや希望を話すことで、ご家族は表情が和らぎ、自らの気持ちも吐き出すことができてよかった。



クローバー庄内

- ・初めて参加された方が、希望を持って帰られたので良かった。
- ・病気から逃げたくなる患者さんの気持ちに配慮し理解することが必要だと感じた。
- ・クローバーは男性の意見を聴ける良い機会である。
- ・諦めていないからこそサロンに参加してくれる。希望を持つきっかけになれば嬉しい。

「ひだまりカフェ」と「クローバー」

「ひだまりカフェ」では、これから手術を控え不安を抱えている方や、退院が迫り、これからは誰に相談したら良いのか分からない、という患者・家族の悩みなどが多く聞かれました。

「クローバー」では、サバイバーとしてこれから自分らしく共存していくにはどうすればよいか、もっと多くの人に自分の経験を生かしたい、などの声があり、各サロンならではの特徴がありました。

令和2年度は、村山地域以外のがん拠点病院サロンで活動できるように、活躍の場を広げたいものです。

研修編

健康長寿日本一を目指して
やまがた健康フェア 2019 10月19日(土)、20日(日)

がん総合相談支援センター-PR イベント

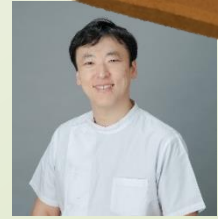
「がん医療の心のケアとピアサポート」

ピアサポーター参加者 17名

国立研究開発法人国立がん研究センター東病院精神腫瘍科 科長 小川朝生氏

参加者の感想

- ・とても分かりやすい話で、講演を聴いて良かったです。私も患者ですが、納得できる内容のみでした。
- ・心のケアについて、ピアサポーターとして、もっと自分のことを整理していかないといけないと思いました。



ピアサポート研修② (スキルアップ研修 11/10 山交ビル)

講義 「がんサロンとグループコミュニケーション」

済生病院 がん看護専門看護師 松田芳美氏

ピアサポーター参加者 14名

参加者の感想

- ・今日は心理的な話が良かったです。ロールプレイは自分ではない役をすることが大変でした。
- ・やはり回数をこなすという事が大事ではないかと思われました。これからも参加していきたいです。
- ・少し病気と関係のない季節の話などで場を和ませたり、いろいろな知識も勉強しないといけません。



ピアサポート研修③ (交流会 3/8 霞城セントラル)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になりました。

研修資料など郵送いたします。

がん医療に免疫療法が加わり、緩和ケアに漢方薬が使われていることを学びました。患者も医療者へ自分の事、生活の事を細やかに情報として伝えることが大事と学びました。

研修参加してきました！

8/4	がんフォーラム in 郡山	稲村 恵美子さん、渡邊 美智子さん
8/17-18	ジャパンキャンサーフォーラム in 東京	小田 万里子さん

講演してきました！

10/5	両立支援コーディネーター基礎研修プログラム 「がん経験者による当事者談話」 島藤 諭完さん
2/16	緩和ケア研修会 「がん体験者からの講演」 斉藤 成子さん

講演会場内は、たくさんのサバイバーがボランティアとして関わり、活気に満ちていました。多くの方に病気やサバイバーのことを知っていただくための広報や活動の様子を間近で見ることができ、今後の活動の参考にすることが出来ました。

伝言板

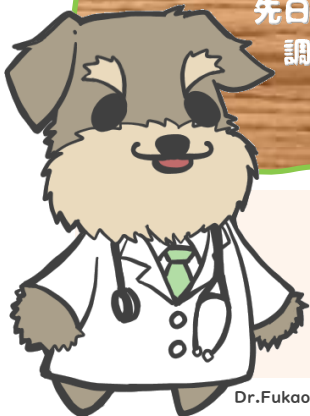
令和2年度の事業が決定次第、ピアサポーター事業（研修やサロンの日程等）計画を郵送いたします。

先日送付しました各自の事業参加状況をご覧いただき、ご負担がかからないよう調整いただきながら、サロンや研修に重ねてご参加ください。

令和2年度もピアサポーター事業の更なる展開を目指していきたく思います。ご協力よろしくお願いいたします。

編集後記

ピアサポーター事業を開始してから約3年、無事ここまで進むことができたのも、ピアサポーターの皆様のお蔭と感謝申し上げます。令和2年度も地域の方、お友達、ご家族の皆さんへのPRの継続と、参加して良かったと笑顔で帰っていただけるピアサポートを目標に頑張っていきたいと思います！(R)



Dr. Fukao