

## II. ホスピス緩和ケアを支えるサポートグループ

### 6. 「リレー・フォー・ライフ」の活動

#### —がん患者支援プロジェクトの取り組み—

三浦 秀昭

(がん患者支援プロジェクト)

#### 「リレー・フォー・ライフ」とは

リレー・フォー・ライフとは、1985年にアメリカ・ワシントン州シアトル郊外で、アメリカ対がん協会のゴルディー・クラット医師が始めたイベントである。マラソンが得意なクラット氏が大学の陸上競技場を24時間回り続けるなか、友人たちは30分間だけ医師と一緒に回るとに25ドルずつ寄付した。その結果、1日で2万7千ドルが集まった。参加者を増やすために翌年からは医師、患者やその家族、友人が数人ずつのチームを組むリレー形式になった。24時間歩き続けるなかで、参加者の間にがんと闘う連帯感が生まれたのである。

単なる資金集めのイベントとしてではなく、地域社会全体でがんと闘うための連帯感を育む場としてリレー・フォー・ライフは大きく広がり、2008年現在では全米5,500カ所以上、世界20カ国で行われるようになった。開催方法はさまざまだが、共通するプログラムとして「サバイバー

ズ・ラップ」(がんと闘う人たちの勇気を称え、がん患者やがンを克服した人たちが歩く)、「ルミナリエ」(がんで亡くなった人たちを偲び、1人ひとりの名前を記した紙袋の中にもろうそくを灯して並べる)などがある。ほかにバンド演奏、ゲーム、バーベキューなどさまざまなイベントで盛り上がる。

下記の3項目が参加者の目的である。

① celebrate (祝う) : がん告知、その衝を乗り越えた人の1年をお祝いする。『サバイバー』と呼ばれるこの方々こそ希望への架け橋である。

② remember (祈る) : この病気で命を落した大切な方々を追悼する。リレー中、患者を支えてきた人々が悲しみを乗り越え癒しを見つける機会をつくるために行う。

③ fight back (反撃する) : がんは、放っておくと身体を容赦なく侵していく。「この病気で命を落とすことを無くそう」という気持ちを行動に繋げ、リレーしていく。



図1 リレー・フォー・ライフの3つの目的と参加者

## 日本でのリレー・フォー・ライフ

日本での第一歩は、2006年9月茨城県つくば市で開催された「第1回リレー・フォー・ライフ ジャパン in つくば」であった。この記念すべき大会が開催までに関係された皆様に心から感謝をしている。私がリレー・フォー・ライフ（以下、RFLと示す）というイベントを知ったきっかけは、2005年5月に大阪で開催された「第1回がん患者大集会」に参加した時のことである。私は非小細胞肺癌を2003年4月に告知され、ステージⅢbの状態であり、抗がん剤治療と放射線治療を行っていた。そして、大集会が行われた5月には脳への転移が疑われていた最中の大会であった。

大集会での問題提起は、3項目「がん医療における地域格差の是正」「抗がん剤未承認薬の承認」「がん情報センターの設立」であった。

RFLの開催に向け、実行委員の組織化が計画され、常勤、非常勤の委員の募集が開始された。2週間後には35名の委員が誕生し、実行委員会が同年7月に開催された。常勤の5名が実質の事務局となり、がん患者支援団体「がん患者支援プロジェクト」が誕生した。そして、「リレー・フォー・ライフ ジャパン 2006」を開催するために、プレイベントである「日本版リレー・フォー・ライフを考える会」を立ち上げることとなった。RFLの情報や条件などを調べ、具体策や協力者の開拓、開場、行政、企業への交渉が始まった(表1)。

## チームでの参加

RFLは、チームで参加することが原則である。チームはいろいろな目的やできるまでの経過があるが、多くは患者を中心としたチームである。患者個人を中心としたチームを紹介する。肺癌患者Aさんを中心としたチームで家族や会社同僚、友達や医療関係者など患者を支えているチームである。目的は、肺癌の原因と考えられている「タバコ」禁煙をテーマとしたチームで、タバコの害を訴えたボードを持ちトラックを周ること

表1 日本でのリレー・フォー・ライフ実施状況

・2007年	兵庫県、東京都	2会場	ACS基準を満たし正式RFLとして認定された
・2008年	北海道、神奈川県、兵庫県、徳島県、高知県、大分県	6会場	
・2009年	北海道、宮城県、埼玉県2カ所、神奈川県、静岡県、兵庫県、広島県、徳島県、高知県、福岡県、大分県、沖縄県	14会場	
・2010年	全国20会場以上を予定		

や、テントで禁煙のためのグッズや応援メッセージを紹介し、チームでの啓発運動と患者Aさんを支えるチームであった。

病院では、Aさんはお見舞いに来た方やドクターとうまく気持ちを伝えることがなかなかできなかった。お互いに気を使いながら気持ちが伝わらない、言葉がうまく出てこないといつも思っていた。Aさんは、雑誌からRFLを知り参加してみたいと考えた。そして、みなさんに呼びかけ参加を誘い、そして想いを伝えたいと考えたのである。Aさんは、RFLの目的を語り、DVDを見せた。そして、いつからいつまで私のために歩いてほしいとお願いをしたのである。チームには15名が参加してくれることになり、いろいろなアイデアが出され、フラッグもできた。

リレーの当日、Aさんは参加してくれた方々に心から感謝し、お礼を伝えた。そして、参加者はAさんに思いやりをもち、ここから応援をすることを伝えた。その後、Aさんは応援者とコミュニケーションよく、本音でお付き合いされるようになり、毎年RFLに参加されている。

また、乳がん患者会が中心になったチームがある。早期発見のために直診できるモデル機器を用意し、いろいろな方に触ってもらうコーナーをつくったり、相談コーナーを設けるなど、啓発を目的として活動している。

製薬メーカーのチーム、行政のチーム、病院のチーム、学校のチーム、クラブチーム、希少がんのチーム、看護学生のチームなど、いろいろなチームがある。そのチームごとに歩いている方々が「どこから来られたのですか?」「なぜリレーに参加しているのですか?」と声をかけ、コミュニケ

ーションをとっていききっかけとなり、各立場の理解が生まれていくことにつながった。患者をみなさんで支えていくことは、このチームづくりから始まっていく。そして、社会でのがんに対しての啓発活動により多くの一般の方に伝わり、がんに対する社会の意識が高くなっていくのである。

このようにRFLは、チームで参加することが重要であり、共通認識をもつことが第一歩であると考えられる。

## サバイバーの想い

RFLでのサバイバーという言葉の意味をここで話しておく。サバイバーという響きから、がんを勝利した方、がんと闘い続けている方のような壮絶な戦いをしてきているような印象をもたれることが多い。しかし、RFLでのサバイバーとはがん経験者であり、がんの告知を受けた時の衝撃を乗り越え、前向きに治療や生活をしている方を意味している。そして、RFLに参加した時に「私はがんであることを隠さない」ということが大切であると筆者は考えている。

リレーをしているときに、「大腸がん患者です。食べ物について考えよう！」というプレートを持って行進をしている人たちがいた。「私も同じ病気である」と話しかけてこられ、共有できる時間を持ち、勇気と希望を持ってくれた方たちが多く見受けられる。そして、相談を持ちかけた方たちが相談の重要性、話をする大切さを理解し、今度は相談をされる側になることがリレーであり、RFLのすばらしさでもあると思う。RFLには、いろいろな患者が参加される。先輩患者の元気になっている姿を見ることにより、夢と希望と少しの勇気を持ち、がんに立ち向かっていくのである。

リレーは患者や家族を引き寄せ、気持ちを奮い立たせてくれる力がある。それは患者・患者家族が「1人ではない、みんなが協力してくれる」ということを認識させてくれる場なのである。

表2 「ボランティアよ、ありがとう」

Valuable	大切な仕事
Outstanding	傑出した方法でいつもやり通す
Loyal	誠実で正直、喜びにあふれ
Untiring	たゆまぬ努力、年間を通して
Notable	特筆すべきはあなたの貢献
Trustworthy	信頼できるあなたの行いすべて
Eager	熱意をもって目標へ向かい
Effective	効果的な方法で役割を果たし
Ready	いつも輝く星のように笑顔を見せて
Special	特別ですばらしい それがあなたです。

## ボランティア活動と寄付の目的

RFLでは、寄付を目的とするボランティア活動が重要である。まず、RFLと寄付との関係について説明をする。チームごとに寄付を集める活動を行い、年に1回のRFLに各チームが寄付を持ち寄る。まだ日本では当日の寄付金集めが主流であり、事前の募金活動は、まだ行われているところが少なく、今後の課題となっている。この寄付金は1%がアメリカ対がん協会に寄付され、寄付金から経費を差引いた寄付金が「日本対がん協会」に寄付される。

財団法人日本対がん協会は、下記の3項目にこの寄付金を使う。

- ①がん相談事業
- ②若手医師に対する奨学金
- ③がんの研究や新しい治療薬・治療法の開発支援

リレー・フォー・ライフは、表2の気持ちを持ち、ボランティアに感謝をしている。

## リレー・フォー・ライフの地域に対する影響力

RFLには、がん患者、がん患者家族、がん患者遺族、医療関係者、行政職員、政治家、企業、各種団体、教育者、学生、健康な一般市民、メディアなどいろいろな立場の方が参加される。「チームでの参加」の項でも述べたが、上記の立場の方たちがチームを組みリレーをして歩く。このトラックで言葉を交わし、そして話をしなくてもその姿を見ながら、それぞれの立場でがんに対する

想いを感じとるのである。この想いが伝わることにより、立場の違う皆がいろいろな課題に対して解決策を生み出される。

各チームの訴えていることを肌で感じて、一緒に歩くことにより問題を共有し、患者に対して思いやりをもつ、そして支援者に対して患者、家族は感謝の気持ちをもつことができる場である。これは地域コミュニティそのものであり、普段の生活、地域医療の連携そのものなのである。

がん患者・がん患者家族を中心とした下記の8位一体での取り組み、連携により問題を解決することをRFLは可能としてくれる。

- ①がん患者・がん患者家族
- ②医療関係者
- ③行政担当者
- ④政治家
- ⑤企業・団体
- ⑥教育者
- ⑦健康な一般市民
- ⑧メディア

## 組織づくりと戦略

### ① 組織づくり

RFLは、各地区の大会ごとに実行委員会を立ち上げている。実行委員会の役割は以下の通りである。

#### 1. リーダーシップ

①実行委員長：全体の把握、ボランティアの勧誘、目標と基準を設定、各委員会進行状況把握、予算管理、各委員会を勇気づけ、動かすこと

②書記：議事録、各委員会の連絡、お礼状、実行委員長の補佐

#### 2. チーム

①チーム勧誘：全チームの目標管理、新たなチームを勧誘、キャプテン会議の資料作成、チームの指導、キャプテン会議の日程と開催、楽しく、情報が豊富な会合を企画

#### 3. セレモニー

①全体の流れを企画、実行：開会、閉会式を企画・演出、各小委員会と連携

②サパイパーシップ：サパイパー勧誘計画を立

て参加者を増やす、サパイパーに対する企画、運営

### 4. 啓発とイベント

①啓発・教育：日本対がん協会の目的をピアーアール、教育と関与するアイデア豊富な方法を探る、啓発が双方向性であるように確認、新しいボランティアを勧誘

②フィールド活動：啓発と連携してがんについてのメッセージを伝わる楽しい活動を考える、ステージの時間を確保、みんなが参加できる活動を考える、活動スケジュールを考える

### 5. スポンサーシップとマーケティング

①スポンサーシップ：協賛企業、スポンサーを探る、協賛金の目標と回収管理、当日はスポンサーを出迎える、スポンサーを紹介して感謝の意を表する

②マーケティング：ポスターやパンフレットを配る、地元メディアに広報、寄付金集めのイベントを推進、マーケティングを利用してボランティアを勧誘

③メディア：メディアを通じてリレーをピアーアール、チームやサパイパーの話題を提供、スポークスマン、当日のメディアと調整

### 6. 当日

①調達：あらゆる物資を確保（ステージ、照明、テーブル、椅子、テント、簡易トイレなど）、会場と実行委員会の連絡役、駐車場の確認、警備、準備と片づけの確認

②食料：イベント用に食べ物を確保、チーム用に水や食料を確保

③受付：受付のマニュアルを作成、参加登録状況を把握、Tシャツや記念品の配布、参加者に対する歓迎企画

④会計：誰がいくら集めたかを把握、寄付の合計を把握、表彰の対象者を選定

上記のように細部に渡り計画を作成、準備を行うことが必要である。

## ② 戦略

### 1. チーム

チームは最初、寄付を少ししか集められなくても、2年目はその気になって、初年の2倍以上の

寄付を集めてくれる。

## 2. サバイバー

できるだけ多くのサバイバーが参加した方がよい。そして、すべての場面でサバイバーが登場する方がよい。チーム、実行委員会、寄付集めに関わるとよい。

## 3. 寄付金集め

RFLは小さく生まれるものである。1年目の平均的な大きさは、世界中で15～20チームである。大小は関係なくRFLが何であるかをよくわかっている人が参加してほしい。私たちはがんとの闘い、挑戦をしたいと思っている。寄付は金額ではなく、何ができるかが大切なのである。

## 4. 啓発

一般の方へ、患者、家族のためにも啓発活動は必要である。各地区で何が必要で優先順位が高い

かを考え、企画する。そして、資料を置くだけではなく、呼びかけをし、理解を求めるよう努力する。

---

## おわりに

RFLは、2007年から2009年までに全国14カ所で開催されるまで成長をした。2010年は、20カ所以上を予定している。今後、RFLは地域におけるコミュニティーの場として、がん患者を中心とした地域のがん医療の向上の原動力になり、RFLの精神を理解した志のある市民の輪が広がっていくであろう。

私たち国民が、がんという病に対する意識を変えて、がんにならないようにするために予防・検診を受け、そしてがんになっても不安のない社会を目指していきたい。