

～自分らしい生活を手に入れよう～

がん暮らしフェア2018

共催 公益財団法人がん研究会有明病院、NPO法人キャンサーリボンズ

開催報告書

2018年10月27日(土) 11:00～16:15

於 公益財団法人がん研究会有明病院

2018年12月

実施概要

◆イベント名 ～自分らしい生活を手に入れよう～
がん暮らしフェア2018

◆開催日 2018年10月27日(土) 11:00～16:15 (11:00～12:00は患者さん専用タイム)

◆会場 公益財団法人がん研究会有明病院 1階ロビー及び2階 (東京都江東区有明3-8-31)

◆参加者数 約500名

【共催】 公益財団法人がん研究会有明病院、NPO法人キャンサーリボنز

【後援】 江東区

【協賛】 イーエヌ大塚製薬株式会社

花王株式会社

キッコーマンこころダイニング株式会社

ゲンゼ株式会社

サンスター株式会社

株式会社スヴェンソン

東レ・メディカル株式会社

株式会社ベル

株式会社明治

ロート製薬株式会社

(50音順)

【寄附】 朝日生命保険相互会社

【協力】 株式会社ファミリーマート

会場風景

朝のうちは小雨が降ったものの、昼前には晴れ間が見え、秋らしい爽やかな一日となりました。

入院中の方やお見舞いのご家族・友人、近隣地域にお住まいの方、病院スタッフなど、様々な立場の方が参加するイベントとなりました。

体験展示コーナーでは、多くの方が展示品を手に取り、試している姿や、各企業担当者や病院スタッフと熱心にお話をされている姿が見られました。

一般開場前の11:00～12:00は、入院中の患者さん専用タイムでした。多くの患者さんが気軽に来場して質問されており、アットホームな雰囲気の中でイベントを実施できました。



開会挨拶

12:15～12:20

主催者: 佐野 武さん 当院病院長
岡山 慶子さん
NPO法人キャンサーリボンス
副理事長



佐野 武さん



岡山 慶子さん

リレーセミナー「がん治療と食べること」 生きる力の維持から、食べ方の工夫まで

12:20～12:40

体重減少を防ぐ～注目すべきは筋肉量～

伊丹 優貴子さん 当院 管理栄養士

がん患者の半数は体重減少があり、それがQOLの低下につながることを説明されました。治療と並行して、「栄養療法」で体重減少を防ぐことが重要です。採血や体組成で栄養評価を行います。ぜひ家庭でも体重測定をしていただきたいと話されました。またサルコペニアについても触れ、筋肉量の低下が転倒・骨折・入院・死亡のリスクを上昇させることを説明しました。筋肉量を増やすには運動療法と栄養療法(特にBCAAアミノ酸)の併用が重要であり、食事(お肉や卵、魚、大豆などのたんぱく源)やスポーツドリンクでも補えると話しました。化学療法時には、EPAの摂取も体重減少防止に結び付くそうです。患者さんの関心が非常に高く、多くの方が熱心にメモを取りながら聴いている姿が印象的でした。



伊丹 優貴子さん

13:40～14:00

肥満を防ぐ～乳がん治療と体重～

片岡 明美さん 当院乳腺センター 乳腺外科 医長

乳がんの患者さんは、肥満の方が多くいらっしゃるそうです。抗がん剤治療をすると意外にも体重が増える方が多いと話されました。20年前と比べて12キロ以上体重が増えた方は乳がんリスクが高いそうです。最近の研究では、脂肪ががんに関与していることや、脂肪によって抗がん剤が効きにくくなっているということもわかってきました。マウスでは、がんが脂肪を利用して転移することが確認されています。最新の治療ではがん細胞を取り巻く微小環境を標的とした治療が重要となってきていることを説明され、「節酒・食生活・身体活動・禁煙・適正体重などの体調管理が大事な治療のひとつなのです」と締めくくりました。



片岡 明美さん

14:00～14:20

口から食べる～口腔ケアの大切さを知ろう～

富塚 健さん 当院歯科 部長

最初に、ヒトはたくさんの常在菌と共生していることを説明されました。当然口の中にもたくさんの菌がいて、外来微生物の定着を防いでいるそうです。重要なのは唾液で、これが減ると、粘膜に障害が起こり、細菌が体の中に入りやすくなることを話しました。身体の免疫力が落ちている時には、身体に菌が入る「菌血症」には特に注意が必要です。誤嚥性肺炎の原因にも口腔細菌の関与があったり、むし歯からも体内に口腔細菌が入ることがあります。先生は口腔内の細菌の数を抑えるためには、食後3回に加えて、夜寝る前に歯を磨くことを入院患者さんにはお願いしていると話しました。最後に「口腔ケアは口の中の菌をコントロールし、粘膜を保護することが大きな柱です」と話し、身体の状態に合った、適切な方法とタイミングでケアしてほしい」と述べました。



富塚 健さん

ミニバルーンショー

13:45～14:00

山口さん 当院 栄養管理部

楽しい音楽に合わせて、風船で次々に作品を作っていく山口さん。
風船があつという間にウサギやカメ、ぶどうなどに変るパフォーマンスに、子供たちの歓声があがりました。出来上がった作品は、お子さんたちにプレゼント。
お子様連れはもちろん、患者さんたちにとっても楽しいひとときとなりました。



山口さん

トークセッション「こころについて」

14:30～15:00

森 さち子さん 慶應義塾大学総合政策学部教授、同大医学部精神・神経科学教室兼担教授、臨床心理士

水野 俊美さん 当院 がん看護専門看護師

岡山 慶子さん NPO法人キャンサーリボنز副理事長

岡山さんの進行のもと、「こころ」について3人のトークセッションが行われました。水野さんは普段からがん相談支援センターで、患者さんから相談されることが多く、患者さんの気持ちを受け止めることしかできないことに悩まれることも多いということでした。

森さんは、自分自身もがんを患い、看護師さんやドクターと一緒に考えてくれることが大きな支えとなったと話しました。自分が病気になるのはショッキングなことだったが、家族や仕事の仲間にどのように言おうかということばかり考えていたことに驚いたそうです。こころの専門家であることを忘れるほどの経験であったと語りました。岡山さんは「患者の心を誰が見るのか」という本を紹介しながら、「わかった気にならないこと」が大切であると話しました。森さんも、「気球の旅」のように、どこまでも飛んでいく気球の様に、プロセスを大切にしつつ患者さんの心に寄り添うことが大切であると語りました。

最後に、お二人からのアドバイスとして、水野さんは「身近な方や医療者に困っているサインを送ってくれたら、誰かが手を差し伸べてくれます」と話しました。森さんは「通院することは非常に気を使うこと。がんの患者さんではなく、その人自身を丁寧に扱ってほしいと患者さんが考えていることが医療スタッフに届くとうれしいです」と話しました。

トークの後は身体を動かす時間を5分ほど設けられ、お茶の水女子大学の猪崎先生監修の「いのちのダンス」を参加者と一緒にを行い、セッションは終了しました。



森 さち子さん



水野 俊美さん



岡山 慶子さん



三枝 涼子さんによる「いのちのダンス」

スター混声合唱団 がん支えあいコンサート

15:15~15:45

スター混声合唱団 がん支えあいコンサート
山田 邦子さんほか

エスカレーターで山田邦子さんが2Fから登場し、続いて合唱団のメンバーが現われると、観客の皆さんから大きな歓声があがりました。山田さんの軽妙な挨拶に続いて、合唱団のメンバーも特徴を活かした楽しい自己紹介で、会場は笑いの渦に包まれました。笑いの一方で、山田さんご自身の乳がんの体験談やがん検診の大切さもトークの中でしっかり触れていただきました。続いて会場一体となって「あなたが大切だから」を歌いました。合唱にあわせて、リボンを使った美しいパフォーマンスがあり、歌に花を添えました。合唱団のメンバーと観客のふれあいタイムの後、最後に、「手のひらに太陽を」を手話を交えて全員で合唱し、盛り上がりは最高潮に達しました。



閉会挨拶

16:15

主催者: 清水 多嘉子さん
当院 看護部長 副病院長



清水 多嘉子さん

体験展示コーナー ①

自分にあった食べ方を工夫する



イーエヌ大塚製薬株式会社



キッコーマンこころダイニング株式会社



株式会社明治



当院

体験展示コーナー ②

自分らしく装う



ゲンゼ株式会社



株式会社スヴェンソン



東レ・メディカル株式会社



当院



帽子クラブ



帽子クラブ(メイク)



帽子クラブ(ネイル)

体験展示コーナー ③

身体を動かす



花王株式会社



花王株式会社



株式会社ベル



当院



当院 2Fパフォーマンススペース

体験展示コーナー ④

スキンケア・口腔ケア・排泄ケアで快適な暮らしを



花王株式会社



ロート製薬株式会社



花王株式会社



サンスター株式会社



花王株式会社



当院

体験展示コーナー ⑤

家での暮らしを支える医療・介護

治療や暮らしに役立つ情報を集める

ピアサポートーがん体験者と交流の場ー

病気や治療と付き合いながら働く



キャンサーリボンズ



マギーズ東京