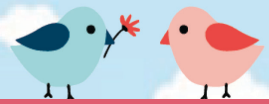




# あさがお通信

2024年4月発行



連絡先

医療法人養和会 松本 みゆき  
TEL 0859-29-5351  
Mail matumoto\_m@yowakai.com



医療法人養和会  
松本 みゆき 看護師

4月は新しいスタート、始まりの月です。新しい出会い、つながりを期待しワクワクします。屋外では綺麗な桜が目に入ります。桜の花言葉は、「精神の美」「優美な女性」「純血」。フランス語では桜の儂さから「Nem'oubliez pas (私を忘れないで)」、英語ではアメリカの初代大統領ジョージワシントンの幼少期の逸話から「eminent instruction (優れた教育)」、韓国語では「佳人(佳人=美人という意味)」といった花言葉があるそうです。フランス語の「私を忘れないで」から、桜を見て思い浮かべる顔、思い出す記憶を大切にしたいなあと想いました。

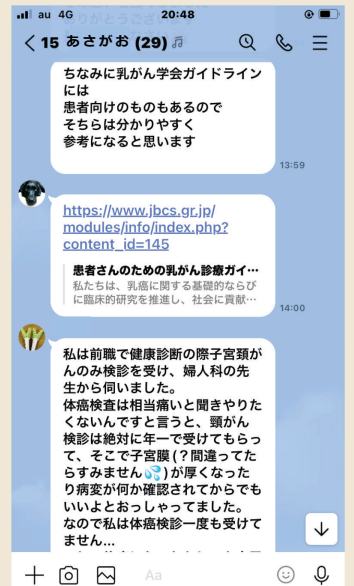


## 第44回 あさがおを開催しました！

久しぶりに参加された方の顔を見て安心する。でも、その間には色々なことがあります。辛いことも。「そうだね」「一緒」「わかるわかる」などなど…治療費や子どもにかかる費用、お金のことは心配と不安が続きます。「障害年金って、仕事をしていてももらえますか？」と言った質問がありました。今回は、養和病院の精神保健福祉士さんが参加されていたので、働いても受給されていることをお伝え、少し安心された様子でした。一人で抱え込まず、誰かに相談する大切さ、改めて感じる会でした。

グループLINEの中では、時折、質問があります！今回は、乳がんの方でタモキシフェンを服用されている方に、体がんの健診を受けないといけないのはわかるが、痛くて苦手。検査の頻度は、皆さんはどうでしょうか？と言った内容でした。体験された方は、それぞれ自身の体験の内容、思い、考えを書き込み、みんなで共有したりしています。

### グループLINE



## 第45回 あさがお

日時 4月24日(水) 13時30分～15時

場所 さくらカフェ (鳥大がんセンターとのコラボ企画)

第46回 5月11日(土) 13時～15時

—毎月開催— 奇数月：第4火曜 偶数月：第4土曜—

奇数月は“ゆうがお”として夜に開催します！  
20時～21時 (19時～Zoomを開放・途中出入可)  
参加希望の方はお気軽にお問い合わせ下さい！

オンラインでの参加希望の場合は、  
事前に参加申込みをお願いいたします。



あさがおの開催などの情報を掲載しています。ぜひご覧下さい！

Facebook「いいね」お願いします！



## 参加者のコーナー

### 今月のテーマ「最近のマイブーム」



フィルムカメラ

Puru



家庭菜園  
(玉ねぎ 今年こそは！)

まりこ



マグネットやガチャ  
ガチャなどの小物収集

Ryo



子どもと料理

ゆゆ

あさがお参加者、グループLINEメンバーから  
いただいた作品

次回の写真テーマ：『春を感じるもの』

だんだん春らしい陽気になりつつありますが、みなさんが感じた春の一枚を募集します🌸

ジャンルは問いません！投稿お待ちしております☆

## 『家族が『がん』と診断されて』

いちご

兄弟（姉妹）からある日、健康診断で異常が見つかり精密検査を受けるように言われたとLINEでの連絡がきました。そのとき、何か嫌な予感がしたのを覚えています。がん診療拠点病院で精密検査を受けることが勧めたのですが、専門クリニックへ受診しました。受診後、がんではないと思うが一応、組織検査をした。結果は3週間後に出る予定と連絡がありました。3週間が経過し、連絡がないなあって思ったとき、「〇〇ががん」だったと連絡が届きました。がんとは思っていない兄弟（姉妹）は、一人で診断結果を聞きに行きました。しかし、医師からは「ひとりで来たの？」だったようです。医師から「がんではないと思う」の言葉があったから、私も同行しませんでした。

クリニックから治療方針を決めるため、がん診療拠点病院へ紹介され、私は同行しました。ところが受診してみると、もう一度検査を行い治療方針について決定すると説明がありました。しかし、検査説明はなく、書類を渡され、「ここにサインしてください」と言われました。がんと診断された時から、「緩和ケア」と言われている時代、がんと告知されたら「がん相談支援センター」について説明されるのかと思っていたのですが、全くそのようなことはなく、ちょっと知識がある私は、さすがにこれはおかしい！！と声を出しました。一番不安に思っているのは兄弟（姉妹）です。

当事者は、治療のこと、これからのことどうしよう？不安がいっぱいです。私にできることは、診察・検査するときの同行くらい。そして「おかしい」時には「おかしい」と言うこと。それがサポートだと思いました。「おかしい」と病院に伝えたことから、医師などからの説明は、とても分かりやすく、丁寧に説明していただきました。そして、兄弟（姉妹）は、治療方法を自分で選択することができました。共同意思決定（SDM）により治療が順調に進んでいます。これからも、家族として側で見守り、できること支援したいと思います。

## 市民公開講座「がんになっても自分らしく生きる サバイバーシップとピアサポート」

A・H

思いもよらない、がんという病気になり、そのために大切な物を失ったり、これまで通りの生活が送れなくなったりした人が、その辛い経験を乗り越え、自分らしく生きるという事を今回お二人の講演を聞き感銘を受けました。

がんの種類は違っても、がんという病気を抱えた経験のある人の根っここの部分はみんな同じで、辛い思いや経験を体験している、という言葉が印象に残っています。その事を自分一人で抱え込まずに、誰かに話す事で少し気持ちが和らいだり、また別の人にとっては、自分の経験が救いや励ましの言葉になったりする事があり、同じ体験をした仲間だからこそ分かり合える、分かち合える辛さや喜びがある、それこそがピアサポートなんだと理解しました。自分が誰かをサポートする、という意識はなくても、仲間が繋がる事で自然とサポートになっている事もたくさんあるんだと感じました。主治医や看護師などの医療者とは違う、自分と同じ体験を持つ仲間の言葉は「自分だけではない」という安心感に繋がり、前に進むための力を与えてくれるのだと感じ、改めてピアサポートの大切さを実感しました。あさがおの会も、まさにピアサポートの場ですね。鳥取県もピアサポートについての認識が広がり、もっとこうした仲間が繋がりやすい環境が整う事を願います。



[3月24日（日）市民公開講座の様子]

