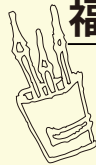


福岡がんピアサポート講座 第9回 (全10回)

福岡市市民福祉プラザ 201会議室にて



この講座が実現したのは、日本対がん協会のテキストとDVD、そして九州がんセンターの全面的な支援によるもので**ピアサポート (= 同じ病気の仲間による支援のこと)**が今後、日本のがん医療の場で必要とされてくることを受けた企画です。 全3ページ



-2013.9.5 Thu 13:00 ~ 16:00

第9回目 講義内容

- 1 限. 13:00 (150分) **がんピアサポートの現状とこれから**
(講師：花井美紀 NPO法人名古屋ミーネット理事長)
 - 2 限. 15:30(10分) **佐賀でも始まるがんピアサポート講座**
(発表者：鶴田憲司 NPO法人クレブスサポート 代表)
- 15:40(30分) **講座全体の反省会と今後について意見交換**
(司会進行：波多江伸子 がん・バツテン・元気隊 代表)



ピアサポートとは

ピアサポートとは、がんという病気を体験した人や家族が、ピア(仲間)として「体験を共有し、ともに考える」ことにより、がん患者やその家族などを支援していくこと。ピアサポートを行う人をピアサポーターと言います。

名古屋ミーネットでのピアサポート活動とは

ピアサポート講座の最終回が開催されました。8月31日(土)に予定されていたこの一般公開講座ですが、台風16号の影響で延期させて頂き、関係者の皆様にはご迷惑をお掛けいたしました。名古屋からNPO法人ミーネットの代表理事、花井美紀さんをお招きしご講演いただきました。花井さんは、名古屋を拠点として地域密着型のがんサポート活動に取り組まれています。



患者と家族と医療者が分かち合うこと支え合うことをコンセプトにがん患者会活動やピアサポーター養成を中心とした活動を展開されています。

花井さんによると、国が策定したがん対策基本計画(平成24年6月)の内容等を踏まえながら今年策定された**第2次がん対策推進基本計画**に、初めてピアサポートの必要性と推進が明

記されていたとのこと。各都道府県別の推進計画内容を見ると、福岡県でも、**ピアサポート・がん検診受診率向上・がん教育に向けた取り組みなどに対する患者と体験者、ボランティアとの連携を進める。**と明記されています。制度として書面化されていると心強いような気にもなりますが、実際にピアサポーターが日々のピアサポートの効果を試行錯誤し反省会を重ね絶えず検討が行われながら実践しているサポート支援事業を、後押ししてくれるような制度であってほしいと思います。

Fukuoka, JP □□□□□

26°C Thu, 5.Sep.2013



ミーネットの原点とは？



花井さんは、ご自身が28歳のときお父様が直腸がんになり3年の闘病生活の末に亡くられたとのこと。それが今の活動に繋がっている、とも。がんを抱えながら最後まで生き抜きたい、よりよく生きたいと思っている人たちのお手伝いをしたい、と語ってくださいました。

花井さん曰く、ピアサポートは実を積んでいくほどに引き出しが増えていくそうです。ミーネットで行っている1年間の

ピアサポーター養成講座(全90時間、実習3ヶ月)のカリキュラムを拝見しましたが、がん医療の知識や医療制度について学ぶ時間のほかに、実践・基本対応・技法・ロールプレイがいたるところに織り込まれていることに気が付きます。これは、テキストだけを熟読して研修を終えたとき現場での十人十色の相談になかなか即座に答えられなかったり、明らかに間違った答えをしてしまうこともあるという、ご自身が見てこられた相談対応の事例があったからだろう。

患者同士で解決してしまう例もあるそうで、例えば食事など日常生活での療養の工夫の仕方や、治療の副作用や、後遺症への対処、こころの持ちよう、孤独感の解消などがありました。でもそこには患者同士だからこそのリスクも多々含まれており油断が出来ないとのこと。このリスクとは、例えば同病との思いからの押し付けや、間違った知識や方法の伝授などを挙げられました。同病であってもひとの価値観はまったく違うという事や、プライベートな関係が深まるほどトラブルを引き起こす可能性が高くなるという事はきちんと把握しておかないといけないのだと気付かされます。

ピアサポートとは、 円滑な人間関係のためには誰にでも必要なスキル



最終的に答えを出すのは、相談に来られたご本人なんですよ、と花井さんの言葉が印象に残ります。ピアサポートに必要なコミュニケーション技法は特別なことではなく、社会生活において円滑な人間関係をいとなむための誰にも必要なスキルです、とのこと。確かに、ピアサポーターは専門家の治療に代わるものではないし、専門的援助を否定するものでもありません。医療従事者のミスとは違い、目に見えないだけに、感

じて、捉えることが大切なことなのだと感じました。人の心は複雑で繊細です。日々の生活を振り返ってみて、悩みを解決しようとしてつつ個人的な体験を押し付ける形になってないか、相手の悩みに対してどうすればよいかを一緒に考えつつも十分話してもらえそうな傾聴に努めているだろうかと反省することしきりです。ピアサポーターとしてではない私生活の私はまったく真逆の性格ですよ、と花井さんは笑いながら語ってくださいました。

ほんとうのピアサポートとは、 ピアサポーターが患者に癒されてしまうということ



ピアサポートする上で私たちは、受け入れて・認めるコミュニケーションが、相手や自分にとって最大のスピリチュアルケアになるということを忘れてはいけません。ピアサポーターの訓練は必要不可欠ですが、実際の活動のことを考えると実践的な活動場所の開拓も必要です。

ミーネットには、述べ80人のピアサポーターが実際に活動されているそう。愛知県内で行政やがん診療連携拠点病院と協力連携しながら愛知県がんセンター中央病院など**12**病院で月**16**回ものピアサポート活動を行っています。

花井さんは、**ヘルパーセラピーの法則**について紹介されましたが、これはピアサポーターとして他者との出会いが持つ意味としては新鮮なものでした。アメリカの社会心理学者**フランク・リースマン**が提唱したもので、簡単にいうと、援助をする人が癒されるという意味。ケアされることによって、ケアされる人からケアする人へと育つこと、援助をする人がもっとも援助を受けるなどの意味が含まれます。

他者を助けるという体験は、**ヘルパーセラピーの理論**を考えると、最初は共感を求めてきた相談者が、やがてサポートされる側からサポートする側が変わっていき、最終的に相談員としてかつての自分と同じ立場の人々をサポートするというサイクルになるというイメージです。ピアサポートとは、地域社会において循環するという点で、カウンセリングとは決定的な違いがあるのだと思いました。

講義を終えて

福岡県初のがんピアサポート講座も残すところ公開講座1回となりましたが、講義全体を振り返ってみると、質疑応答において回を重ねるごとに積極性が増し、生徒同士の討論も時間オーバーになることが多々ありました。学んだ事の発信力や相互理解を高める仕組みがだんだんと確立されていき、一方的な授業主体から双方向型のアクティブな講義になっていったので、具体的な課題を掲示しながら皆で考えることができました。医療従事者の方々に講義をしていただいたことは、私たちの課題解決力や専門性の理解力を上げる意味でも勉強になりました。

ピアサポートは正解のない問題に自ら答えを出していくような分野であり、責任あるサポーターという役割に求められていることを肌で感じ、ピアサポートの存在意義を十分に学んだことで、それぞれの自信も増したように感じています。

養成講座で学んだことが、これからのピアサポート活動を始める上での終了生のモチベーションを担う一端になることができればと思います。