

がんの ピアサポート 活動

広がる



「がんのピアサポート活動とは」

「がんのピアサポーター」は、がんの治療体験者が体験からの学びを活かし、がんにかかった方々の悩みや不安を傾聴し、ともに考える役割です。身近な相談役として当事者および医療機関からもニーズは高く、NPO 法人ミーネットでは、「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 の「がん診療連携拠点病院」でピアサポートによる相談支援活動を実施しています。

がん領域のピアサポートは、これまで患者団体などによる自主的な取り組みとして行われてきましたが、2011 年度には、厚生労働省のピアサポーター育成事業として予算化され、「がん総合相談に携わる者に対する研修プログラム」が策定されました。以降、全国でがんのピアサポーターの養成が進んでいますが、医療関係者の中にも、まだピアサポートの具体的なイメージがわからないという声もあります。

NPO 法人ミーネットは、2007 年からピアサポーター養成に着手。2014 年 3 月現在 156 名のピアサポーターが講座を修了し、行政や医療機関と連携協力を図りながら相談支援活動を進めています。この実績と経験をもとに、今後、がん医療のなかでどのような役割を果たし得るのかを考えながら、がんのピアサポート活動を紹介します。

早わかり

がんのピアサポート

Q がんのピアサポートとは？

A ピア (Peer) とは「仲間」「同じ立場」、サポート (support) は「ささえる」「寄り添う」を意味する言葉。
がん体験者が、コミュニケーション技術やがんの基礎知識を学び、治療体験や療養生活で得た共通の経験と関心を基盤に、相談者（がん患者や家族）の悩みや不安を共感的に受け止め、ともに問題解決の糸口を探ること

Q ピアサポートの具体的な活動は？

A 【ミーネットの場合】
名古屋市と協働で運営する「名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット」および愛知県内の病院（2015 年 3 月 1 日現在、国指定がん診療連携拠点病院 9 施設、県指定がん診療拠点病院 4 施設、拠点病院指定・準備中 2 施設の計 15 施設）での相談対応が活動の柱

Q がん患者団体などで行っている患者相談との違いは？

A 【ミーネットの場合】一年間の研修（約 90 時間の講座と実習）を修了したピアサポーターが、ルールを遵守して相談にあたっている

Q 素人ががんの勉強をして相談に対応すると治療に影響がでるのでは？

A 「医療介入（医療的な判断やアドバイスなど）をしない」ことがピアサポートの鉄則。ピアサポーターが、がんの医学的な基礎知識を学ぶのは相談者の悩みを正しく理解するため

Q ピアサポーターが受ける相談の内容や対応の方法は？

A 相談者が語る内容は、医学的な問題（例：自分が受けている治療に対する不安や疑問）、日常生活上の問題（例：患者に適した食事）、心理的な問題（例：自分や家族の行く末に関する不安）など多種多様。傾聴と共感を基本にしなが、がんの個性性に配慮しながら、必要であれば自己の体験を語る。患者がわからないことは、学習や解決の手助けをする意味で共に考え、共に調べる。ピアサポーターが解決するのではなく、患者自身が答えを出せるようにサポートする。内容によって、より適した相談先の紹介や医療者との意思疎通のためのアドバイスなどを行う

Q 相談対応に対する利用者の経済的負担は？

A 相談対応は無料でボランティア活動として実施。ただし、ピアサポーターの交通費や事務費など様々な経費はミーネットが負担する。ピアサポーター養成講座や病院内でのピアサポートを継続するために必要な、安定的財源の確保が今後の課題。

がんの「ピアサポーター」が誕生するまで

ピアサポートは、がん患者の不安や悩みを軽減するための有効な方法として、2012年6月に施行された「第二次がん対策推進基本計画」※にも、その必要性が明記されています。現在、全国の地方公共団体等で、ピアサポーター養成研修が実施されていますが、養成期間は2日程度から1年間まで、かなりのバラつきがあるといわれています。

がんの悩みは多層的であり、時間の経過とともに変化します。また、同じがん種であってもがんの状態や患者自身の価値観などによって、がんの悩みは異なるもの。「がんの個別性」に配慮しつつ、相談者をミスリードすることなく共に問題解決の方法を探るために、学ぶべきことは実にたくさんあります。

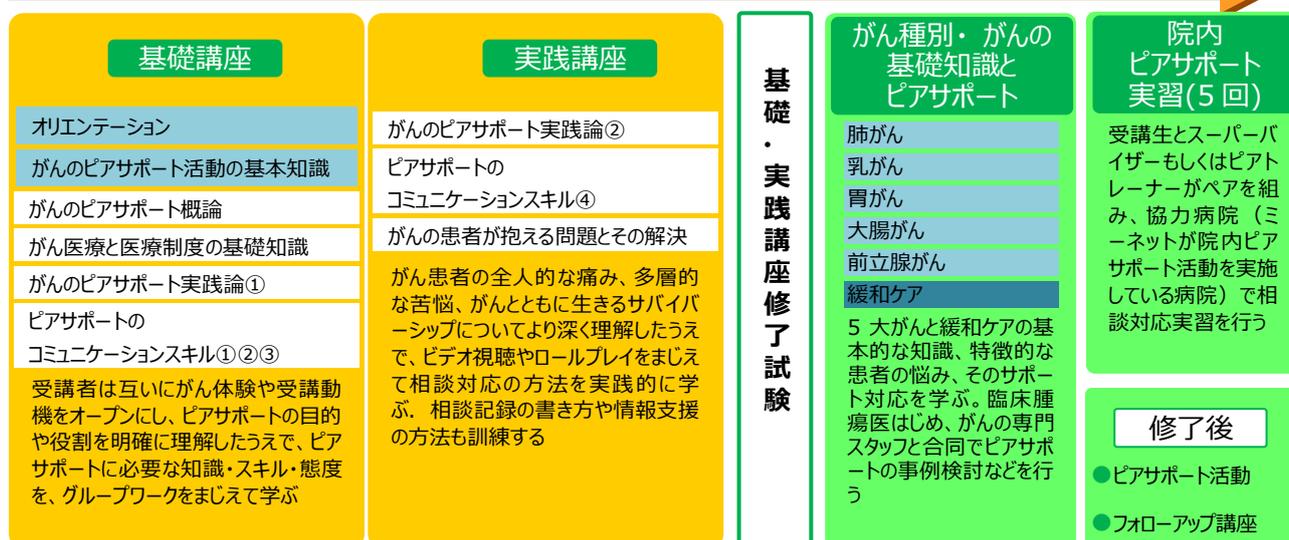
様々なサポートを受けながら局面を乗り越えてきたがんの当事者が「サポートする」立場のピアサポーターとしてデビューするまでをご紹介します。

※第二次がん対策推進基本計画

がん患者の不安や悩みを軽減するためには、がんを経験したものががん患者に対する相談支援に参加することが必要であることから、国と地方公共団体等は、ピア・サポートを推進するための研修を実施するなど、がん患者・経験者との協働を進め、ピア・サポートをさらに充実するよう努める。

■NPO 法人ミーネット ピアサポーター養成講座の流れ

約90時間分を8か月かけて実施（実習はその後4か月）



ピアサポーター養成講座の意義

- 正しいがんの知識や相談対応の基本を学ぶことが自分自身にも役立つ
- 専門家からの学び、実習、客観的評価などが求められる
- 同じ立場の人たちが同じ目標に向かって努力することの相乗効果が得られる

がんの正しい知識を学ぶ意味は

- 相談者の悩みを「理解して聞く」ためには基本的な知識が必要
- 自分自身のがんを正しく知ることの大切さを伝えられる

ピアサポート相談対応の基本

- 「ピアサポーターの心得」にのっとり対応する
- 傾聴を基本とし、相談者と「ともに考える」
- 医療的な判断は行わない



ピアサポート活動でもたらされる変化

ピアサポーターを志したのは「自分が抱えているがんの不安が、同じ立場の人と学ぶことで解消されるのではないか」という思いからです。ところが、仲間と学ぶうちに「他人のために力になることで自分が支えられている」という喜びを得るようになりました。ピアサポート活動に取り組むことで、それまではつらいだけの経験であった「がん体験」も、自分にとって無意味ではなかったと思えるようになりました。これは、がんになってからの私の人生において最大の収穫です。



ピアサポーター
※2013年度より
スーパーバイザー
伊藤和直さん

広がる がんのピアサポート活動

NPO 法人ミーネット ピアサポーターの心得 15 カ条と対応基準

ピアサポーターの心得 15 カ条

- 1 相談に来られたかたをあるがままに受けとめ、その思いを尊重します
- 2 相談者の関心事に焦点をあて、十分に話してもらえよう傾聴に努めます
- 3 相談者が抱える悩みに対して、どうすればよいかを一緒に考えます
- 4 相談者の悩みを理解して聴くために、がんの基本的な知識を身につけるようにします
- 5 治療方針など専門的な判断が必要なことには 踏み込まないようにします
- 6 自身の個人的な価値観や体験を押し付けないようにします
- 7 最終的な答えを出すのは、相談に来たご本人であることを心に留めて対応します
- 8 個人的な情報は、病状や相談内容もふくめて他には絶対もらしません
- 9 相談者の医療者や医療機関への批判に同調することは控えます
- 10 ピアサポートの影響と責任を自覚したピアサポートに努めます
- 11 ピアサポートの限界をわきまえ、無理をしないようにします
- 12 自分の対応を常に振り返り、研鑽に努めます
- 13 相談対応や活動に関して自分自身が相談できる存在を持つよう努めます
- 14 相談者とピアサポーターは個人的に連絡を取り合わないようにします
- 15 相談者および自身の安全を守るために、活動ルールを遵守します

対応基準（一部を抜粋）

傾聴が基本

相談者が発した言葉や内容の背後にある相手の気持ちや感情を理解するよう努める

【対応例】

言葉の背後にある不安を理解し解決の糸口を探る

相談者 「私、もう、治療なんてしてもしようがないと思うんですよね」

ピアサポーター 「今日は特別に何かおつらいことがあるのですか」

相談者 「胸が痛むときがあって、なんか不安なんですよね」

ピアサポーター 「主治医に話されましたか？」

「このように主治医にお尋ねになったらいかがでしょうか」

医療者の判断が必要な領域には踏み込まない

ピアサポーターは決して医療者の代役ではない。養成講座で 5 大がんの基礎知識を学ぶのは、相談者の状況を理解するため。治療などに関する問いにピアサポーターが自己流の答えをしないよう徹底をはかっている。

がん（患者）の個別性を理解して対応する

たとえ同じ種類のがんでも、患者によって個別性が高いことを踏まえて相談にあたる。自分の体験談や意見を述べるときは第 1 人称で話をする（「私の場合は…」）

※心得 6 「個人的な価値観や体験の押し付け」には代替療法、宗教、信仰、思想的なことに關する推奨や勧奨も含まれ、これを一切厳禁としている

患者-医師関係や治療に支障が出ないように配慮

医療者の言葉や対応などへの感じ方は患者・家族の置かれた状況によって変化し、一方の話だけで判断はできない。安易な同調で患者-医師関係を悪化させないように留意する

【対応例】

批判の背後にある相談者の思いを受けとめる

相談者 「サプリメントを飲んで体調がよくなったことを主治医に言ったら、いきなり強い口調で『すぐやめろ！』と怒られて、もうショックで…ひどいと思いませんか？」

ピアサポーター 「急に強い言葉で言われて、びっくりされたのですね」

ピアサポーターは相談者と「同じ立場」

同じ立場（＝ピア）であるがゆえに何とか役に立ちたいと思うあまり、自分の対応容量を超える相談を抱えこむ、相談者の悩みを自分のことのように感じる、などの状況も起こりうる。内容によってはより適切な相談先を紹介する、ピアサポーター自身も相談相手をもつ、体調が悪いときは無理をしない、などを心がける。

行政や医療機関との連携協力で進めるピアサポート活動

【ピアサポート実施医療機関の声】

名古屋記念病院 副院長 **伊奈研次**さん（2009年6月 愛知県内で初めて院内ピアサポートを導入）

医学は進歩していますが、現状では残念ながら治らないがんもあり、患者さんは病気とうまく共存していく必要があります。ピアサポーターは、がんの正しい知識とともに共存の知恵を持っています。また、闘病中のかたもいますので、相談者にとっては自分と同じ、あるいは自分より厳しい状況にある人が他人のためにボランティアをしている姿は、まさに“生きた教材”であり、医療者も感動を覚えます。ピアサポートの内容を主治医が直接知ることはないのですが、相談後、治療に前向きになった患者さんもいます。

ミーネットのピアサポーターのように、がん医療の知識をもちながら、患者さんの気持ちも考えてくれる存在は稀有だと思います。今後、全国に広がっていくと思いますが、質の担保が必須です。医療機関として取り入れていく、あるいは主治医として患者さんにピアサポーターへの相談を勧めるにあたっては、その団体等がしっかりしたリーダーシップのもとにピアサポーターの養成とフォローアップをきっちり行い、適切な相談記録も残せるような体制があるか、相談にあたるかたの人はどうか、などを見極める必要があるでしょう。



中央が伊奈さん（ミーネット患者会にて）

ピアサポーター（養成講座修了者）による相談対応のメリット

1. 患者：家族が医療者に相談しない（できない）悩みや不安を吸い上げてくれる
2. 傾聴するだけでなく、問題解決のためにともに考えてくれる
3. 医療機関とは異なる第三者の立場で中立的な意見を述べてくれる
4. 患者が治療に前向きに取り組めるよう話を進めてくれる
5. 地域のがん医療資源を熟知している

■NPO 法人ミーネット 医療機関内ピアサポート活動（院内ピアサポート実施病院）

	病院名（開始順）	TEL	開催日
1	名古屋記念病院	052-804-1111	①毎月第1・3木曜日／10:00～12:00 ②毎月第4木曜日／15:00～17:00
2	名古屋医療センター	052-951-1111	毎月第3水曜日／9:30～12:00
3	一宮市立市民病院	0586-71-1911	毎月第4月曜日／10:00～12:00
4	愛知県がんセンター中央病院	052-762-6111	第1・3月曜日 第2・4水曜日／9:30～12:00 ※月・水曜日が週2回重なる場合変動あり
5	藤田保健衛生大学病院	0562-93-2920	毎月第4火曜日／10:00～12:00
6	春日井市民病院	0568-57-0057	毎月第4木曜日／10:00～12:00
7	刈谷豊田総合病院	0566-21-2450	毎月第1・3木曜日／10:00～12:00
8	名古屋掖済会病院	052-652-7711	毎月第1金曜日／10:00～12:00
9	安城更生病院	0566-75-2111	毎月第2金曜日／10:00～12:00
10	公立陶生病院	0561-82-5101	毎月第3火曜日／10:30～12:30
11	小牧市民病院	0568-76-4131	毎月第2木曜日／10:00～12:00
12	中京病院	052-691-7151	毎月第2火曜日／10:00～12:00
13	名古屋市立西部医療センター	052-991-8121	毎月第3木曜日／10:00～12:00
14	岡崎市民病衣	0564-21-8111	奇数月第1火曜日／10:00～12:00
15	名古屋第二赤十字病院	052-832-1121	毎月第2月曜日／10:00～12:00

名古屋市がん相談情報サロン ピアネット（名古屋市とミーネットの協働運営）

名古屋市中区丸の内二丁目1番36号 NUP フジサワ丸の内ビル1階

TEL 052-253-5588 Fax 052-253-5587

◆開館日時：火～木曜日・土曜日 10:00～16:00／金曜日 13:00～20:00 ◆休館日：月・日・祝祭日・年末年始