

# 始まりました！ 山形県立中央病院 がんサロン「ひだまりカフェ」

7月8日（金曜日）ピアサポーター2名が参加しました。

- ・一般参加者が1名で、ピアサポーターがリードして終始和やかに雰囲気を進めることができて良かった。
  - ・福島副院長から助言を頂いたことで、参加者もピアサポーターも学びがあった。
- などの感想がありました。

次回は11月11日14:30から1時間程度です。

人数制限もあり、今後もピアサポーターの参加は2名程度になる予定です。

## 祝 仲間が6名 増えました

8月28日（日曜日）ピアサポーター養成講座を山形検診センターで開催しました。松田相談員が講師となり6名の参加（オンライン参加3名、山形検診センター2名、庄内検診センター1名）がありました。参加された後藤相談員一言お願いします。

8月28日に令和4年度ピアサポーター養成講座が行われ、6名の方が受講されました。昨年はコロナの影響で中止となり、2年ぶりとなる今回はオンラインを中心とした開催となりました。当相談支援センターの松田芳美相談員を講師として、ピアサポーターとしての基本の講義が行われました。皆さん熱心に耳を傾けメモをとる姿がみられ、自身の体験、思いを話していただき、ピアサポートへの熱意を感じました。先輩サポーターの活動状況やピアサポーターへの思い、さらに、課題としてピアサポーター認知不足などが語られました。実際に活動されているピアサポーターの話聞き、思いをより強くしたように感じました。まだ規制がある状況ですが、これから一緒に活動できることを楽しみにしています。

## 令和4年度のピアサポーター事業もあとわずか！ 12月で終了です！

### 令和4年度後半のピアサポーター事業年間計画

◆ピアサポーター研修会② 11月20日（日） ※注意！日時が変更しています

◆がんサロンクローバー今後の予定

（6月～12月（1回/月山形・庄内 同日開催）ミニ講話含む）

9月8日（木）・10月13日（木）・11月10日（木）・12月8日（木）

開催時間13:00～14:30

◆健康フェア山形県がん総合相談支援センター主催のセミナーは予定していません）

日時： 9月23日（祝日 金曜日）

場所： イオンモール天童

コロナの影響で日程の変更や中止も予想されます。ホームページでご確認下さい。

予定通り開催できればいいですね。皆様のご参加お待ちしております。

皆様のご参加を  
お待ちしております♪

待ちに待ったピアサポーターによる企画運営のがんサロンが開催されました。うれしいですね。😊  
皆様のご協力もあり、がん相談件数も伸びてきています。病院以外に設置され、気軽にどんなことでも相談しやすい利点が生かされてきているようです。年2回のピアサポーターのニュースレターです。皆様のご意見や、「今こんなことをしているよ」などの日常のちょっとした出来事などありましたらどんどんお寄せ下さい。（R）

編集  
後記

公益財団法人  
やまがた健康推進機構

# クローバー clover

～ピアサポートだより～

今年の夏は本当に暑かったですね。東北部梅雨明け統計開始以降初めて6月の梅雨明けとなりました。平年より25日、去年より17日早く、わずか14日間と最も短い梅雨になったという事です。ですが、上記内容の訂正文が山新に掲載されていました。いずれにしろ、異常気象の影響でしょうか。来年の暑さや豪雨も心配ですね。さて、令和4年度は40名のピアサポーターでスタートです。「ウィズ・コロナ」の影響なのかピアサポーター事業も平常に戻りつつあります。令和4年度も有意義な研修、活動にしていきたいと思います。

## 山形県総合相談支援センターの 異動がありました

令和4年度、山形県総合相談支援センターの異動があり、深尾所長から菊地所長へ、附田相談員から大沢相談員に変わりました。菊地所長は乳がんのスペシャリストでもあり、県立中央病院の緩和ケア病棟の立ち上げにもご尽力されました。ご活躍についてはご存じの方も多いことと思います。菊地所長と大沢相談員からのあいさつです。



菊地所長からの  
御挨拶



4月からがん総合相談支援センター所長を拝命致しました。宜しくお願いします。当機構にがん総合相談支援センターが発足して5年が経過しました。

その間、前所長の深尾先生やスタッフの方々の努力により、相談支援センターにふさわしい環境に成長いたしました。

当センターの特徴は病院内設置ではない事と、県内に5カ所にある検診センター（山形・庄内・最上・南陽・米沢）のそれぞれに開設していることです。身近なところでどなたでも気軽に相談ができるように配慮しております。

最近は県内のがん総合相談支援センターの一角として広く認知されるようになってきました。それは年々増加する相談件数やリーバ数の増加に表れております。これらの増加は、我々スタッフにとって大きな励みになっております。

がん相談支援センターのもう一つの役割として、ピアサポーター養成、研修があります。がん診療連携拠点病院で行われているがんサロンやがん相談において活躍できることを期待したいと思います。

がんは2人に1人が罹患する身近な疾患となり、医学の進歩により治る患者さんが大半を占めるようになってきました。しかしがんとの共生を余儀なくされる患者さんも増加しております。がんの患者さんが尊厳をもって安心して暮らせる「がんとの共生する社会づくり」が今後とも国の重要な課題となっております。

当がん総合相談支援センターは皆様方の療養や介護、就労などのあらゆる分野において、共に考え、的確な情報提供に全力を挙げております。利用方法は電話相談、窓口相談、オンライン相談をはじめ他にイベント会場での出張相談があります。

今後とも気軽に御利用・御相談して頂ければ幸いです。

大沢相談員からの  
御挨拶



4月から当センターに配属になりました大沢幸子と申します。

18年間の臨床では、多くのがん患者さんご家族の方々に出逢うことができました。

いつも私は、自分の大切な人（家族や友人）だったらどうするだろうか？どうして

あげたいかな？と考え、寄り添うことを心がけてきました。

これからも初心を忘れず、相談員みんなで力を合わせ、がんと闘う方々の支援が

できるように精進してまいります。どうぞ宜しくお願いします。

ちなみに趣味は、美味しいもの巡りと温泉です。

いいところがあったらご紹介下さい😊



山形県がん総合相談支援センター

TEL023-688-6511

E-mail: soudan@yamagata-yobou.jp

2022年9月発行 6号



# 令和4年度 ピアサポート研修会①

令和4年7月10日（日曜日）ピアサポーター研修会①を山形県産業創造支援センターで行いました。訪問診療クリニックやまがた院長 奥山慎一郎先生より「傾聴とコミュニケーション」について講演をいただき山形から18名、庄内から4名の参加がありました。奥山先生の講演では、相手の事を100%理解することは難しいが、相手に「この人は私をわかってくれる人だ」と思ってもらえることはできるかもしれない。の言葉が印象的で、改めて聴くことの奥深さを感じました。



これまで一番の素晴らしい研修会でした。とても参考になりました。自分はピアサポーターにむいていないといつも思っていて、、、。先生のお話でまだ向いてないなーと、でも頑張りたいです。

自分の弱点をたくさん気付かされた。

様々な資料や実際に先生が関わって体験されたことを聞くことができて良かったです。日頃自分自身がピアサポーターの立ち位置について考えることがあったので、先生の話を聴いて、核心を得るものがあり救われた感じです。

人の話を聞くという事は、常に大切ですが、今日学んだことで、自分自身反省点が結構ありました。仕事の上でも役立つので大変良かったです。ありがとうございます。



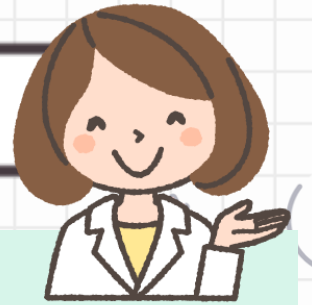
知っていると思っていたが、まだまだ知らないことがあった。何となく感じていたことが、言葉でしっかり説明してもらえたので勉強になりました。もっと聞きたかった。

とても詳しく講演して頂き本当にありがとうございました。説得のコップ理論「相手の心のコップを空にしなれば、こちらの言い分は相手の中に入らない！」ということとても印象に残りました。5つのごと、特に「相手の話を奪い取らない」「80対20」など相手との場面でとても大切なことを教えていただき本当にありがとうございました。

相手の気持ちを一番に考えることのむずかしさ。



# ピアサポート企画によるがんサロンが始まりました



8月24日午後12時45分集合

「本当に今日、参加者はいるのだろうか。」

私達グループメンバーは、ドキドキ心配しながら窓を開けて換気をし、受付と一応、2グループを作り参加者を待った。前もって私達と、がんセンターの方で会場を視察し、コロナ感染対策のための広さや換気が十分にとれるかどうかを確認した。

「あっ、二人一緒に来てくれた。良かった。」

ほっとして、心配は嬉しさに変わった。初参加者は6人、メンバーを含め全員で13名。話が深まればいいと思い、がん種によって2グループに分けサロンを開始した。メンバー以外のピアサポーターも1名参加しランチサロンを支えてくれた。

私達は、「身近な場所で気軽に参加できるサロン」を目指し取り組んで来たので、2グループとも時間を忘れるほどの大盛り上がりの今日のサロンは大成功だったと思う。がん種でグループを分けたことも大きな要因の一つである。参加者が「初めて心の中を吐き出して聴いてもらえて、心が軽くなり落ち着いた。」と、帰り際に話され、ここにサロンをやる意義がある。

近いうちにまた2回目を開きたいとグループ皆が思った。次回の課題として時間の使い方ができた。

今後皆で検討し合って改善し、2回目のサロンを迎えたい。  
「ランチサロンクローバー」リーダー 佐藤 とも子

佐藤とも子さんリーダーとする

「ランチサロンクローバー」、

小林美保さんリーダーの

「ともしび」

グループ企画がんサロンです。コロナ禍でがん診療連携拠点病院のがんサロンが思うように開催されていない状況ですが、菊地所長も話されている「がんとの共生する社会づくり」に私たちピアサポーターが役に立っているなど正直思います。リーダーお二人からお話をお伺いいたしました。

「経験や想いを共有し、感情が解放されることで参加者本人が軽くなること、今必要としている方へのサポートへつながること。安心安全な場を提供すること」を目的に「介護を語る会」を開催いたしました。参加された方の、ほっとしたような、肩の荷が下りたような表情を見た時、今後必要な場であると感じました。後押しとサポートして下さった、がん支援センターの企画と職員の皆様へ感謝いたします。

「ともしび」グループ企画がんサロンリーダー 小林 美保

# 完全オンライン「がんサロン」2年目を迎えました！

8月6日（土曜日）オンラインサロン（就労について）が行われました。参加者4名（がん患者・家族2名、ピアサポーター2名）松田が相談員に感想と今後の取り組みを聞いてみました。

持続可能ながんサロンを目指して～オンラインの可能性～

松田 芳美

COVID-19が変えたことの一つに、オンラインの可能性拡大と定着は外せないですね。2回のオンラインサロンクローバーに向けては、「あったか～い雰囲気」作りを工夫しました。結果、「対面と変わらずに話せた！」「楽しかった！」と喜びの声。就労、子育て世代には週末開催も好評！何より、体調や移動問題にかかわらず参加できることがオンラインならではの功績。今後は、多様なテーマの設定、機械アレルギーの方へのサポートを検討しながら、対面とは異なるニーズに応えていけるオンラインサロンを目指したいです。