

## 1日メディカル・カフェ in 東久留米 (2010/11/28) 開催報告



東久留米がん哲学外来は、活動の2周年記念として、がん患者やその家族が、カフェに立ち寄るように気楽に、そして自由に語る「1日メディカル・カフェ」を、2010年11月28日に東京都東久留米市で開催しました。大変盛況で、五十名ほどの参加者があり、皆さん、それぞれのがんのストーリーを語っていただきました。まずは、このイベントを後援、協賛してくださった方々に心から感謝し、ここに開催の様様をご報告申し上げます。



会場は、30畳ほどの部屋で、テーブルクロスが敷かれ、花が生けられたテーブルが4つ置かれ、リラックスして話しがしやすい環境を作りました。また、日本茶や紅茶、ハーブティー、クッキーなどの焼き菓子を別テーブルに置き、自由に楽しめるようにしました。そのほかには、台湾茶に詳しい方を講師として呼び、薫り高い東頂烏龍茶や果物茶などの試飲を楽しんでいただくコーナーを設けました。また、話に加わらなくてもカフェの時間を楽しめるよう、書籍の展示コーナーを設け、がん関連の著書、絵本などを置きました。

当日は、開始時間の15分ほど前から最初の参加者が来られました。啓発ツールなどの配布物を受け取って席に着いていただき、スタッフが自己紹介など、こちらから話しかけるところから会話を始めました。静かなピアノの生演奏が流れる中、参加者がテーブルを次々に埋めていき、スタッフが同じ部位のがんを経験したスタッフを紹介するなどしていましたが、その後、自然に患者や家族同士の話が始まり、会場は本物のカフェのように、各テーブルで会話が展開していきました。

開始一時間ほどして、順天堂大学医学部の樋野興夫教授や、訪問看護ステーションの職員の方が参加され、二つのテーブルで、相談したいことがある方々が、周りを囲んで対話するような形になりました。話に加わらない方は、啓発ツールを読まれたり、展示された書籍をご覧になったりして過ごされました。

参加者は、ご夫妻で来られた方々、女性の一人参加が多く、年齢層は40-50代が中心でした。男女比は、女性7割男性3割ほど。また、多くの方が、タウン紙に掲載された記事を読まれて来られました。新聞のイベント欄やがん関連のメールマガジンでも、このイベントの開催が告知されましたが、タウン紙にはメディカル・カフェの目的（医療者との対話、患者同士の会話の場）が書かれていたため、病院外で自分の病気について話しを



したいと日頃から感じていた方々が「行ってみよう」と思ってくださったようです。滞在時間は、1時間の方もいれば、3時間いてくださった方もおられ、すぐに帰ってしまわれた方は、ほとんどいらっしゃいませんでした。



お茶とお菓子のテーブル

来場の理由は、「家にこもって心配しているより、こうした場で話しをして発散したかった」、「良い病院を探している」、「患者会とはどういうものが知りたかった」、「配偶者が積極的に治療しようとしないのでしたらよいか教えて欲しい」、「配偶者に勧められて」、「自分が求めていた場のように思えたから」など — 情報を求めて、方向性を求めて、共通の悩みを持った方との出会いを求めて、いらっしゃいました。



配布物コーナー

参加者の中で、お話の内容から数名の方に個人面談をお勧めし、二人の方が12月の東久留米がん哲学外来の個人面談を受けることになっています。個人面談に来ていただき、より

深く悩みに耳を傾けられることは、当会の希望していたことでしたので、そちらにつながってくださった患者さんがいらしたことは嬉しいことでした。

初の試みであったので、このような自由な形で参加者の思いに寄り添うことができるのか心配でしたが、結果は、こうした場を設けることで、皆さんご自身が、ご自分の悩みの本質に気付かれたり、時間を共有することで励まされたり、また情報を得たり、とそれぞれの受け取り方でここでの時間を楽しまれ、収穫を得て帰って行かれたと思います。



書籍の展示

#### <来場者の声>

\*今回はとても楽しいひとときでした。患者さん同士、いろいろな経験を共有でき、気が楽になりました。

\*泣いたり笑ったりの三時間でした。先生から、皆様から元気を頂きました。…またグジグジする事もあるかもしれませんが、今、気持ちは軽くなっています。

\*初めて参加させていただきました。この様なすばらしい集まりがあつて大変な状況下に居られるのに、笑顔でいられる。…ぜひ、この輪が広がり、新しいアイデアが生まれ、病気であろうとも快適な心豊かに過ごせる日々であればと思います。

\*がん初心者です。私はまだちょっとやりたいことがあります。明日の楽しみのためにがんばります。

\*皆さんとお話をさせていただき、このような活動の広がりが患者さんのメンタルケアに欠かせないという思いをさらに強く持ちました。

\*がんになって家族関係が回復するなど、良いこともあった。一人になると落ち込むが、やはり

こういう場で、話を聞いたりしたりしたい。



#### <スタッフの感想>

\*自分が考えているより、患者さんは多くのことに悩んでいる。病院の中ではみえてこない。(看護学生)

\* (参加者の言葉で) 印象深い言葉は「がん様のおかげでいろいろな人に出会うことができました。」でした。また、樋野先生が投げかけた言葉に「18時にひとりになった時に悲しくなる」と話されている方もいました。交流会での一時は人に接して、気持ちを紛らわしたり、楽しんで、気持ちをうまく解消出来るかもしれないけれど、その後に本当にその気

持ちに寄り添うような支援も必要なのかも知れないと感じました。ソーシャルワーカーや薬剤師、訪問看護の専門職の方たちとも出会いがあつて、病院で感じているがんの患者さんに必要なことやそれができない現状についても話すことができました。私もみんなもメディカル・カフェを望んでいるのだと感じました。(看護学科大学院生)

\*印象に残る生の声は『現在の体調では次にこのような会に参加出来るかは、わかりませんが…このような会に参加したいという思いが、今の自分を支えています…』と言うことばでした。まさに一日々を懸命に生きていらっしゃるんですね。あらためて、命とは、生きるとは…と自分に問いかける機会となりました。

\*来てくださった方々がくつろいで長く過ごされているのを見て、ほっとしました。

\*ほんとにたくさんの方がいらして下さって…「次はいつですか？」との言葉に感動でした。

\*参加者のお話を聞いていて、深く悩んでいることについて話せる場が本当に少ないのだと実感しました。悩みを解決することも患者会の使命の一つだと思いますが、それ以上に、皆さんの混沌とした思いをそのまま受け止めることが、大きな役割のように思いました。こうした場が、常設されることは、とても大きな意味があるのかもしれないと、改めて思われました。

(以上)

