



今年も残りわずかとなりました。11月は比較的温暖でしたが、一気に冬がやってきました。インフルエンザ始め様々な感染症の流行が懸念されます。予防のため、手洗いやうがいなど励行しましょう。また、冷え込みが厳しくなると筋肉や腱が強張り、関節の痛みが出たり身体が動かしくくなります。転倒などけがをしないように気をつけましょう。

### 人生会議（ACP）啓発ポスターを目にして

厚労省は、11月25日に「人生会議」PRポスターを公表した。目にした方もいると思うが、多くの意見や議論が起きた。そして、結局使用中止となった。

人生の最終段階の場面で、ポスターの男性が酸素吸入しながら苦悩の表情を浮かべ、自分の想いを家族や親しい人に伝えていなかった後悔の心の声や、平坦になっていく心電図が描かれている。

とてもインパクトがあり、目を引くが、「本当にそうだ」と、心から思えない重苦しい感情が湧きあがった。がんだけでなく、人生の終末期にいる方、向かっている方、ご遺族などに配慮した内容ではないとも感じた。それに関し、日本緩和医療学会・全国がん患者団体連合会より意見書が提出された。

厚労省は、2007年に「終末期医療の決定プロセスに関するガイドライン」を出し、様々な医学会も「立場表明」や「意思決定プロセスガイドライン」などでそれに続いている。永い間の取り組みが、このような形で人々に広く知られていくのは、残念にも思う。

日頃から、自分が何を大事に思い、どう生き切りたいのかを、家族はじめ医療従事者とも丁寧にコミュニケーションを取りながら確認する過程こそが大事だ。何事も、「誰を対象に何をどのように伝えるか」をきちんと検証してから始めないとうまくいかないと感じた。

### がんピアサポーターフォローアップ研修会に参加して

11月17日、「あすてらす」に於いて、標記研修会があり、がんサロンからも参加した。

県担当者から、がん対策推進計画概要とその中のピアサポーターの役割期待等の説明の後、ピアサポーターの役割やより良いコミュニケーションについての講義と続き、ロールプレイ・GWと参加型の研修であった。

皆さんの真摯に学ばれる姿勢とお人柄を知ることが出来て安心した。

最後の発表では、「相談者が少なく広報や開催日程の工夫などが必要」「プライベートの事情で思うように相談会に協力できない」「ピアサポーターの増員が望まれる」などの意見があった。

### 《サロン開催予定》

毎月第3土曜日 9:30~11:30

12月21日、1月18日

2月15日、3月21日

4月18日、5月16日

場 所 保健センター 1階

予約不要 途中参加・退室自由です

お茶代 100円

お問い合わせ先

090-8068-7920 (松浦)

