

2. 同じ病気の人の話を聞いてみる

(1) がんピアサポーター(がん経験者による相談)

がんピアサポーターとは、がんを経験した人やその家族が、患者さんやそのご家族の不安や心配ごとをお聴きします。

病気や治療のこと、家族のこと、仕事や経済的な不安との向き合い方を相談できます。

相談を受けるピアサポーターは、そのようなことをすでに経験しているので、気持ちに寄り添い、一緒に考えていきます。

病気について
もっと知りたい

こんなとき家族は
どうしているの？

他の人は
どのように
しているの？

仕事や治療費は
どうしたらいい？

治療を受けてみて
どうだった？

また、自分のがんの体験を誰かのために役立てたいと思っている方のための研修会も開催しています。

沖縄県地域統括相談支援センター(がんピアサポート相談室)

☎ 098-942-3407

FAX: 098-942-3408 E-Mail: info@gansoudan-okinawa.jp

〒903-0215 西原町字上原207(琉球大学病院内3階)

HP: <http://www.gansoudan-okinawa.jp>

相談時間 月曜日 13時~16時/水・金曜日 13時~17時/木曜日10時~14時

予約受付 月~金曜日 9時~17時

※電話・面談どちらも対応できますが、事前にご予約をおすすめします。

(2) 患者会

患者会とは同じ病気や症状、障害など、何らかの共通する患者体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営する会のことです。お互いの悩みや不安を共有したり、情報交換をしたり、がん患者さんをサポートするための様々なプログラムを用意しています。また、社会に対する働きかけを行う活動をしているところもあります。

一般社団法人 沖縄県がん患者会連合会事務局

☎ 090-9780-2217 FAX: 098-964-6328

「沖縄県内のがん患者会が加盟している団体です。(2010年4月発足)『悩み抱えないで、開こう心の扉! 沖縄県内のがん患者会および支援団体が手をつなぎ、がんになっても安心して笑顔で暮らせる社会を目指します』が活動目標です。各地域の患者会との情報交換、課題の共有を目指して、県内各地域でがんフォーラムや移動サロンを実施しています」

〒904-1203 金武町屋嘉2935-85

会長: 田名勉 事務担当: 安里香代子



かじまやー
花ぬ風車や
かじち みぐ
風連りてい廻る
わ どうしち
我んや友連りてい
みぐ
なまどう廻る

(花ぬ風車)

■沖縄県内で活動している患者会



■喉頭がん、咽頭がん、舌がん、食道がん、甲状腺がん(音声機能障害)

日本喉摘者連合会九州支部 沖縄県 友声会

☎ 098-933-3088 FAX:098-933-3103(担当:田名)

E-mail:yasuhiro@at.au-hikari.ne.jp(担当:又吉)

☎ 098-851-3455 沖縄県身体障害者福祉協会(担当:末吉、仲里)

〒904-2171 沖縄市高原6-7-10 会長代理:又吉賢弘 事務担当:阿波連愛香

【活動内容】発声訓練教室、講習会(祝祭日休校)

【活動場所:日時】沖縄統合医療学院2号館2階

:毎月第1・2・3・4土曜日 14時~16時

浦添ショッピングセンター3階 コミュニティケアサロン

あなたのわくわく来楽歩

:毎月第2木曜日 14時~16時

■婦人科がん(子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がん、他)

沖縄県婦人科がん患者会 宇宙船子宮号

☎ 070-5697-3824 (相談専用)

「闘病の悩みやつらさを共有し、ひとりじゃないよと伝えたい。いつでも貴女に寄り添い一緒に泣いて笑える、そんな存在でありたいと思っています」

〒903-0121 西原町字内間411-2-4-402 事務局 久田 方 代表:吉田祐子

E-mail:churajyura@willcom.com / ブログ:http://churajyura.ti-da.net

【活動内容】交流会・相談電話の受付

【活動場所:日時】那覇市保健所3階多目的室:第4土曜日 14時~16時

■全がん種、がん患者家族、遺族の方

中部ゆんたく交流会 ☎ 090-9780-2217

「『がん患者さんや、ご家族が直面する身体的な苦痛や不安をお話しませんか? がんを経験した方同士が語り合い理解し、一人ひとりの心身の悩みを共有し、生きる望みにつなげたい』を会の目標として発足しました。現在、会員の参加が少ない上、開催場所の確保ができないために定例会はありませんが、お電話いただければ情報の共有ができます」

〒904-1203 金武町屋嘉2935-85

代表:富銘由則 事務担当:安里香代子

【活動内容】交流会

【活動場所:日時】お問い合わせください。

■小児がん

公益財団法人 がんの子どもを守る会(のぞみ財団)沖縄支部

☎ 098-934-8580 / 080-3377-0373

「小児がんは医学の進歩にともなって、“治る病気”になりつつあります。小児がんの患児・家族が直面している困難や悩みが少しでも軽くなるよう、多くの方々の支援のもとに活動をしている団体です」

〒904-0004 沖縄市中央2-6-39 代表:片倉政人

【活動内容】交流会(年2~3回)、医療相談会(年1~2回)、病院訪問など

沖縄小児がん経験者支援の会

ブログ:<https://satotokojann.ti-da.net/>

【活動内容】活動内容についてはお問い合わせください。

【活動場所:日時】西原町近郊、随時



■悪性リンパ腫

一般社団法人 グループ・ネクサス・ジャパン沖縄支部

☎ 090-5934-6796

代表:金城

「悪性リンパ腫の患者様、ご家族を対象に、何か役立つことがあればと交流会を開催しています。ご参加、お待ちしております」

【活動内容】交流会

【活動場所:日時】那覇市立病院:奇数月第4土曜日 13時~15時

※内容が変更になる場合があります。

必ず事前にお問い合わせください。

■術後オストメイト

(人工肛門・膀胱造設の方、大腸がん、直腸がん、膀胱がんetc.)

公益社団法人 日本オストミー協会沖縄県支部

☎ 098-863-1251

「オストミー協会県支部は、毎月オストメイトの交流会を南部・中部・北部地区で開催しています。オストメイトはもちろん、そのご家族、どなたでも予約なしで自由に参加できます」

〒900-8516 那覇市西1-2-16 (株)琉球光和 ヘルスケア事業部内
担当:事務部スタッフ

【活動内容】交流会、研修会

【活動場所:日時】(株)琉球光和(3階会議室):第3金曜日 14時~16時
中頭病院(2階講義室):第1土曜日 10時半~12時半
北部地区医師会病院(2階会議室)
:第4金曜日 13時半~15時半
オストミー協会宮古支部:090-8294-4120(下地)

■全がん種

春夏秋冬・夢倶楽部「絆」 ☎ 090-1940-3301

FAX:098-933-3101

〒904-2171 沖縄市高原6-7-10 代表:田名勉

【活動内容】交流会(1月、4月、7月、10月)

離島を含む各代表ボランティアの集い

■膵臓がん

パンキャンジャパン沖縄支部(膵臓がん患者会)

☎ 090-4988-8729

世話役:島袋百代

【活動内容】現在2か月に1回の割合で患者会を開催。具体的な場所・日時は
直接お電話での問い合わせをお願いします。

■乳がん

まんま宮古 ☎ 090-9781-5314

〒906-0013 宮古島市平良字下里1371-1 会長:深澤麗子

【活動内容】定例会

【活動場所:日時】会場はお問い合わせください:第2金曜日 20時~22時

ぴんく・ばんさあ ☎ 070-5487-9721

E-mail:pnkpnsa@yahoo.co.jp

「私たちは、「乳がんの知識と正しい情報」の発信と、「正しい検診による早期発見」の啓発活動を目的に、地域や病院の枠を越え、沖縄県の乳がん患者みんなで活動することを目指しています」

〒901-2133 浦添市城間2-3-1 ぴんく・ばんさあリボンズハウス

【活動内容】相談会や交流会など

【活動場所:日時】ぴんく・ばんさあリボンズハウス

第2・4火曜日 13時半~16時:ウィッグ相談日

第2水曜日 13時半~16時

:びーち会(20代~40代の若いメンバーの会)

第4水曜日 13時半~16時:リンパ浮腫勉強会

■多発性骨髄腫

多発性骨髄腫おきなわ患者の会

☎ 090-3895-6520 (仲本)

「沖縄では患者数が少なく、ひとりで悩み、先行きに不安を感じていませんか。月1回みなさんと治療の悩みや新しい情報を共有しています。明日から希望を持ってがんばりましょう」

【活動内容】交流会

【活動場所:日時】ハートライフ病院2階講堂:2ヶ月に一度
お問い合わせください。



たいくく みるく
大國ぬ弥勒
ば すいま
我が島にいもち
か ぶ
う掛き欲せみしより
すいま あるじ
島ぬ主 島ぬ主

(弥勒節)

■院内患者会

院内患者会は、別途記載されているものをのぞいて院内患者が対象です。

活動内容は、交流会や勉強会、情報交換会など様々です。活動日時も会によって違いますので、お問い合わせください。

■乳がん

院内患者会名	病院名	連絡先
青空会	中頭病院	☎ 098-939-1300 (内線8984)
乳がん患者会 じゃあわせの会	中部徳洲会病院	☎ 098-923-1091
やすらぎの会	浦添総合病院	☎ 098-878-0231
スマイルQ	宮良クリニック	☎ 098-878-3311
カッコ女倶楽部 <small>じょくらぶ</small>	マンマ家クリニック	☎ 098-988-4141
信友会	那覇市立病院	☎ 098-884-5111
那覇西ひまわりの会	那覇西クリニック	☎ 098-884-7824
乳がん患者会「OHANA」	豊見城中央病院	☎ 098-850-3811

(3) 患者支援団体

■全がん種、患者家族、遺族、関係者の方

サバイバーナースの会「ぴあナース」

HP: <https://peer-nurse.jimdo.com>

E-mail: peer.nurse.okinawa@gmail.com

「がんを経験した看護師による患者支援の会"ぴあナース"です。あなたの心に寄り添い、一緒に考え、一緒に歩みましょう」

〒901-1302 与那原町上与那原335-1 コミュニティカフェよなくる

代表: 上原弘美

【活動内容】がん患者さんとご家族のための交流会「なまくまCafé」

【活動場所: 日時】コミュニティカフェよなくる

: 奇数月の第2日曜日 14時～16時

■全がん種、一般の方

ゆうかぎの会 (離島圏におけるがん患者支援を考える会)

☎ 090-9782-2371 (真栄里) 090-1086-2149 (池間)

「離島の負担を減らし、安心して治療ができるように、島で暮らせるようにと考え、講演会開催、患者の声を届ける活動をしています」

〒906-0202 宮古島市上野字新里242-1 事務局: 真栄里隆代

【活動内容】活動内容はお問い合わせください。

■全がん種、患者家族、遺族、関係者の方、一般の方

やいまゆんたく会 (八重山のがん患者を支援する会)

☎ 090-7150-1678 (新城) 090-5729-9371 (田盛)

「患者と関係者同士の交流を深め、がんに対する正しい知識と情報を交換できるよう、講演会や勉強会などを行います」

〒907-0001 石垣市大浜35-1 会長: 新城純

【活動内容】講演会と勉強会 【活動日時】第3土曜日 14時～16時

(4) 患者サロン

患者さんやご家族、医療者、一般の方など、がんに関心のある方が気軽に語り合う交流の場です。どなたでも参加できます。勉強会や交流会で情報交換をしたり、ミニ講座の実施などあります。

■全がん種(院内患者サロン)

やんばるゆんたく会 ☎ 0980-54-1111 (内線2150)

〒905-0006 名護市宇茂佐1712-3 がん相談支援センター

【活動場所: 日時】北部地区医師会病院 活動内容はお問い合わせください。

中部地区ゆんたく会 ☎ 098-973-4111 (内線2531、3232)

〒904-2293 うるま市宮里281 がん相談支援センター

【活動場所: 日時】県立中部病院: 第4火曜日(または水曜日) 14時～16時

がんサロン和^{なごみ} ☎ 098-939-1300 (代表)

〒904-2195 沖縄市字登川610

【活動場所: 日時】中頭病院1階 がんサロン室: 毎週木曜日 14時～16時

ゆんたく会 ☎️ 098-895-1374 (直通)

FAX:098-895-1497 〒903-0215 西原町字上原207
【活動場所:日時】琉球大学医学部附属病院内:第1火曜日 14時~16時

那覇がん患者ゆんたく会 ☎️ 098-884-5111 (内線283)

〒902-8511 那覇市古島2-31-1 (がん相談支援センター 気付)
【活動場所:日時】那覇市立病院敷地内那覇市北保健センター:第3水曜日 14時~15時半

がんサロン「ありんくりん」 ☎️ 098-850-3811

〒901-0243 豊見城市字上田25 地域連携室
【活動場所:日時】豊見城中央病院 5階多目的ホール:第3木曜日 14時~16時

みゃーくうむやす会 ☎️ 0980-72-1352 (直通)

〒906-0013 宮古島市平良字下里427-1 地域連携室
【活動場所:日時】県立宮古病院内:第3水曜日 14時~16時

ぬちぐく~るやいま会 ☎️ 0980-87-5557 (内線2455、2457)

FAX:0980-87-5278
〒907-0002 石垣市真栄里584-1 地域連携センター
【活動場所:日時】県立八重山病院地域連携センター内 患者サポート室
第3土曜日 14時~16時

■乳がん

ピアサポートサロン ぴんく・ばんさぁリボンズハウス

☎️ 070-5487-9721

〒901-2133 浦添市城間2-3-1 HP:http://www.pnkpnpsa.okinawa
【活動場所:日時】ぴんく・ばんさぁリボンズハウス
:火・水・金曜日 13時~16時(祝日は休)

■小児がん

小児がん類似疾患経験者支援サークル「Ti-daわらばーむ」

☎️ 098-942-3407

「人との出会いを大切に、みんなで元気に楽しく生活していけるように」
〒903-0215 西原町字上原207 沖縄県地域統括相談支援センター(琉大病院内)
【活動場所:日時】那覇市近郊:随時



体験談

闘病仲間

私は突然片目が見えなくなり、脳腫瘍と告げられました。私の身の周りにはがん患者はいないので、がんに対して無頓着でした。脳腫瘍と告げられても、自分ががんだということにピンときませんでした。

主治医から「あなたの場合は腫瘍が深いところにあるため、手術は困難です。放射線もあてられないので、来週から抗がん剤治療をします」と言われたときに初めて気がつきました。それから抗がん剤治療が始まり、だるさ、脱毛、吐き気と闘いました。

私は不安がつのり、脳腫瘍患者の中で、悪いほうなんだろうか？それともみんなこのような思いをしているのだろうか？と考えようになりました。機会があれば、話しやすそうな患者に声をかけて、病状を聞いてみることにしました。声をかけられて、嫌そうな顔をする人もいました。でも、私と同じ気持ちで他の患者の話を聞いてみたいと思っている人もいました。

それからひとり、またひとりと 友だちを増やしていき、みんなで誰かの病室に集まって女子会を開くこともしばしばありました。情報交換していくうちに、みんなそれぞれ腫瘍の種類も場所も大きさも違うけど、それなりにがんばって治療しているんだということに気づきました。私も苦しい抗がん剤治療に耐えないといけなないと勇気ももらいました。ここで知り合った方々とは、3年半経った今でも、脳腫瘍について情報交換をしたり、副作用のことを話したり、お互いに励まし合っています。がんになったのはつらいことだけど、みんなに出会えたことに感謝しています。

(30代 女性)

同じ病気の人の話を聞いてみる → P38