

離島フォーラムin八重山 (12月15日)

参加者 (59名 男11 女48)

○講師 医療者の立場から 石垣市徳州会病院 院長 池原 康一先生

『人生100年時代のがん医療を考える』

○講師 教育者の立場から 琉大附属病院 臨床倫理士 金城 隆展先生

『よりよく生きるための患者力』 ~選択を意識し、物語を共に紡ぐ~

【アンケートまとめ】

○参加者の状況について

1、あなたの事を教えて下さい

◇年齢 20代 (1) 30代 (2) 40代(5) 50代 (8) 60代(9) 70代以上 (15)

◇性別 男 (9) 女 (32)

◇家族構成 1人 (14) 2人 (17) 3人(5) 4人 (3) 5人以上 (2)

◇参加者住まい ・登野城 (6) ・石垣 (17) ・大川 (4) ・大浜 (4) ・新川 (3)
・伊原間 (2) ・平得 ・宮良 (2) ・真栄里 (1) ・名蔵 (1)

※ 参加者の年齢層が60代以上の24名とアンケート回収できた方の50%以上を占める。

※ 家族構成の欄では 1人暮らし、または2人暮らしと答えた方が31名と回収者数の75,6%を占める

※ 上記2項目から、離島在住の方々の年齢層が高く (年金生活者)、独居の方が多いことが判る。

おそらく、医療費が家計に占める割合も大きいと推測される。

ネット上での情報探し等も厳しい状況にあるのではないかと考えられる。

2、今回の講演会を何で知りましたか？

・チラシ (15) ・新聞 (19) ・テレビ(0) ・ラジオ (0) ・誘われた (16) ・病院 (1)

3、あなたの身近に、がんの治療をされた方がいらっしゃいますか？

◇どのような立場や繋がりのある方ですか？

・本人 (6) ・身内 (25) ・親戚 (5) ・友人 (10) ・知人 (10) ・同僚 (1)

◇あなたの周りではがんにかかった方を何人くらい知っていますか？

・1人 (6) ・2人 (4) ・3人 (3) ・4人 (2) 5人以上 (11)

◇がんの種類は何でしたか？

・乳がん (20) ・肺がん (11) ・大腸がん (8) ・甲状腺がん (1) ・すい臓がん (6)

・腎臓がん (1) ・子宮頸がん (5) ・子宮体がん (1) ・舌がん (1) ・白血病 (2)

・前立腺がん (4) ・胃がん (4) ・咽頭がん (3) ・悪性リンパ腫 (1)

・肝臓がん (3) ・頭部腫瘍 (1) ・その他 (1)

※アンケート回収できた中、身近な方のがん罹患者数が57名と、アンケート回収数をはるかに上回った。

日常的に身近にがんを感じていることが判る。

その部位についても多種に及んでおり、再発、または転移の可能性もあるが、その詳細は分からない。

4、3で(はい)と答えた方、その時に困ったことがありましたか？

・ はい(27)・ いいえ(7)

◇困ったときにどのような情報や支援が必要だと思いましたか？

・ 様々な情報から自分に合ったものを選ぶのではなく、周囲の利益やホメパシー等の信念に影響を受け、過度な食事制限で、体力をつけられないこと。

・ どの病院に行ったら良いのか(3)

・ 死んだら家族はどうなるのか？

・ 医療費(治療費)、交通費を含めた経済的負担のこと。(6)

・ 精神的なケアをどのように受けられるか。

・ がん=手術、放射線、抗がん剤ではなくて、食事の大切さや再発予防、病後の健康管理などの十分なアドバイスがあれば良いのと思う。

・ 精神的にうつ状態になることが多く、悩みを受け止めてあげられるところが必要だと思った。

・ 罹患した家族に、どのように対応して良いのか判らなかった。(2)

1

・ 八重山病院では十分納得の行く治療が受けられなかった。

・ 本人と度々一緒に話をするように努めるのみで、家族に取っても具体的なアドバイスがもらえると良かった。

・ 石垣島で放射線治療ができると良いのと思う。

5、あなたや家族がもしがんになったら、心配になることを記してください。

・ 正しい情報を伝える手立てがあれば良いのと思った。

・ 「治療方法がない。」と言われたと相談があった時、どのような対応をすれば良いのか判らず困った。

・ 病気についての正確な情報と、治療の方法の説明が必要。

・ 完治するのか？治療についてなど、不安な状況についてのアドバイスが必要だと思った。

・ 医療費や生活費をどうするか。・ 治療費を含めた金銭的な不安(10)

・ 良い病院があるのか、また完治する可能性はどのくらいあるのか心配になる。

・ 心のケアをどのようにするか、またどのような場所で受けられるのか気になる。

・ 居住する場所の近場で治療ができるのか？

・ 納得いく治療の選択ができるのか？(3)

・ 自分の最後の在り方。

・ 治療内容、術後の生活。(2)

・ 治療方法がない場合。

・ 相続や葬儀のこと。

- ・ 精神的なダメージに対するケア。(2)
 - ・ 在宅で終末期医療を受けられるか？
 - ・ 残された時間の大切さを納得できるか？させることができるのか？「愛の喪失」
 - ・ 介護について。
 - ・ 島の医療体制で十分ながん治療ができるのか？
 - ・ 手術が可能かどうか？またがんを受け入れ、家族で共有しながら生活できるのかが不安だった。
 - ・ 再発、身体の回復、精神的な面での落ち込み。
 - ・ 完治できるか？術後心安らかな生活ができるか？
- ※重複分もあるが、アンケート結果に沿ってまとめている。

6、あなたはがん検診を受けたことがありますか？ はい(36) いいえ(4)

◇なんの検診ですか？

- ・ 乳がん(13) ・ 子宮がん(12) ・ 大腸がん(9) ・ 胃がん(11) ・ 甲状腺がん(1)
- ・ 食道がん(1) ・ 肺がん(2) ・ 人間ドック(2)

◇受けておきたい、がん検診はありますか？

- ・ 乳がん(4) ・ 大腸がん(7) ・ 胃がん(4) ・ 子宮がん(3) すい臓がん(2)
- ・ 前立腺がん(1) ・ 総合的に(2)

◇どんながん検診が受けられると便利ですか？受けやすいと思いますか？

- ・ レントゲン(1) ・ 検査費用が安い(2) ・ 血液検査(2) ・ 臭気(2)
- ・ 苦痛の少ない検査(1) ・ 人間ドック(1) ・ 夕方から夜(1) ・ 定期健診の1部として(1)
- ・ 市町村での特定検診(3) ・ 県立病院(八重山)での充実した検診(1)
- ・ 検診期間を設けずいつでも受けられる(2) ・ 費用補助(2)

7、あなたがストレスを感じた時、つらくなる部位や症状があれば教えてください。

- ・ 胃が痛む(11) ・ 喉がつかえる(4) 頭痛がする(10) お腹が緩む(2) ・ 眩暈がする(2)
- ・ 睡眠がとれない(1) ・ 食欲不振(1) ・ 空咳が出る(1) ・ 動悸がする(1)

8、健康意識についてお聞かせください。

◇ご自身の健康について、習慣的に取り組まれていることがありますか？ ・ はい(28) ・ いいえ(9)

◇どのようなことに取り組まれていますか？

- ・ 食事(11) ・ 運動、ジョギング、体力づくり(12) ・ 検診(8) ・ 白糖を取らない(1)

2

- ・ 酵素を飲む(1) ・ 真向法(1) ・ 瞑想(1) ・ 十分な睡眠(1) ・ 添加物を減らす(1)
- ・ 肥満対策(1) ・ リフレッシュタイムを作る(1)

◇ご自身の健康のために、「今」取り組んでみたいことは何ですか？

- ・ 運動、ウォーキング(7) ・ 食生活(6) ・ 筋力維持のための体操継続(3) ・ ヨガ(1)

- ・ 減量 (1) ・ 笑う (1)

◇ご家族や大切な人に「今」健康について気を使ってほしいことは何ですか？

- ・ 生活習慣 (4) ・ 食生活 (11) ・ 肥満対策 (1) ・ 運動 (8) ・ 特定検診受診 (3)
- ・ 酒量の加減 (1) ・ 睡眠 (2) ・ 内に籠りすぎる (1) ・ 負の事象に囚われすぎないこと (2)
- ・ 心の向き合い方 (2) 趣味を持つ (1)

9、心の辛さがコントロール出来ないと、身体の治療にも影響することをご存知ですか？

- ・ はい (30) ・ いいえ (1) ・ 回答なし (10)

◇がんになったことで、適応障害・鬱などの心の病を併発することがあるのをご存知ですか？

- ・ はい (31) ・ いいえ (0) ・ 回答なし (10)

◇がんになったことで生じた心の症状に緩和ケアを受けることができるのをご存知ですか？

- ・ はい (31) ・ いいえ (0) ・ 回答なし (10)

◇ご家族も心のつらさが出た時に、身体に不調が生じることがあるのをご存知ですか？

- ・ はい (30) ・ いいえ (1) ・ 回答なし (10)

◇がんになった時、心の健康を保つために必要なこと、できることは何だと思えますか？

- ・ 話せる場所、人との繋がり (16) ・ 周囲や身内の気持ちや家族との関わり (7)
- ・ 楽しさ、前向きに生きる目標を作る (8) ・ 同じ仲間同士で正しい情報を共有する (5)
- ・ 信頼できる主治医、医療支援者を得る (3) ・ 心のケア、ストレス解消 (3) ・ 食生活 (1)
- ・ マインドフルネス (4) ・ アロマ (リラックス法) (1)
- ・ 無常観という死生観 (仏陀のような生活習慣の実践) (1)

10、自身や家族が病気になった時、病院や行政支援以外に、患者会や医療者が連携して支援に取り組む包括的なサロン (家族や友達のように相談でき、協力して貰える) 施設があったら利用したいですか？

- ・ はい (36) ・ いいえ (1) ・ どちらとも言えない (10)

※設問9で下線を引いた部分は、同じ病の方たちが集える場所、患者会が開催できる場所 (サロン) が必要であると感じている方が多く、同時に設問10の患者サロンがあれば利用したいと答えた方はアンケートに答えて下さった方も77%を占め、1日も早い各地域での患者サロン開設の必要を感じる。

11、本日の講話会についてご意見をお聞かせください。

池原康一先生 (石垣徳洲会病院 院長)

○解かり易いという評価が沢山ありました。

アンケート集計 (41) 【 ・ 評価5 (27) ・ 評価4 (8) 未記入...記載時間不足 (10) 】

- ・ とても良く理解できた。

- ・ がんと限定したものではなく、全ての病気に関わる予防策として食事、飲酒、禁煙等のお話が長寿時代を生きるための大事な要素であることが解かった。
- ・ 知識不足で分からない部分もあったが、先生が伝えたいことは良く理解できた。
自分のこととして向き合っていきたい。
- ・ まずはタバコを吸う息子にメッセージを送ります。
- ・ とても解かり易くて良かったです。ありがとうございました。
- ・ とても解かり易いお話で、これから家族とも共有したいと思いました。
- ・ とても解かり易いお話でした。今後、先生の講演会があれば参加したいと思いました。
- ・ 食事や運動で予防に努めていますが、もし私自身ががんになれば、治療を受けずにそのまま死を迎えたいと思います。なぜなら、化学療法などの辛い思いをしてまで長生きはしたくありません。
- ・ とても理解しやすく最高の講演でした。ありがとうございました。

3

- ・ ありがとうございました。先生もいつまでも地域の医療に関わって下さるように、がんにならないようにお祈りします。
- ・ 包括的にお話して頂き、とても解かり易かったです。
- ・ とても良かったです。生きる勇気を頂きました。本当にありがとうございます。
- ・ 食事についてなど、「高蛋白質には何と何が含まれています。」等、具体的にお話して下さったらもっと予防に向けての意識が高まったような気がします。
- ・ 具体的だ、患者の立場からとても解かり易かった。
- ・ 素晴らしい！これまで聞いた講演の中で最高でした。
- ・ 大変解かり易く、学びも多かったです。
- ・ 有難うございました。今後とも石垣の方々のサポートを宜しくお願い致します。
- ・ 今後とも多くの医療者の健康講演会を聞きたいので、先生のご協力を宜しくお願い致します。
患者会でも、このような講演会を数多く開催して頂ければと思います。

- ・ 年配のものにはやや早口でしたが、スクリーンの映写もあり、良く理解できました。



○「良く理解できた」の評価が沢山ありました。

アンケート集計 (41) 【・ 評価 5 (22) ・ 評価 4 (6) 回答無し (13) ... 記載時間不足】

- ・ 残された時間、納得のいく選択をしつつ、生きて行きたい。また聞きたいお話です。
- ・ 全ての人に聞いて貰いたい内容でした。高校生にも是非聴かせたいです。
- ・ 共感することが多く、病に立ち向かう心構えなど自覚させられました。
- ・ 今の自分にとって、とても大切な考え方だと思いました。
選択することを意識して生きて行けたらと思います。
- ・ これまで、聞けなかった話でした。有難うございます。
今日受けたことがどこまで続くかは分かりませんが、本当に自分と向き合い、夫 (がん罹患) とどう向き合うかを考えます。
- ・ 本日は良いお話が聞けて、今後の私の人生の選択を考えてみたいと思います。
- ・ 「物語を語る」は、より良く豊かに生きるために、想像力が大切では無いかと思いました。
- ・ 倫理 = 選択すること。目から ウロコです。物語を大切に紡いで行きたいです。有難うございます。
- ・ とっても良かった。力の入った説明がとても分かり易かったです。
- ・ 初めてお話を聞かせて貰いましたが、生きて行く上で何が大切かを教えて貰ったような気がします。
自分らしく生きる (日々立ち止まって選択する) こと、自分の物語を作っていく、最後に良かったと言えるように日々を過ごしていきたいと思いました。
- ・ とっても良かったです。初めて耳にした言葉も多かった。
- ・ さすが倫理の先生ですね。私のような凡人には解かりにくいところも多々ありました。
- ・ とっても興味深くお聞きしました。新たに勉強させて頂いた思いです。再度お聞きしたいくらいです。
有難うございました。
- ・ 先生は倫理士よりは僧侶にしたい方です。今の僧侶は、死んだ人ばかり大事にしてお金を貰っている。

4

生きている人に寄り添って頂きたいのです。

- ・ 有難うございました。明日からチョイスを再確認して毎日を生活していきます。全て感謝ですね。
- ・ 感謝の一言です！！ホントに素晴らしいお話でした。
- ・ 深く考えさせられました。有難うございます。
- ・ 主人ががんで死亡しましたので、主人の闘病にも考えさせられ、その心をもっと感じておけば良かったと後悔しています。お話有難うございました。
- ・ 講演の内容が良くわかった。倫理を病気とリンクさせて考えているのが面白かった。
- ・ 少し難しいところもありましたが、元気つけられる事がたくさんあった。
- ・ 病気との向き合い方が解かり易くて良かったです。
- ・ すごく自分の人生、これからの生き方において考える機会になりました。
- ・ また、改めて向き合い方を教えて頂きたいと思います。

- ・ がん患者、家族に接しての経験をお聞きしたかったです。
- ・ 有難う・・・という感謝の言葉を忘れずに生きて行きたいと思います。

年配者にはやや早口でしたが、スクリーンでの映像が
あつて良くわかった。



12. がん患者会連合会へのご要望、ご意見などありましたらお聞かせください。

- ・ 今回の講演会の組み合わせはとても良かった。
 - ・ 生命を考え、向き合う機会であったし、命、病気に対する姿勢、人生にどのように向き合って生きるかを考えるきっかけになった。
 - ・ このような会を開催していただき、感謝します。今後とも会の企画をよろしくお願ひします。
 - ・ とても素晴らしい講演会でした。次回も心打つ演者の講演が聞きたいです。
 - ・ 患者、家族が抱える堂々巡りの悩みや質問に寄り添い続けることが医療者には足りないと思う。とても大きな壁だと思っています。
 - ・ 全ての院内に ナラティブサロンが欲しいですね。
 - ・ 毎年開催を希望しますが、12月以外の月にお願ひしたいです。
 - ・ 石垣島ではがん連合会に入会するのは難しいように思います。個人的に入会したいと思ったのに断られました。主人をがんで亡くして、一人で生活しているのももう少し広い心で入会をさせて貰えたらと思います。(回答...やいまゆんたく会として連合会加盟しています。)
 - ・ 有難うございました。明日からチョイスできることを再確認しつつ毎日を生活していきます。全てに感謝です。
 - ・ 本日はどうも有難うございました。今後、またフォーラムの開催を宜しくお願ひします。
 - ・ 池原先生、金城先生のお話とても良かったです。繋がりとしても良いお話を聞かせて貰いました。休日を返上して聞きに来てくれた方や先生方、スタッフ共に有難うございました。
 - ・ 女性の参加は多かったのですが、心配な男性や若い方にぜひ参加して聞いていただきたいです。
 - ・ 講演会の記録のための紙が1枚あれば良かったと思いました。
 - ・ 今回の講演会(がんフォーラム)はとても良かったと思います。
- 連合会の協力が無くては、離島へ基地でのがんフォーラムは開催できないと思いますので、今後ともよろしくお願ひいたします。

・講演の内容資料(レジユメ)が欲しいと思いました。