

# 街かどがんサロン・サンフラワー ～がんサバイバーのウェルビーイングをサポートする～

阿南 節子 ●医療法人英仁会 大阪プレストクリニック 薬剤部 薬剤師 代表理事



## 要旨

日本人の2人に1人ががんに罹患し、医療の進歩により長期生存が可能となった現在、がんとともに生きる人が増加している。そうした「がんサバイバー」は、日常生活を送るうえで多くの問題に直面する。がんサバイバーが、それらの問題を解決するには悩みについて相談し、必要な情報や支援にアクセスできる環境が必要である。「街かどがんサロン・サンフラワー」では、活動内容を以下の4項目として活動した。

- ①がんサバイバーの交流サロンの企画および運営
- ②セミナーの開催・啓発活動
- ③ウィッグバンクの運営
- ④がんケアヨガ

それぞれ多くの患者および家族に興味を持っていただいたが、さらに多くのがんサバイバーに利用いただけるよう誰でも気軽に参加できるように、さらなる工夫が必要と考えられた。

## 1. 背景と目的

日本人の2人に1人ががんに罹患し、医療の進歩により長期生存が可能となった現在、がんとともに生きる人々が増えている。がんと診断された人、がん治療中の人、がん治療が終了した人、およびその家族・友人を含めて「がんサバイバー」と定義するが、日常生活を送るうえで「がんサバイバー」は多くの問題に直面する。

がんサバイバーが、それらの問題解決に向けて、より良い意思決定をするためには、治療上の疑問や、経済的な問題、精神的・心理社会的な悩みについて相談し、必要な情報や支援にアクセスできる環境が必要である。がん治療中の患者に対しては、様々な専門家が支援する体制が整備されてきたが、その多くが治療上の疑問に対する支援であり、生活をサポートする視点のものは少ない。また、治療終了後の患者を積極的に支える仕組みは、欧米のがん患者を支えるNPO/NGOの多様で充実した仕組み構築に比較し、本邦では十分とは言えない。

「街かどがんサロン・サンフラワー」は、がんサバイバーに対してWell-beingの考え方に基づくサポートを提供することを目的とする。(※Well-being [WHO憲章]とは、新しい健康(幸福)の考え方。身体的にも、精神的にも、社会的にも、すべてが満たされた状態[Well-being]にあることをいう)

## 2. 活動の方法

「街かどがんサロン・サンフラワー」では、主な活動内容を以下の4項目としている。

- ①がんサバイバーの交流サロンの企画および

運営

- ②セミナーの開催・啓発活動
- ③ウィッグバンクの運営
- ④がんサバイバーケアヨガ

### 3.現状の成果・考察

#### 1)がんサバイバーの交流サロンの企画および運営

- 「街かどがんサロン・サンフラワー」を周知するためのパンフレット作成・配布、ホームページの充実、フェイスブック・インスタグラムでの情報発信を行った。
- 定期的に医師、薬剤師、看護師による相談日を設けた。
- 2021年9月18日(土)に梅田スカイビル会議室で開催された「第28回日本がんチーム医療研究会」にて活動状況を報告した。

#### 2)セミナーの開催・啓発活動

- セミナー開催は、主にWEBにて開催した。
- 医師によるがん治療の最新情報、薬剤師・看護師による様々な情報提供、心理士によるコミュニケーション講座などを行った。

#### 3)ウィッグバンクの運営

ウィッグバンクについて運用システムを構築した。また、この内容を第28回日本がんチーム医療研究会で下記のように報告した。

『抗がん剤治療による脱毛は、患者の生活の質に大きく影響することから、外見ケアの支援が重要である。医療用ウィッグは、手軽な値段から高価なものまで様々ある。しかし、医療用ウィッグや医療用帽子は、医療費控除

や健康保険の対象外になっている。患者の中には、治療費がかさむため、医療用ウィッグの購入費用を少しでも軽減したいという思いがある。そこで街かどがんサロン・サンフラワーでは、がん治療で髪の毛を失ったすべての方々(子ども、男性、女性)が低価格でウィッグを購入できるようにウィッグバンクを開設した。今後はウィッグバンクの周知を行い、利用者の意見を参考に今まで以上にがん患者の外見ケアの支援をする体制づくりが課題である』

#### 4)がんサバイバーケアヨガ

ヨガは不眠・倦怠感・食欲不振・気分の落ち込みなどを軽減し、生活の質(QOL)を改善する効果がある。街かどがんサロン・サンフラワー「リラックスヨガ」は、がんを経験された方だけでなく、ご家族(子どももOK)・友人・同僚・医療スタッフなど、どなたでも受けていただくことができるようにし、全米ヨガアライアンスRYT200コース修了、BCY乳がんヨガインストラクターコース修了者が週1回、ヨガレッスンを担当した。

### 4.今後の展望

「街かどがんサロン・サンフラワー」の様々な企画に対して、多くのがんサバイバーに興味を持っていただいた。また、参加者の満足度も高かった。しかし、参加について若干のハードルがあるのではと考えられ、今後はさらに多くのがんサバイバーにもっと気軽に参加いただけるような工夫が必要である。



ウィッグバンク



交流サロン：フラワーアレンジメント



リラックスヨガ