

# 緩和ケアニュース

第36号

特集：ひとりで悩んでいませんか？

～がん相談支援センター利用のススメ～



Photo T.I

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院 緩和ケアチーム

2016年6月発行

## はじめに

今回は、がん相談支援センターの松嶋史絵さん（医療ソーシャルワーカー）に、がん相談支援センターの役割りと当院での具体的な活動の内容について紹介してもらいます。

## もし、“がん”と診断を受けたら…？

少し想像してみてください。ご自身あるいは身近なご家族やご友人が“がん”と診断を受けたら、どのような気持ちになるのでしょうか。



ショックや漠然とした不安、怒り、落ち込み、無力感、混乱等々…いろいろな気持ちが生じると思います。そのような気持ちのつらさ、漠然とした将来への不安、生活のこと、経済的な問題等に対し、どうしたらよいか悩むこともあるかもしれません。

そのような中でも、がんと向き合っていく上で大切なことがいくつかあります。例えば、適切な情報をもとに病気を正しく理解すること、医療者としてしっかりコミュニケーションを図ること、つらい気持ちやしんどさを打ち明けられる存在がいること、そして、必要に応じて相談窓口を活用することです。

## がん相談支援センターとは？



がん相談支援センターは、厚生労働省によってがん診療連携拠点病院等に設置を義務付けられている相談窓口のことをいい、当院は平成19年1月に設置しています。受診している患者さんやそのご家族だけでなく、広く地域住民や関係機関等から、がんに係る相談に応じる窓口となっています。

がん相談支援センターには、“がん専門相談員”として相談支援に必要な研修を修了した相談員が配置されており、当院ではがん看護専門看護師2名と医療ソーシャルワーカー10名（平成28年5月現在）が相談員としてご相談をお受けしています。また、相談内容によっては、必要に応じて他職種や他機関と相談や連絡調整をしながら支援をしています。

## 何をしているところ？

厚生労働省の指定要件として、がん相談支援センターには以下のような仕事が求められています。

- ・がんの治療や予防に関する一般的な情報の提供
- ・セカンドオピニオンについての相談
- ・地域の医療機関に関する情報の収集・提供
- ・がん患者さんの療養上の相談
- ・就労に関する相談
- ・サポートグループ活動や患者会等の支援
- ・がん相談支援センターの広報・啓発活動 等

大切なことは、何らかの心配事を抱えた患者さんやそのご家族の不安や悩みをお聴きし、その気持ちに寄り添い、一緒に考えていくということです。

ご相談の内容は、ご了解なく他のスタッフに漏れることはありませんので、安心してご相談いただけます。



## 具体的な相談の実際



Aさん

先日突然がんと告知を受けた。病気や治療の説明を受けたが、聞きなれない言葉が多くてあまり理解できなかった。  
このまま治療をするのが不安でインターネットや新聞でいろいろ調べたもののよくわからない。情報がほしいんだけど…。

主治医から、「がんを治す治療はできないので緩和ケアについて考えていきましょう」と言われた。緩和ケアってどこで受けられるの？  
どうしたらよいかわからないんです…。



Bさん

両者とも、がん相談支援センターでよくお受けする相談です。相談者の置かれている状況や心配な気持ちをお聴きし、お話の中で本当に支援を必要としている問題を整理します。

Aさんであれば、説明を受けたことをどのように受け止めているのか、理解できていない部分は何なのか、何を知りたくて調べていたのか、お話を伺う中で確認をしていきます。そして、その情報を得るにはどのような方法が良いのかを一緒に考え、必要な情報について提供を行います。また、場合によっては医師とのコミュニケーションのとり方についても一緒に考えます。

Bさんについては、Aさんと同様に病状の受け止めや患者さん・ご家族の意向の確認をしながら、望ましいと考えられる療養方法の選択肢について一緒に考えます。そして、地域の医療情報についてお伝えし、適切につながるよう支援をしていきます。



### 適切な情報とは…？

最近は、新聞、テレビやインターネットなど、色々な手段で様々な情報が得られます。容易にアクセス

できる分、その情報の信頼性を見極めることが必要です。がんと向き合うには、どのような病気で、どのような状況なのか、どのような治療の選択肢があるのか、あるいはどのようにがんと付き合っていくことが必要なのか、患者さんご自身やご家族も一緒に考えていくことが望まれます。どのように情報を得たらよいのか、どうやって医師に相談をしたらよいのか、そんなご相談も多くお受けしています。

## どうしたら相談できる？

直接お訪ねいただくか、お電話でのご相談をお受けしています。ご相談に費用はかかりません。基本的には予約制としておりますが、お急ぎの場合などは直接のご相談もお受けしています。

連絡先：(兼 医療福祉相談室直通)

☎ 086-422-5063

相談場所：

平日：1-57 (入院外来相談室)

土曜：1-65 (入退院支援センター)

相談時間：

平日：9時～17時

土曜：9時～13時



## その他の活動

### ～患者さん同士の交流の場として～

当院のがん患者さんやそのご家族を対象に、“がんサロンのぞみ会”を開催しています。



開催日程： 偶数月第3木曜日

10時～11時半

今年度の予定：

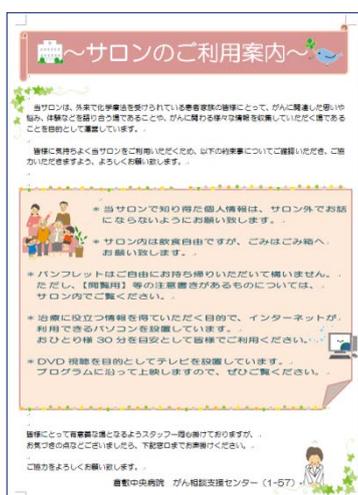
- 6/16 「口腔ケアについて」
- 8/18 「在宅療養と訪問看護」
- 10/20 「緩和ケア病棟について」
- 12/15 「スキンケアについて」
- 2/16 「がん情報を上手に見つけよう」

詳細は、院内掲示板やホームページをご確認ください。また、のぞみ会の他にも院内外でサロンや患者会が開催されています。関心のある方はお尋ねください。

## ～情報提供と交流の場として～



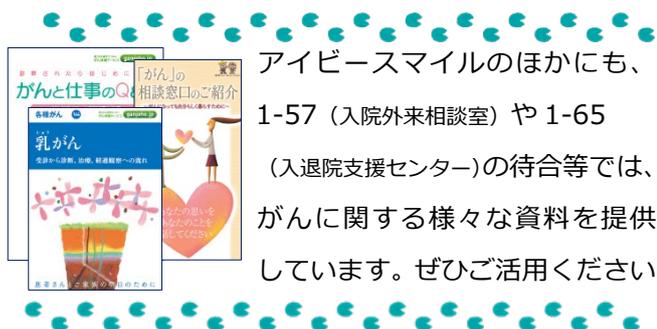
外来化学療法センターにおいて、常設サロンとして  
**“アイビースマイル”**を運営しています。



主に、  
 パンフレットや書籍の閲覧  
 インターネット閲覧  
 DVDの定期放映  
 を行っています。



患者さんやご家族が自由に語らう場として、またはがんに関する様々な情報を得られる場として活用いただけたらと考えています。



アイビースマイルのほかにも、  
 1-57 (入院外来相談室) や 1-65  
 (入退院支援センター)の待合等では、  
 がんに関する様々な資料を提供  
 しています。ぜひご活用ください。

## ～相談できる場をひろげていくために～



がん相談支援センターでは、患者さんやそのご家族から直接ご相談をお受けする以外にも、様々な取り組みをしています。

- ・市民向け講演会等でのがん相談に関する広報活動
- ・出張がん相談 (適宜)
- ・患者会との交流会や支援活動
- ・がんに関する情報が適切に提供できる体制づくり
- ・院内スタッフに向けた勉強会
- ・治療と仕事を両立していくための支援 等

身近に相談できる窓口があること、適切な情報を得る重要性の理解とその情報が得られる場所の確保、患者さんやご家族同士が思いを語り共有しあえる場があることが、がんと向き合う上できっと役立っていくと思います。

明確な困りごとがあるときばかりではありません。つらい気持ちを吐き出したいとき、漠然とした不安や悩みがあるとき、先のことを考えて不安になるとき・・・そんなときも、“がん相談支援センター”をぜひお訪ねください。少し気持ちが楽になったり整理ができたり、対処の方法が見つかったりというように、何らかのお手伝いができると思いながら、

## あとがき

がんに伴ういろいろな苦痛、これを和らげ患者さんやご家族の日々の生活の質の維持向上をめざす「緩和ケア」は、がんとわかった時から始まり、がんの治療と並行して提供されます。ひとりで苦しまずどうか気軽にご相談ください。

発行元：公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構 倉敷中央病院 緩和ケアチーム

編集委員長：佐野 薫 (医師)

編集委員：里見史義(作業療法士) 長谷井慈子(事務) 平田佳子(看護師) 50 音順