

4. 緩和デイケア・がん患者サロン・デイホスピス等の活動

F. 四国がんセンター 患者・家族総合支援センター がん患者・家族サロン

井上 実穂 福島 美幸 池辺 琴映 宮内 一恵 谷水 正人

(四国がんセンター 患者・家族総合支援センター)

はじめに

四国がんセンターでは、がんになっても安心して暮らすことのできる体制整備を目指し、2013年に愛媛県地域医療再生補助金事業を受け、愛媛県患者・家族総合支援センターが設立された。その事業の1つとして患者・家族サロンの設置があり、運営方法・内容は表1に示す。いずれのサロンも院内外から参加可能で、事前申込みは不要である。

がん患者と家族のサロン 「ひまわりサロン」

1. 設立までの経緯

患者家族会の要望を受け、がん患者・家族の不安や落ち込み、孤独感などの精神的苦悩の緩和を目的に、「がん患者と家族のサロン」が病院敷地内宿泊施設「向日葵」ロビーにて2011年3月にプレオープン、翌月に正式オープンとなり、2012

年4月には「ひまわりサロン」と命名され、2013年7月からは患者・家族総合支援センター 憩いの広場に場所を移し、現在まで毎月第3木曜日に定期開催されている。

当初は患者家族会、病院ボランティア団体、医療者の3者が運営に関わっていたが、現在では研修を受けたピアサポーターがサロンを運営し、医療者はその補助的な役割を担っている。ピアサポーターは自身の体験を紹介し、参加者が話をしやすいように会を進めていく。体験者同士が医療者に気兼ねせず話し合えるという仲間意識が参加者の不安を軽減し、孤立感を和らげる。

2. ひまわりサロンピアサポーターについて

愛媛県ピアサポーター派遣事業の一環として2009年度より実施されている「がん体験者のためのピアサポート研修」受講者のうち、15名(2015年10月現在)がひまわりサロンピアサポーターとして登録し、そのうち3~4名が交代でサロンを担当している。活動内容は、①参加者の思

表1 四国がんセンター 患者・家族サロン

	ひまわりサロン	憩いのサロン		ふれあいサロン
発足年月	2011年3月	2013年7月	2014年4月	2014年4月
目的	体験者同士の語り合いによる心理的苦痛の軽減	がんに関する知識習得(現在はセミナーへ移行)	共通の背景をもつ参加者が出会うことによる心理的苦痛の軽減	体験活動によるストレス緩和、日常性の回復
運営	ピアサポーター	医療者		ボランティア
内容	参加者自己紹介の後、ピアサポーターが話を傾聴	医療者による講義の後、質疑応答、歓談	医療者がファシリテーターとなりグループを運営	特技をもつ病院ボランティアが参加者に教える
時間	2時間	1時間30分	1時間30分	1時間30分

表2 四国がんセンター患者・家族サロン運営状況

サロン名	主たる運営	内容	2011(H23)年			2012(H24)年		
			回数	参加人数	平均人数	回数	参加人数	平均人数
ひまわりサロン	ピアサポーター	語り合い	12	159	13.3	12	185	15.4
憩いのサロン	医療者	語り合い						
セミナー	医療者	講義						
ふれあいサロン	ボランティア	体験						
暖だんティーサービス	ボランティア	語り合い						
合計			12	159	13.3	12	185	15.4

いに同じ経験者として寄り添う、②参加者同士の語り合いを促進する、③相談内容に応じ、適切な情報提供をする、であり、ピアサポーターの属性は、男性4名・女性11名、患者5名・家族3名・患者かつ家族7名、平均年齢（登録時）56.7歳、男性69.8歳・女性52.0歳である。

3. 実際のひまわりサロンの流れ

- 12:30（1時間前） 会場設営：飲み物などの準備、椅子テーブルの配置など
- 13:00（30分前） プレミーティング：リーダーの選出、ピアサポーターの体調、前回の引き継ぎ、気になることなど確認。
- 13:30 開始：参加者にサロンの主旨、約束事を確認。ピアサポーターリーダーが進行役となり、順々に自己紹介を促す（約20～30分）。一巡したら、Tea Breakし、少人数で自由に話す時間へ。ピアサポーターは参加者の様子を見ながら、席を移動し、参加者にお茶を勧めるなど参加者の話を促す。共通のテーマなどがあれば、全体で分かち合う（約60分）。
- 15:00 クロージング：再び一円になり、参加者から感想を述べてもらう。
- 15:30 会場片付け、ポストミーティング（振り返り会）：ピアサポーターから今日のサロンの感想、気になったことなどをシェアする。

憩いのサロン

1. 設立までの経緯

ひまわりサロン参加者のアンケート分析の結果、同じがん種での集まりを希望する声が多かったことから、2013年6月に患者・家族総合支援センターが設立されたことを機に乳がん、婦人科がん、大腸がん、胃がんのサロンが始まった。このサロンでは、医療者がファシリテーターとなり、参加者の気がかりや知りたいことを引き出し、話し合えるように運営する。参加者は共通の疾患であるため、治療や副作用対策などの悩みを相談しやすく、また医療者から専門的知識を得る機会となる。医療者にとっても、患者家族を生活者として捉えることができ、特にこれまでサロン運営に関わることのなかった看護師にとっては、患者を多面的に理解する場となっている。

その後、憩いのサロンは医療者の講義をセミナーとして独立させ、現在では下記のように運営している。

2. 運営状況（表2）

2013年度憩いのサロン（年6回開催 延べ参加人数58名 平均参加人数9.7名）

- ①胃がん患者・家族のサロン（年1回）
- ②乳がん患者・家族のサロン（年2回）
- ③大腸がん患者・家族のサロン（年1回）
- ④婦人科がん患者・家族のサロン（年2回）

2014年度憩いのサロン

- ①乳がん患者さんと家族のためのサロン（年2回）
- ②放射線治療中の患者さんと家族のた

表2 四国がんセンター患者・家族サロン運営状況（つづき）

2013(H25)年			2014(H26)年			2015(H27)年 4~10月		
回数	参加人数	平均人数	回数	参加人数	平均人数	回数(予定)	参加人数	平均人数
12	131	10.9	12	82	6.8	10(12)	41	5.9
6	58	9.7	13	123	9.5	7(10)	71	9.5
			75	649	8.7	38(62)	367	9.7
3	98	32.7	21	370	17.6	12(18)	163	13.6
			12	192	16	7(12)	100	14.3
21	287	13.7	133	1416	10.6	74(114)	742	10.0

めのサロン（年1回）→セミナーへ

③ナイトサロン～働く患者さんと家族のためのサロン～（18時30分～20時、年2回）

④オストメイトと家族のためのサロン（年2回）→セミナーへ

⑤抗がん剤治療中の患者さんと家族のためのサロン（年1回）→セミナーへ

⑥子育て中の患者さんと家族のためのサロン（10時30分～12時）

⑦若年（40歳未満）の患者さんと家族のためのサロン（年1回）

⑧大切な人を亡くした方のためのサロン（年1回）

2015年度憩いのサロン（年10回開催）

①女子会サロン（年2回）

②家族サロン（年2回）

③ナイトサロン（年3回：七夕・お月見・クリスマス）

④男子会サロン（年1回）

⑤若者（40歳未満）サロン（年1回）

⑥大切な人を亡くした方のためのサロン（年1回）

2015年度セミナー

がんとお薬(6回)／がんとお金・仕事(5回)／
 がんと外見(21回)／がんとからだ(13回)／
 がんと検査(2回)／がんと食事(3回)／
 がんと遺伝(6回)／がんところ(6回)

ふれあいサロン

1. 設立までの経緯

患者・家族総合支援センター利用者から「歌いたい」「体操をしたい」など、がんのつらさや痛みから解放されるサロンを求める声が多く寄せられた。そこで、2013年度にボランティアの協力を得て「ケア帽子を作ろう会」「クリスマス会」「タクティールケア」の3つの体験型サロンをふれあいサロンとして開催したところ、多数の参加者があり好評であった。2014年度には、新たにボランティア講師を募り、「歌声ひろば」「笑いヨガ」「フラワーセラピー」「楽しい！書道教室」「アロマセラピー教室」と幅を広げ、2015年には「体操教室」を加えて8種類、延べ18回の開催を予定している。

2. 今後の展望

参加者のアンケート分析の結果、ふれあいサロンはひまわりサロンや憩いのサロンよりも満足度が高いことが明らかとなった。これまでのサロンは、気持ちを語り合ったり、知識を得ることが主であったが、体験型サロンは、患者家族にとって日常生活を取り戻す契機となり、健康度を高める効果があると考えられる。また、ボランティア講師の中にはがん患者や家族の体験者もおり、体験を活かしたいと希望する人も少なくない。医療スタッフは裏方から支援することで、サロン運営の課題であるマンパワー不足の解消にもなるであろう。一方で、体験型サロンは内容によっては材料費が必要であり、また参加できる人数に限りがあるため、事前申込み制や実費徴収など、検討しなければ

ばならない。

その他にも、緩和ケア病棟でお茶会を開いていた病院ボランティア団体が2014年度から月に1回、暖だんティーサービスを開始した。毎回15名前後の参加者が集い、和気あいあいと話に花を

咲かせている。

今後のがん患者家族サロンは、医療者、ボランティア、患者会などがお互いに協力し、安全に長期的に運営していくことがより一層望まれる。