

がん研有明友の会 会報

有明の風

第64号

2025年2月10日発行



三十槌の氷柱

友の会はがん研有明病院のサポーター

がん研有明友の会

理事 高橋 榮一



がん研有明病院は「がん克服をもって人類の福祉に貢献する」ことを病院の使命としています。但し、がん研有明病院は民間ゆえに公的補助は限定的であり、自らの努力を前提としながらも法人・個人のご支援なくしてその使命を達成する為の活動は成しえません。

「がん研有明友の会」は会則に「がん研究会の事業に対する理解を深め、がん克服に向けた病院事業の推進に必要な支援をする」旨を掲げ、皆様の会費の一部を積み上げて、まとまった病院寄付を「がん研有明友の会」を通じて毎年継続しています。「多額の寄付はできないけれども、がん研有明病院にお世話になった感謝の気持ちを伝えたい」との言葉を添えて「有明友の会」に入会される「患者さまやご家族の方」のご意志を友の会としても、しっかり受けとめ続けねばなりません。

また、有明友の会は会則で「講演会等を通じてがんに対する知識の普及を図る」と定め、友の会主催の「会員さま向け講演会」を病院の全面協力のもとに開催しています。

昨年には、がん研究会主催で「がん患者さんが歌う第九チャリティーコンサート」が6月30日に東京オペラシティコンサートホールで開催されました。がん患者さん、ご家族、そしてがん診療に携わる医療従事者や支援者が集い、練習を重ね、歓喜の歌を歌いあげる感動を、多くの皆様と共有することができました。私も微力ですが、はじめて当該合唱団の一員として参加させて頂きました。開催前から友の会の会員さまより、このコンサートについて問い合わせが友の会事務局に寄せられるなど反響の大きさに驚きました。なお、このチャリティーコンサートの収益は、「がん克服をもって人類の福祉に貢献する」というがん研究会のミッション実現のために、大切に活用されます。

自分又は家族が「がん」にかかったとき一番迷うことは「どの病院で治療を受けるのがベストチョイス」なのかということです。「第一選択肢は有明病院で間違いなし!」との思いが、有明友の会の活動を通じて、私の確信になっています。今後も「がん研有明病院」のサポーター活動に引き続きご賛同頂ければ幸いです。

がん研有明友の会 友の会 会員相談 お気軽に何でもご相談を!!

有明友の会は、がん研究会が有明に移転した翌年2006年にがん研究会のバックアップのもとに設立されました。本会の設立は、昨年ご逝去された本友の会顧問、がん研究会名誉院長武藤徹一郎先生が、病院長としてアメリカ スローンケタリング病院との交流でアメリカに行かれた時、同病院が私立にも拘らずアメリカのがん医療において主要な役割を果たしており、それが出来ているのはアメリカが寄付社会で民間の力により支えられているものであるのをみて、日本でもそうした事が出来ないかと考えられ、提唱、尽力されたことによるものです。

設立の目的は、一つはがん研究会の研究、医療の支援ですが、もう一つは会員の皆様にがん情報の提供を行い、がんで命を縮めることのないようにして貰おうということです。

以来、その目的達成のために、会ではがん研究、医療支援のための寄付、講演会開催等とともに、会員の皆様に 向けてのがん相談を行ってまいりました。

その会員相談は、「友の会」の組織は医療専門職によるものではないので、直接医学、医療に関わる個別的、専門的内容は医師、看護師他専門職の皆様全てにお任せし、専らがんに関わらないための注意、予防、検診の勧め等の啓発、もし罹ってしまった時はどうすればよいのか、その対応、がん研病院での受診、病院に罹るときの心構え、手続き等々について、誰でもが気軽に受けられる相談としています。

今や、世の中ネット社会になり医療情報はちょっと調べれば何でもわかり、ものにより時によっては専門職以上の内容を知ることできます。一方で、得られる情報は当り障りのないもの、発表されたばかりでまだ確立されていない内容、技術等々色々なものが溢れており、何を信用したら良いのか迷ってしまいます。

ごく簡単、単純な内容で、こんな質問、相談をしても良いの、今更聞けない、相談できないそんな思いで二の足を踏み、相談出来ずにいる事もあるのではないのでしょうか？

そんなことで、友の会では間違えの無い確かな情報発信をして、納得のいく最善の診療が受けられるようなお手伝いが出来ればと思っています。相談担当としては、お気軽にご相談・ご利用いただき、少しでも皆様のお役に立てたらと思っています。



各がん診療拠点病院等に置かれているがん相談窓口

相談室をフル活用しましょう。

医療情報についての相談、診療を受ける時の手続き、経済的なこと、その他全てに応じており、がん研有明病院でも諸々の相談に応じています。医療情報を知りたいということでは、かねてご紹介申し上げておりますが、国立がん研究センターがん対策情報室の情報は豊富で信用もできます。

信頼おけない情報に惑わされないよう、あてにならないサプリメントを過信することのないように…とは、国立がん研究センターがん対策研究所がん情報ギフトプロジェクトリーダー若尾文彦先生がいつも注意されておられるところです。

セカンドオピニオン — 後々後悔しないために —

最先端の医療を知り納得いく医療を受けよう。かかりつけ医への遠慮はありませんか。セカンドオピニオンは一般診療とは別の健康保険のきかない相談です。代わりにどんな質問も気兼ねなく聞くことが出来ます。受ける時は必ず質問内容を纏めておき、受けた答・内容はしっかり正しく理解して対処するようにしましょう。

相談担当 岩崎孝和

認知症ケアチームが発足しました

がん研有明病院 認知症ケアチーム 認知症看護認定看護師 中野 夏澄

日本における高齢化は、世界のどの国も経験したことない速度で進行しています。高齢化が進む現代社会において、認知症はますます重要な問題として浮上しており、当院で治療される方も高齢者や認知症をもちながら治療されている方が年々増加しています。こうした背景の中で、2024年4月1日に認知症ケアチームが発足しました。腫瘍精神科医師・認知症看護認定看護師・社会福祉士で構成されており、それぞれの専門知識を活かし患者さんや家族が安心して過ごすことができるように活動しています。

皆さんは認知症に対してどのようなイメージをもっているのでしょうか。多くの人びとが抱く認知症のイメージは「全てを忘れてしまう」「自分のことも分からなくなる」といったものです。しかし、実際には認知症は多様な症状をもつ病であり、その人によって進行や影響は異なります。認知症を患っている方々は、たしかに記憶障害や判断能力の低下などに悩まされますが、それと同時に生涯にわたって培ってきた知識や経験、情感などを持っています。これらの「もつ力」を活かし、支援を行うことが認知症ケアの核心になります。



カンファレンス風景

認知症の方にとって安心できる家族の存在は必要不可欠ですが、治療中患者さんを支える家族も多くの不安やストレスを抱えます。家族が患者さんの病状や認知症による症状について理解を深め、コミュニケーションに自信を持てるようなアドバイスをを行い、患者さんとの関わりを深めるための支援を行うなど認知症ケアチームは家族のサポートを行うことも大切にしています。

認知症ケアチームの活動は、単に患者さんの症状を軽減することにとどまらず、患者さんのもつ力を最大限に引き出し、よりよい生活を営めるよう支援することを目指しています。認知症に対する既存概念を変え、患者さんを一人の個人として尊重し、その人らしさを大切に支援を行っていきけるようこれからも一生懸命活動していきたいと思っています。

認知症ケアチームは認知機能低下による症状がみられる患者さんに対して入院時から面談を行っています。対話を通じて得た情報を患者さんと関わるスタッフと共有し、患者さんの個々の特徴やもつ力に基づいたケアを検討します。また、入院時だけでなく、日常的に面談を行うことで、認知機能や感情の変化を確認し、状態に応じた支援を行っています。これまで家族を一生懸命支えてきた方が入院し家族と離れたことで不安が募り、眠れないことを訴えていた患者さんが家族のつながりを感じられるような環境調整を行った次の日、「よく眠れた」と嬉しそうにされる姿を見るととてもうれしく感じます。



チーム写真

がんと作業療法

がん研有明病院 リハビリテーション室 作業療法士 倉澤 友子

作業療法と聞いて皆さんは何を思い浮かべるでしょうか。20年以上作業療法士として病院勤務をしています。「どんな仕事なの?」「理学療法士と何が違うの?」という質問をよく受けることがあります。作業療法士(Occupational Therapist: 略称 OT)は、リハビリテーション職に属する医療従事者です。一般的には生活動作や家事・仕事・趣味など人の日常生活に関わる全ての諸活動を「作業」と捉え、病気やケガで日常生活に支障をきたした人を「作業」を通じて社会に復帰する、地域社会とつながるお手伝いをする仕事と定義されています。



2006年に制定されたがん対策基本法で「がんリハビリテーションの普及は重要課題」とされたことが契機となって、がん領域での取り組みが盛んになり大きく発展してきました。昨今はがん医療の進歩とともにがんと共生する時代になりつつあり、「がんサバイバー」という言葉も当たり前になるようになってきました。その中で障害の軽減、運動機能や生活機能の低下の予防・改善、就労支援、健康寿命の延伸を目的としたリハビリテーションの必要性はさらに増していると考えます。

がん研有明病院での作業療法の取り組みとしては、「その人らしい」生活の獲得のため治療中や術後間もない患者さんに対しては、将来の生活を見越して身体とこころの基本的な機能の改善を援助しつつ、二次的な機能低下予防に努めています。状態が落ち着いた患者さんや退院が近くなった患者さんに対しては、生活するための基本的な能力(食事・整容・排泄など)や応用的な能力(調理・外出・仕事)をその人なりの生活の方法を考え、習得のお手伝いをします。さらに緩和期・終末期の患者さんに対しては、限られた時間が豊かなものになるように、福祉機器の選定や家屋改造、ご家族への介助方法などその人らしい時間を過ごすために必要な環境設定のお手伝いをします。このように様々なタイミングでチーム医療の一員として疾患や年齢に関係なく介入しています。状況の変化に応じて患者さんに寄り添うことで多くのことを学び、患者さんの体調が回復することや安心して表情が穏やかになることが仕事のやりがいになっています。

私のがん研に入職した当初はしばらく作業療法士が不在だったため、まずは他職種と連携しながら活動を広げ病院内で認識していただくことに努めてまいりました。3年前に1名増えて来年度はもう1人増員になる予定です。さらに我々の活動を広げていき、患者さんが「その人らしい」生活が送れるお手伝いができるよう励んでいきたいと考えています。



作業療法士(左・中央)と言語聴覚士(右)

がん研有明病院

部署紹介

第58回
コンプライアンス室

チーフコンプライアンスオフィサー(CCO)兼務 コンプライアンス室長 馬場 慎也

コンプライアンス室は、がん研究会における法令遵守及び社会的信頼確保という目的に資するための組織として、2009年に設置された部署です。がん研の組織体系は、病院本部・研究本部・経営本部という3つの本部制となっていますが、コンプライアンス室は、高い独立性・中立性が求められるため、これらの本部のどれにも属さず、理事長直下に位置付けられていることが1つの特徴とされています。

そして、2011年には、がん研が、税制優遇措置や寄付・補助金と広く社会から支援を受けた運営を行う公益財団法人へと移行したことで、より一層、高度なコンプライアンスの継続・向上に努め、社会の信用に応えることが求められたことも受けて、以降、現在に至るまで、世の中の動きに応じつつ、①コンプライアンス推進に係わる基本方針策定等、②コンプライアンス意識の浸透・向上、③コンプライアンス違反が起こった場合の対応と再発防止策検討、④「がん研なんでも相談所」の運営などを中心に活動しています。



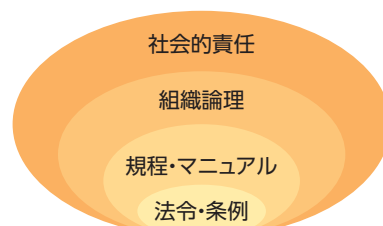
■ 世の中の動きとがん研におけるコンプライアンスへの取組み (*一部を抜粋)

年度	～2007	2009	2012	2013	2019
法令等の 制定/改定	03) 個人情報保護法 06) J-SOX法 06) 公益通報者保護法		厚労省「職場のパワーハラスメントの予防・解決に向けた提言」		閣議決定「経済財政運営と改革の基本方針：公益法人のガバナンスの更なる強化等」
がん研 規程等の 制定/改定		コンプライアンス推進 規程	内部通報に関する規則	ハラスメント防止規程	がん研行動指針
がん研 組織等		コンプライアンス室の 設置	CCOの設置	コンプライアンスセル フチェックアンケート (*現在まで毎年実施)	

このうち、「がん研なんでも相談所」とは、がん研内各部署所属員10名超の相談員（外部相談員の弁護士も含む）から成る組織であって、「がん研に従事する全ての人の悩みの解決に向けて最大限の協力をする受け皿」、また、「コンプライアンス違反の内部通報窓口」、さらには、「医療安全に関する疑いがある場合の情報提供窓口」として活動し、個別具体的な案件対応に努めているとご理解ください。

なお、ここまで繰り返し「コンプライアンス」と記しておりますが、この「コンプライアンス」とは、そもそも何を意味するのでしょうか？ よく「法令遵守」と訳されているイメージがありますが、もちろんのこと、単に「ルールを守ることだけ」を注意すればよいなどといった考えは、誤解であり危険だと考えています。すなわち、ルールを守ることばかり注意すると、ルールを回避しようとしたり、形の上だけ守ろうなどという風潮が生まれることが、世間一般で数多く見られる現実があります。

法律や条例遵守だけにとどまらず、組織内の規程・規則や業務マニュアル、また組織倫理、さらには社会的責任も含めた広義のコンプライアンスが重要です。



重要なことは、「社会から信頼されること＝信頼を失わないこと」、「日々、がん研職員1人1人が、社会の期待に反しないように行動すること」です。そして、そのための仕組みとして、各種ルールを策定し、教育や監査を実施することで「日々、がん研職員1人1人が、社会の期待に反しないように行動できるようにすること」が、コンプライアンス室の役割と心に刻み込み、今後も活動を続けて参りますので、皆さま方のご理解を賜りますようお願い申し上げます。

寄稿

この度の寄稿は、福島県田村郡三春町福聚寺住職、芥川賞作家の玄侑宗久様からです。

福聚寺は臨済宗妙心寺派の古刹で、NHK 大河ドラマ『独眼竜政宗』で登場した政宗の正室、愛姫の実家田村家の菩提寺です。同町の滝桜は日本三大桜の一つとして有名ですが、境内にはこれを母木とする樹齢約450年の大木の桜があり、これもとても見事です。

玄侑宗久様は、2001年「文学界」掲載の「中陰の花」で第125回芥川賞を受賞、その後も「アミターバ」「光の山」他多くの小説、またエッセイ集や対談集も上梓され、諸々の委員や学識経験者としての見識も示しておられます。

夢見る「老衰」

ここ数年、長く不動だった日本人の死因に大きな変化が現れている。一位悪性新生物（がん）、二位心疾患は変わらないものの、三位だった脳血管疾患が四位に後退し、浮上したのは老衰である。概して言えば、がんと老衰は徐々に増えつつけている。

お寺という現場での実感からすると、直接の死因欄に「老衰」と書かれた人も、けっしてがんと無縁なわけではない。がんの経験はあり、いや場合によっては死ぬまでがんを抱えていたけれど、それが死因ではないという主治医の判断なのだろう。つまりがんを患っていても老衰は可能なのだ。

かなり昔の話だが、老衰と自然分娩は病気ではないのだからと、入院期間中の保険がおりない、などという時代があった。今はそんな保険では通用しないが、老衰や自然分娩が病気でないという認識に変わりはない。実際 WHO は、一九四八年に採択した「国際疾病・傷害及び死因統計分類表」で、老衰を独立した項目にせず、診断名不適當の状態として一括している。現在も死因不明死亡数の中に含めているのである。

つまり、老衰ががんや心疾患などと並ぶ主な死因になることは、およそ他の国では考えられないことなのだ。日本だけのこの事態はいったいどうしたことだろう。

老衰とは、加齢による老化に伴い、細胞や組織の能力が全般的に低下し、多臓器不全によって生命活動の維持が難しくなること。手許の辞書にはそう書いてあるが、そんな場合でも、以前は心不全や心筋梗塞、脳卒中や肺炎など、目立つ疾患を直接死因に書くことが多かった。そうして二〇〇〇年までは老衰がどんどん減りつづけたのだが、そこで反転し、およそ十七年後の二〇一七年には老衰死が二〇〇〇年当時の五倍に増えたのである。なぜだろう？

日本人は、主に老衰死を指して「寿命がきた」とか「天寿を全うした」「大往生」などと言う。そうなれば、医師にとっても遺族にとっても、やむを得ない死であり、それどころか言祝ぐべき死にもなる。患者の家族たちのそうした空気を感じ、主治医も「よく頑張ったじゃないか」と、花丸を送るつもりで老衰と書くのではないかな……。もしかすると、それは医学的所見というより、むしろ死生観に由来する判断なのではないかな……。そんな気がするのである。

じつは私も、この三年でがんを含む三度の手術を受けた。しかし何の病気であっても、いつか無益な戦いをやめ、現実を従容と受け入れる時が来れば、そのときはきっと天寿だと思うだろうと、勝手に予測する。さほど長命ではなくとも、その際は「老衰」と書いてくれるよう、今から主治医に頼んでおかななくてはなるまい。

玄侑宗久



紙飛行機

～友の会 会員便り～

生き甲斐

友の会 会員 佐久間康俊



写真1 R6.09.04 6時50分双六岳山頂
(背景黒部五郎岳)

私は令和4年にがん研有明病院で人間ドックを受けましたが、がんの疑いが強いと数日のうちに電話連絡をいただき、早々に十二指腸手術、少し間を開けて胆のう摘出手術を受け、それぞれ数日余の入院となりましたが、その際の先生や看護師さん、スタッフの皆さん大変温かい見守りなどをいただき、苦しい時もありましたが、無事安心して退院する事が出来ました。

内視鏡的手術で、体力の消耗もほとんど感じず、翌年には大好きな登山に行く事ができました。

令和5年には南アルプスを、7月に塩見岳(3,047m)を2泊3日、9月に光岳(2,592m)と聖岳(3,012m)を3泊4日で登頂しました。

令和6年に7月末から8月にかけて、南アルプスの北岳(3,193m)～間ノ岳(3,190m)～農鳥岳(3,026m)を4泊5日で縦走、9月に北アルプスの水晶岳(2,986m)を4泊5日で登頂し、いずれの山行も天気には申し分なく、3,000m級の山の素晴らしい眺めと標高約2,900mの水晶小屋から仰ぎ見た、夜半頃の南中した素晴らしい夏の天の川に感

動する事が出来ました。

特に、双六岳(2,860m)から仰ぎ見る槍ヶ岳の眺めは、素晴らしい天候に恵まれた事もあり、雲海も手伝って大迫力の眺めに感動、生きてきて良かったと思いました。

今回宿泊した山小屋ですが、最近はとても施設が良くなったなど、特に北アルプスで泊めていただいた双六小屋は、水洗トイレ完備で、洗面所もとても綺麗、食事も山小屋で良くここまで出せるなどと思うほどでした。

とびきりは、新穂高温泉から登山道へ入って徒歩一時間余りのわさび平小屋で、この小屋にはなんと綺麗なお風呂もあり、びっくり仰天、ゆったりと一人で湯船に浸かりました。

この様なかけがえない山旅ができるのはまさに健康のおかげで、古希を数年前に無事超える事が出来た私ですが、令和4年の二回の手術のお陰で、安心しながらの山旅ができました。

登山は正に生甲斐であって、何とか登山ができるだけの健康・体力を確保できたからこそであり本当に感謝しております。



写真2 R6.09.04 6時43分双六岳より
槍ヶ岳～穂高岳遠望

海老天丼

材料（2人前）

ごはん……………360g(180g/人)

【海老天ぷら】

のばし海老……………4本

天ぷら粉……………適量

水……………適量

【かき揚げ】

玉ねぎ……………1/4個

糸三つ葉……………2本

人参……………1/5本

天ぷら粉……………適量

水……………適量

揚げ油……………適量

【たれ】

砂糖……………小さじ2

みりん……………大さじ2/3

濃口醤油……………大さじ1

だし汁……………大さじ2

作り方

- ①ごはんを炊いておく。
- ②かき揚げの野菜を切る。玉ねぎは細めのくし形切り、糸三つ葉は4cmほどのざく切り、人参は皮を剥いて4cmの細切りにする。
- ③のばし海老は水気をふき取り、水と合わせた天ぷら粉をつける。
- ④②で用意したかき揚げの材料を、水と合わせた天ぷら粉に入れ、軽く混ぜ合わせる。
- ⑤多めの油を用意し、180℃で③の海老を揚げる。
- ⑥海老を揚げ終わったら、次にかき揚げをおたまの上で丸く成型しながら油に入れ、揚げる。
- ⑦たれの材料を小鍋に入れ、軽く沸騰させる。
- ⑧炊きあがったごはんを丼に盛り付け、海老の天ぷらとかき揚げをのせる。
- ⑨仕上げに⑦のたれを適量かけ、完成。

がん研有明病院 栄養管理部

一口メモ

のばし海老は、なければ生の海老を使うとよりおいしいです。その場合、尾の剣を外し殻のみ剥き、油はねを防ぐために、海老の尾の先は少し切り、中に入っている水や気泡を出しましょう。また、海老独特の臭みを除くため、背中側に縦に切り目を入れて背わたを取ります。そして、腹側に4箇所程斜めに切り目を入れて筋を伸ばすことで、天ぷらにしたときに、まっすぐに仕上がります。



がん研有明友の会 過去と現在・未来へ！！

昨年は年明け早々に能登半島地震が勃発、続く津波、火災に見舞われ、加えて航空機事故が発生、年末には韓国でも179人の方が亡くなるという航空機事故が起きるなど多難な年でした。

世界では各地で戦争が絶えず、これにより多くの難民が出て悲惨な状況が続いており、国内では闇バイトなるものが横行し、巧妙な手口による詐欺事件や凶悪犯罪が多発するなど穏やかならぬ日々があります。

文明が進み、新たな発明・著しい技術の進歩により、これまでは考えられなかったような事が色々何でも出来るようになりました。利便が得られるようになった反面、仮想空間、虚実が入り混じった現実においてこれからどうなっていくのだろうか、そんな思いに捕らわれますが、今年も年改まり新しい年を迎えました。いつまでも戦争の無い平和で平穏な社会であることを願うばかりです。

節気の上では寒を過ぎ節分を迎えました。まだまだ余寒続くことと思いますが、皆様お体には十分お気を付け下さいます様。

来年度の会員継続について

年度末が迫ってまいりました。現会員の会員期限は令和7年3月末日となっております。ご案内をさせていただきましたので、引き続きましてのご継続をよろしくお願いいたします。

有明の風 表紙の写真について

三十槌の氷柱(高さ約10m 幅約30m)は秩父三大氷柱(三十槌・あしがくぼ・尾ノ内)の中で、唯一【天然の氷柱】と言われています。岩壁から湧き出す水が荒川源流へ滴り落ちることで出来る氷柱は、1月中旬から2月中旬に形作られた時に撮影したものです。

がん研有明友の会 理事 瀧澤

この一冊

不安を味方にして生きる「折れないところ」の作り方

今回のご紹介はがん研有明病院腫瘍精神科部長清水研先生の著作です。

昨年末、朝日新聞に「中年期の心の危機、どう向き合う」とする記事掲載がありました。ここに国立がん研究センター時代に清水先生が抱かれた不安な気持ちとこれにどう対処したかが示されています。

先生はその当時から患者さんの心に寄り添い、患者さんを支えようとする気持ちを表した多くの著作を上梓されておられ、当友の会会報ではこれまでに4回、5冊の著作をご紹介させていただきました。



著者名：清水 研
出版社名：NHK 出版
発行年月：2024年9月27日
サイズ：単行本
224ページ
四六判
価 格：1,650円

有明友の会 入会のご案内

有明友の会は、がんで命を落とさないようにするために、がんに関する知識を深め、情報を共有し、がんに関心をつけよう、がん研究の支援により、進んだ医療が受けられるようにしようということを目的としております。

その活動は、年4回の会報発行、公開講座の開催などの他、日本で最も歴史のあるがん研究会の事業支援をすることとしており、年会費は5,000円(個人、一口)となっております。多くの皆様のご入会をお待ちしております。

がん研有明友の会会報 発行元・事務局

〒135-8550 東京都江東区有明3-8-31 がん研有明病院内 TEL: 03(3570)0561 FAX: 03(3570)0562

HP: <http://ariaketomonokai.org> E-mail: tomonokai@jfc.or.jp



◀友の会ホームページ