

# Mayumi Suzuki Memorial

ステージⅢbの肺がんと向き合いながら  
多くの人々を励まし支えた

**鈴木真弓**さん  
がんの**ピアサポート**活動の思い出



# Mayumi Suzuki Memorial

## ご挨拶

平成26年4月8日。真弓さんの百か日を機に、ご家族がミーネットへお越し下さいました。そこでご家族から、真弓さんがピアサポート活動をご自身の励みにされていたというお言葉と共に、活動の一助になればと過分なご厚志を頂戴いたしました。

ミーネットでは、このご厚志を大切にに使わせていただきたいと考え、ご家族のご来訪にあたって写真と文にまとめた「真弓さんのピアサポート活動の思い出」を、きれいにデザインレイアウトし、冊子として発行することにしました。また「がんになっても安心な社会」の構築を訴求する平成26年の「がんサバイバーウォーク」の運営にも一部を活用させていただきました。あわせてご寄贈を受けました真弓さんのがん関連の蔵書は、より多くの方々のお役に立つよう、名古屋市がん相談情報サロン・ピアネットの一角に「鈴木真弓文庫」として収蔵いたしました。

真弓さんは、がん治療に主体的に取り組むという新しい患者像とともに、がんを貴重な体験として他者のために生かすという、ピアサポートのあり方も示してくれました。真弓さんの活動の、ほんの一部ではありますが、この冊子を通してご紹介できる機会をいただきましたことは、望外の喜びです。

NPO法人ミーネット一同

### \*ピアサポート活動とは\*

ピア(Peer)とは“仲間”、「サポート」(Support)とは“支える、援助する”という意味を持ちます。がん体験者が、がんの正しい知識やコミュニケーション技法を学び、体験と知識を生かして、がん患者さんを同じ立場で支えるという活動です。

NPO法人ミーネットのピアサポーターは、名古屋市がん相談情報サロン・ピアネットおよび愛知県内15(平成26年現在)の「がん診療連携經典病院」などで、定期的に活動しています。

## 2010年度 NPO法人ミーネット 第3期がんのピアサポーター養成講座

2010.9.5 開講



2010年9月。  
鈴木真弓さんは、がんのピアサポーターを志し、NPO法人ミーネット主催の第3期ピアサポーター養成講座に参加されました。  
いつも熱心に聴講し、こまめにメモを取り、毎回誰よりも早く提出されるレポートは、そのまま教材になるような内容でした。

2010.9.5「がん総合」講座



がん医療に関する講義の聴講は、とりわけ熱心でした。積極的かつ要領のよい質問は、講義への理解と事前準備があればこそその核心を突くものでした。その美しさや、いつも整った出で立ちと相まって「彼女はどのような人なんだ？」と受講仲間の関心を集めたものです。

※講師は名古屋市立大学医学部 名誉教授 上田龍三氏

2010.10.3 肺がんセミナー



肺がん治療の講義を受講後、一般患者さんを変えて交流会を持ちました。  
幅広い年代、様々な状況にある方々の話を柔和な笑顔で受けとめ、傾聴する姿が今も思い出されます。真弓さんがいるだけで、その場が明るく華やぐようでした。

2010.11.23 放射線セミナー



セミナー後に、グループディスカッションの内容を発表した一コマです。  
黒のベルベットふうのジャケットがとても良く似合い、持ち前の美しさをさらに引き立てていました。誰もが真弓さんのことを「30代後半くらい？」と見ていて、真弓さんの活動が新聞で紹介された時、そこに書かれた実際の年齢を見て、心底おどろいたものです。  
病を得ても、なお若々しく澆刺とした方でした。



## 2011年9月3日 がんセンター研究所ツアー

名古屋での「日本がん学会学術総会」を前にして開かれた「愛知県がんセンター研究所フォーラム～がん研究を知る」に、仲間と参加した真弓さんのスナップです。

「化学療法を知る」というワークショップでは、患者の立場で発表しました。

「がん研究所ツアー」では熱心に質問シメモを取り、ツアーレポートを会報に寄稿してくれました。

仲間たちが「物見遊山」的に談笑しながらツアーを楽しんでいる中で、その談笑に加わりながらも、しっかりと勉強していたのだと今更ながら感服しています。



## 2011年度 NPO法人ミーネット ピアトレーナー養成講座



ピアサポーターとして一歩前進しようと、「ピアサポーターになろうとする人」のトレーニングをサポートする「ピアトレーナーコース」を受講。実習の一環として、後輩の4期生の講座で講師をつとめました。

どんな役割をお願いしても、快く引き受けてくれるばかりか「これ以上ない」ほどの準備をして臨んで下さいました。

## ピアサポーター・鈴木真弓の 愛知県がんセンター研究所 見学ツアーレポート

2011年9月。第70回日本癌学会学術総会イベントとして「がん研究を市民と語る」をテーマとしたイベントが愛知県がんセンターで開催されました。市民にがん研究について知ってもらうという目的で開催されたものです。そのイベントの中で、愛知県がんセンター中央病院に隣接する研究所棟での見学ツアーが開催され、NPO法人ミーネットのピアサポーターも多数参加しました。



研究所見学ツアーは研究棟の1階の部分（共同機器室）のみでしたが、下記の12ヶ所を、研究所に勤務されている方々の丁寧な説明を受けながら巡回しました。聞ききれない言葉も多かったのですが、非常に興味深いツアーでした。その一部をご紹介します。

### こんなところを見学しました

- |                       |             |
|-----------------------|-------------|
| ①製氷機、純水装置             | ⑦ラジオアイントープ室 |
| ②材料保存室、低温室            | ⑧液体窒素       |
| ③蛍光顕微鏡、<br>共焦点レーザー顕微鏡 | ⑨旋回培養器、超遠心機 |
| ④マイクロアレイスキャナー         | ⑩FACS       |
| ⑤質量分析装置               | ⑪DNAシークエンサー |
| ⑥管理室                  | ⑫緊急シャワー     |

まず、製氷機や純水装置を見学。細胞は熱に不安定の為、常に低温状態に保つ必要があるため、各階に製氷機が設置され、常時フレーク状の氷ができていくということです。フレーク状である理由は細胞が入っている試験管との隙間を無くし素早く冷却するためと聞いて、見学者からは「なるほど」という声が。

材料保存室・低温室では患者さんからの試料（細胞、タンパク質、DNA・・・）を保管しています。超低温槽は冷凍庫の役割を果たし、内部の温度を-135℃、-80℃、-60℃の3段階に設定。低温室は、室内が家庭の冷蔵庫と同じ4℃に保たれており、体積が大きく通常冷蔵庫での保管が困難なものを保管しているのだそうです。時には、研究員はこの低温室内に

入って実験する事もあるとのこと。（当然、寒さ対策を万全にして研究されるとのことですが・・・）

共焦点レーザー顕微鏡は、焦点距離がバラバラになる様な厚い試料であっても焦点を合わせる事が可能であり、3次元的観察機能を持ちます。この機器を用いて細胞内の特定タンパク質の所在を立体的な画像（3D映像）としてとらえることのできる、最新鋭の顕微鏡です。がん化によって起こる細胞の中の微細な変化を捉えることが可能となるそうです。

液体窒素の部屋には20個ほどの液体窒素のタンクが並び、各タンク内は-196℃以下とか。

液体窒素を用いて細胞を瞬時に凍らせることにより、細胞を生きのまま保存することが可能となるそうです。実際に花で実験をしましたが、花を液体窒素にくぐらせ瞬時に凍らせたあとに水に戻すと、何と!!花は凍る前と変わらず生きていることが証明され、非常に面白く感じました。



以前から気になっていた研究所棟に初めて足を踏み入れ、研究者の丁寧な説明を聞きながら、そこに設置されている機械・装置を目の当たりにすると、研究所内でスタッフが一丸となって「がん克服のためのがん研究（予防・診断・治療・発がん制御・・・）」に日々努力されている姿が容易に想像できました。社会に役立つがん研究の推進が、今後ますます推進されるよう期待しています。

40分という短い時間でしたが、「がん研究」の一端にふれ、その重要性を実感することができました。研究員の方の解説も非常にわかりやすく、とても楽しい時間となりました。

お忙しい中、このツアーに時間を割いて頂いた研究者の方々に、改めて感謝、感謝です。



## 2012年5月16日 名古屋大学医学部 医学入門講座

名古屋大学医学部では、医学部一年生のカリキュラムの中に、医療関係者以外の方々より講義を受ける講座を3コマ設けています。肺がんの抑制遺伝子p53の研究を世界的なブームに押し上げた国際的な研究者である名古屋大学医学部 教授・高橋隆氏の要請を受け、鈴木真弓さんが講師として登壇しました。

真弓さんは、自身のがん闘病体験を縦糸に、現在の医療制度を横糸に、いまがん患者支援に何が必要かを未来の医師に講義しました。講演後のアンケートでは、ほぼすべての学生から真弓さんにメールが贈られました。「患者に寄り添える医師になる」などの抱負も記述されていて、学生たちが真弓さんの話に鮮烈な印象を受けたことが窺えました。



真弓さんの講義後、結びのご挨拶をされた高橋教授（中央）は、涙ぐんで言葉を詰まらせ「お話を伺って、医師として初心に戻ることができました」とコメントされました。



※写真は左から、真弓さん取材にご縁で駆けつけてくれた中日新聞の林記者、真弓さんの前に講義をつとめた同期ピアサポーターの廣田さん、名古屋大学・高橋教授、カメラマンとして協力してくれた後輩ピアサポーターの山田さん。



同年11月に、ミーネット主催により「がん医療のみらい」と題したフォーラムを開催。先の名古屋大学・高橋教授を講師の一人にお迎えしました。真弓さんは春の医学生教育の講師に招かれたことから、高橋先生のご紹介役をつとめました。320名もの参加者が集い、フォーラムは大成功。体調がすぐれなかったのですが、立派に大役を務めあげてくれました。

## 真弓さんが作成した講義用スライド(抜粋)

### 3)がんの治療

① ファーストオピニオン  
化学療法（抗がん剤）と放射線治療の併用

不安… 副作用は？ 他の治療法は？

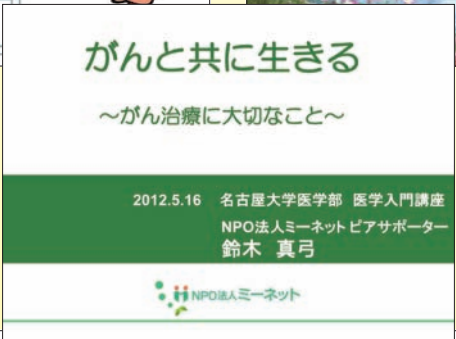
② セカンドオピニオン  
静岡がんセンターで確認  
ファーストオピニオンと同じ見解

**標準治療**

### 2. ピアサポート活動

**\*ピアサポートとは\***

- ・「ピア(Peer)」とは“仲間”
- ・「サポート」(Support)とは“支える、援助する”という意味を持ちます。
- ・がん体験を持つ患者やその家族が体験を生かし、
- ・あらたにがんにかかった患者さんを支えるという活動です。



2012.5.16 名古屋大学医学部 医学入門講座  
NPO法人ミーネットピアサポーター  
鈴木 真弓

NPO法人ミーネット

### 3. がん治療に必要な事

**がん患者が「癌」と闘うために大切な事**

1)正しい情報収集

- ・患者としてのがんの理解
- ・正しい情報とその「選択」

2)医師との信頼関係

- ・主治医とのコミュニケーション
- ・情報の共有化
- ・納得して前向きな治療を

### 4. 最後に…

- ・患者との関わり方（言葉一つが大切）
- ・コミュニケーション能力の必要性
- ・新薬の開発⇒患者は治る薬を望み
- ・トライしたい！
- ・ピアサポートへの理解⇒医療者との橋渡し

**これからの医療を担う皆様に期待します！**  
**頑張ってください！**

がんのピアサポート活動3年。

期間は短くとも、病にも人にも真摯に向き合う真弓さんの姿は、  
どれほど多くの方々を勇気づけたことでしょう。

真弓さんの残してくれた思い出を励みとして、

ミーネットはこれからも目の前のひとりの患者さんやご家族に精いっぱい寄り添うことのできる  
ピアサポート活動に取り組んでいきます。

こうして真弓さんを振り返ることで、あらたな感謝の思いがしみじみと胸に満ちてきます。

真弓さん 本当に有難うございました。

ステージⅢbの肺がんと向き合いながら  
多くの人々を励まし支えた

## 鈴木真弓さん がんのピアサポート活動の思い出

---

発行：平成26年10月5日

 NPO法人ミーネット

〒466-0011 名古屋市中区大須4丁目11-39 川本ビル2F  
TEL 052-252-7277 FAX 052-252-7278  
e-mail: n-menet@me-net.org

<http://me-met.org>