

# がんになった医療者の治療選択と向き合い方

## 医療ソーシャルワーカーが乳がんになった場合

東京共済病院 医療ソーシャルワーカー **大沢かおり** さん 第3回

大沢かおりさんが乳がんになってから14年目になりました。大沢さんの物語、最終回は、医療ソーシャルワーカーとして、患者として、患者会に携わった経験も生かしなが、多くのがん患者やその家族を支えている大沢さんの近年の活動を紹介します。

### 大沢かおり(おおさわ・かおり) 50歳

神奈川県鎌倉市生まれ。  
父の転勤に伴い、9歳から5年間ニューヨークで暮らす。  
1990年上智大学文学部社会福祉学科を卒業後、  
外資系出版社勤務を経て、91年から東京共済病院の  
医療ソーシャルワーカーになる。2003年に乳がんと診断され、  
乳房温存手術、ホルモン療法、放射線療法を受ける。  
治療中から患者会に参加し、2008年にがんになった親と  
その子どもを支援する任意団体「Hope Tree」を設立、  
2015年にNPO法人化してからは、代表理事を務めている。

### 大沢かおりさん がん治療の経過

2002年 9月	左胸のしこりに 気づく	左胸のしこりに気づき、子宮内膜 症の治療で通院していた病院の乳 腺外科で乳腺症と診断される。
2003年 8月	しこりが大きく なって受診、 乳がんと 診断される	しこりが大きくなったと感じて検 査を受け、3か月後に再診といわ れたが、その場で紹介状をもらい、 翌日勤務先の東京共済病院乳腺科 を受診。9月に乳がんと確定。
2003年 10月	乳房温存手術と 放射線療法、 ホルモン療法を 受ける	乳房温存手術で左乳腺の一部とリン パ節を切除。翌月から術後の放 射線療法を受け、ホルモン療法も 始める。
2004年 1月頃	乳がんの 患者会に参加	乳がん患者会「VOL-Net」に参加 し、主に渉外係を担当する。
2005年 10月	夫が突然 亡くなり、 うつ状態になる	夫の突然の死によってうつ状態と なり、乳がん治療を続けるのがつ らくなって、自分の意思で治療を 見合わせる。
2007年 5月	米国で セミナーに参加	米国で癒やしについて学ぶセミナ ーに参加。元気を取り戻す。
2008年 8月	「Hope Tree」 を設立	米国でがんになった親とその子ど もを支援する活動を見学したこと をきっかけに任意団体「Hope Tree」 を設立(2015年にNPO法人化)。
2017年 3月	ほぼ寛解	乳がんと診断されてから14年目。 現在、再発はみられず、ほぼ寛解。



## 自身のソーシャルワークや患者会活動の経験を

# がんになった親とその子どもへの支援に生かす

### 手術でくぼんだ乳房の形を整えるかどうか悩んだ

東京共済病院(東京都目黒区)の医療ソーシャルワーカー、大沢かおりさんは二〇〇三年にステージIIAの乳がんが見つかり、その年に手術を受け、その後、放射線療法とホルモン療法も受けました。

同院に勤務して以来、医療ソーシャルワーカーとして多くの患者やその家族を支援してきましたが、二〇〇七年にがん相談支援センターの専任となりました。現在、院内外のがん患者の相談を受けるほか、乳がん患者サロンやヨガ教室なども開催しています。

大沢さんは乳房温存手術で左胸の内側上部を七センチほどくりぬく形でがんを摘出しました。そのため、胸の左右の形が異なり、「洋服の中央が右側に寄っていくことがあります。パッドを入れて調整しています」と話します。

乳がんの手術後は、襟ぐりの大きな服を着るとき、温泉や銭湯、プールに行くときに他人の目を気にしてしまふ、パッドの着脱や下着選びが面倒といった悩みが生まれます。特に乳房の大きな人は左右の重心が変わって疲れやすくなる場合もあります。乳房は女性の象徴であり、乳房の形が変わることで喪失感に襲われるともいいます。対応策としては下着やパッドで調整するほかに、乳房再建手術など乳房そのものの形を整えるという方法もあります。

大沢さんも術後二二年くらい経って、乳房に低吸収ヒアルロン酸を注入して形を整

えたら下着選びが楽になるかもしれないと考えて受診したこともありましたが、そこでもうまうまかななかった場合の選択肢として人工乳房(インプラント)を使って両方の乳房の形を整える方法もあると提示され、自分にはそこまでのこだわりがないことに気づき、何もせずに今に至っています。

なお、乳房再建手術に関しては二〇一三年に人工乳房が保険適用になりました(二七六参照)。おなかや背中の中組織を使う自家組織再建も含めて、これから乳がん手術を受ける人、すでにがんの摘出手術を受けて再建手術を考えている人は主治医に相談してみるといいでしょう。

### 外見の変化に関する悩みは専門家に相談を

このようにがんの手術による体の変形や傷あと、また、化学療法による脱毛、化学療法や放射線療法に伴う皮膚の変色や肌荒れなどの見た目の変化は、患者にとつて精神的な負担となります。以前に比べると退院が早くなり、外来で治療を受ける人、治療後に仕事に復帰する人が増えたことから、外見を整えるニーズは大きくなっています。

がんの治療を積極的に行っている病院では、かつらやメイク方法などのアドバイスをしたり、手術などの対応方法を教えたりする相談部門があります(アピアランス支援センターなどと呼ばれています)。気になることがあれば、主治医や看護師、医療ソーシャルワーカー、臨床心理士、あるいはがん診療連携拠点病院のがん相談支援センターに問い合わせるといいでしょう。

「患者さんやその家族が  
がんのことや自分の気持ちを  
うまく伝えられるように支援します」

人形を使って、親が受けている  
がんの治療について学ぶ

①CLIMBプログラムの2回目では、がんの原因や治療について学ぶ。人形に水を点滴することを通して、親が受けている化学療法や点滴のしくみを理解していく。

大沢さんが働く  
がん相談支援センター

②東京共済病院10階のがん相談支援センターが大沢さんの活動拠点。乳がんサロンやCLIMBプログラムも同じ階の会議室で行っている。

CLIMBプログラムで  
子どもたちが描いた人形

③CLIMBプログラムでは、子どもたちが用意された人形にカラフルなペンを使って彩色する。子どもたちが手を動かしている間、スタッフはさりげなくサポートし、子どもたちが語る言葉に耳を傾ける。







「仲間とともに、  
がんになった親御さんと  
お子さんたちを支援するプログラムを  
さらに広げていこうと思います」

志を共有するHope Treeの仲間たちと

Hope Treeでは、医療ソーシャルワーカーや臨床心理士、チャイルド・ライフ・スペシャリストなどがそれぞれの専門性を生かして活動している。

がんになった親とその子どもを  
支援する団体を設立

大沢さんががん患者を支えるときにいつも心を寄せているのが患者の家族のことです。乳がんの闘病中にうつ病だった夫を亡くした自身の経験からも病気の家族を支える立場、そして残された立場になったときの心の痛みや生活の変化も実感しています。

特に医療ソーシャルワーカーとして心理的な負担を抱える多くの子どもたちを見てきたことから、がん患者の子どもたちを見てきたことからは、「親の診察や入院で病院に来る子どもたちの様子を見ていまし、自分や配偶者ががんになったこと、残念ながら遠くないうちに亡くなることを子どもにどう伝えるか悩んでいらつしやる親御さんにたくさん会ってきました」。

る配偶者はがんの治療の前と後とでは生活や仕事、経済状況が大きく変わってしまいます。治療に気持ちが行くため、また体力や気力が落ちて、子どものケアができないことで自責の念を持ち、さらにはそれについて相談する仲間や専門家がいないうことで孤独感を深めることも多いのです。一方で「子どもたちはお母さんの髪が抜けたり、お父さんが仕事に行かずに家で横になっていたりすると疑問や不安を抱えます。なんとなくそれを口にしてはいけなさと察して感情を出さなくなることもよくあります」。

がんになった親とその子どもを支援したいと長年考えていた大沢さんは、二〇〇七年、患者会のリーダーを対象とした、米国の患者支援の実際を学ぶ視察で、テキサス州立大学MDアンダーソンがんセンターのがんになった親とその子どもを支援するプログラムを作ったマーサ・アッシュエンブ

レナーさんに話を聞く機会を得ます。「これをどうにかして日本の患者さんと医療関係者に届けたいと思いました」。

翌年、アッシュエンブレナーさんを大沢さんが日本に招き、その活動を紹介する講演会を開催しました。そして、この講演会にきていた医療関係者に大沢さんが声をかけて、医療ソーシャルワーカー、臨床心理士、看護師、医師、チャイルド・ライフ・スペシャリストなどが集まって二〇〇八年に「Hope Tree」という団体を立ち上げました。

Hope Treeでがん患者とその子どもたちに対して行っている支援にはCLIMB (Children's Lives Include Moments of Brave) = 「子どもはいつかというとき、勇気を示します」という意味) プログラムとバタフライ・プログラムがあります。CLIMBプログラムは四〜六回で、数名の子どもたちが集まって実施されます。ま

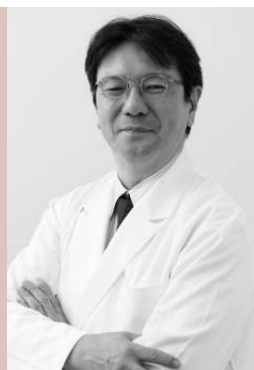
仲間からの応援メッセージ

思いがこもった子どもへの  
支援を手伝っていきます

緩和ケア医として、がんになった親とそのお子さんたちとたくさんお会いしてきました。ただ、子どものケアは私自身の専門ではありません。また、がん患者さんのお子さんは不安で落ち着かない生活をされていますが、医師や看護師などの「治療」が必要ということではないのです。大沢さんたちのような医療ソーシャルワーカーや臨床心理士などの心理社会的な支援の専門家の活躍に期待しています。

Hope Treeは大沢さんのがん患者さんやそのご家族への強い思いで動いていると感じます。子どもたちの支援プログラムの効果の検証やNPO法人としてのマネジメントなど課題はありますが、お手伝いできればと思っています。

このような活動を支援してくださる一般のかた、専門家、寄付などもさらに募っていきたくいですね。



日本赤十字社  
医療センター  
緩和ケア科 部長  
的場元弘さん

1984年北里大学医学部卒業。がんの痛みの緩和の専門家を目指し麻酔科入局、北里大学病院で初期研修。米国オハイオ州立大学麻酔科、国立がん研究センター、同中央病院緩和医療科、青森県立中央病院緩和ケア科部長などを経て2015年より現職。

ず自分自身や親のがんの話をもみんなで共有し、孤立感を和らげます。そして、「がん」という病名や治療について学び、親ががんになったのは自分のせいではないこと、がんは感染しないことを知ってもらいます。また、不安や悲しみ、怒りなどどんな感情を持っていいこと、そして、例えば怒りが湧いてきたときにはどう対処すればいいかも一緒に考えます」。

バタフライ・プログラムは終末期のがん患者とその子どもが対象で、絵本を読んだり、工作をしたりしながら、子どもの気持ちを受け止め、死について話します。「例えば、〇〜二歳くらいまでは死を理解できませんが、世話をする周囲の大人の不安は感じ取っています。二〜六歳の子どもは死んでも元に戻ってまた会えると考えがちですし、七〜一歳くらいでは死を罰とも感じます。このように子どもの年齢による死



## がんになった親とその子どもを 支援する活動をしている 主な医療機関・団体

### 国立がん研究センター中央病院 緩和医療科

東京都中央区築地5-1-1 ☎03(3542)2511(代表)  
http://www.ncc.go.jp/jp/ncch/clinic/palliative\_care.html

### 淀川キリスト教病院 がん相談支援センター

大阪市東淀川区柴島1-7-50 ☎0120-364-489  
http://www.ych.or.jp/department/gan\_center/shien.html

### 国立病院機構 四国がんセンター がん相談支援センター

愛媛県松山市南梅本町甲160 ☎089(999)1111(代表)  
http://www.shikoku-cc.go.jp/hospital/guide/kanke/outpatient/support/childcare/

### 国立病院機構 九州がんセンター サイコオンコロジー科

福岡市南区野多目3-1-1 ☎092(541)3231(代表)  
https://www.ia-nkcc.jp/information/detail/137

### 相良病院 がん相談支援センター

鹿児島県鹿児島市松原町3-31 ☎099(224)1800(代表)  
http://www.sagara.or.jp/department/nyusen/climb.html

### NPO法人 Hope Tree

☎03(5794)7390(東京共済病院 がん相談支援センター)  
http://hope-tree.jp

のとらえ方や親の病状、それまでにがんについて聞いているかどうか、兄弟姉妹がいるかどうか、親の考え方など一人一人に合わせてアレンジしながら実施しています」。

また、Hope Treeではこのようなプログラムを日本全国で実施できるよう、関心のある医療関係者に学んでもらう講座を年一〜二回開催しています。

「米国の研究では、がんになった親の死が差し迫り、死が避けられないことを事前に知らされていた子どもたちはそうでない子どもたちに比べて不安度が低いこと、また親について子ども自身が不安を話すことは疎外感を軽減する効果があることがわかっています。がんという病気について知り、心理的・社会的なサポートを受けることには、子どもたちが自分の人生をたくましく生きていくために意義があると考えています」。

大沢さんにとっては、患者とその家族をさまざまな場面で支援していくことが自身

の人生を支える大きな柱になっています。乳がんの治療中に夫が自死してからの二年ほどは記憶があいまいで「それまで当り前であった安心のよりどころが突然消えてしまい、カイコの繭の中のサナギのようにじっとしている時期が長く続きました。そんな時期に批判もせず私の話を聞いて、ありのままの私を受け止めてくれた、穴蔵に差し込む光のような人たちに出会い、少しずつ穴蔵から出てきた気がします。そして元気になった今は、自身がつらい思いをしている人たちの光になりたいと考えています。「愛情と熱意をもって光を届けられるように活動を続けたい。Hope Treeで子どもを大切にしているのは、子どもは自分から支援を求めにくくはできないから。一人でも多くの人たちが、親ががんになった子どもへのケアの大切さに気づき、つらい時期をひとりで過ごす子どもたちが減っていくのを願っています」。

「親のがんを自分のせいだと考えたり、  
孤独を感じたりする  
子どもたちの気持ちを和らげたいのです」

がんになった親とその子どもを支援するプログラムを伝えていく

① Hope Treeが主催した3月のバタフライ・プログラムのワークショップには医師や看護師、臨床心理士など52名が参加した。

医療関係者も自分のグリーフ(悲嘆)を味わう

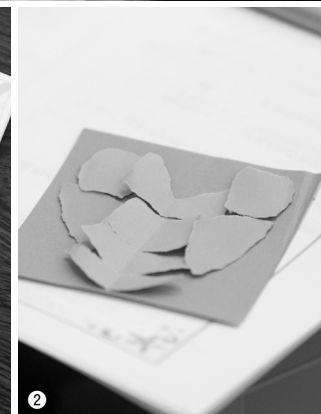
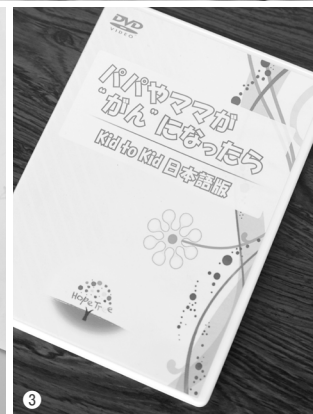
② バタフライ・プログラムでは医療関係者も自身の悲しい体験を書いたハートの紙を破ってから修復し、その間の気持ちを感じる。

親ががんになった子どものためのDVD

③ がんという病気とその治療についてわかりやすく解説し、子どもがよく抱く疑問について答える動画。Hope Treeへの寄付(3000円以上)で入手可能。

CLIMBプログラムに来た子どもたちがくれた似顔絵とお守り

④ プログラムに参加した親子とは顔を合わせるうちに親しくなる。子どもたちにもらった似顔絵とお守り、おもちゃの指輪などは大沢さんの宝物。



## 次号予告

食道がんの治療を続けながら緩和ケア医として  
自宅で療養するがん患者さんとその家族をサポートする  
行田泰明さんの物語をお届けします。