



がんになる前からの“緩和ケア”で人生を有意義に！

《最近のがん医療について》

この20年でがん医療は進歩しました。がんを克服して元気に生活している方が皆さんの周りにもたくさんいるはず。一方で、日本人の死因トップもがんで、今後も当分は変わらないでしょう。言い換えれば、がんでこの世を去ることは普通のことなのです。そこで登場するのが“緩和ケア”。“緩和ケア”は、すべての人に直接関係のある医療です。

《がんと診断されたときからの緩和ケア》

死を迎える患者さんのためのホスピスの事を“緩和ケア”だと勘違いされている方がいまだに多いのが現状です。確かに、苦痛を緩和し最期を穏やかに迎えるための医療もその一部です。しかし、現代の緩和ケアは、抗がん剤などの治療や手術で生じるさまざまな苦痛を和らげ、こころの痛みにも対処し、なるべく一番良い治療を受けるための支援を目的にしています。

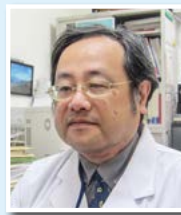
《こころの痛みと、死を忘れない人生とは》

がんを患うことで生じる「こころの痛み」は、実際にはとても大きな課題で、患者さんだけでなくご家族のこころにも大きな影を落とします。いろいろなことができなくなる喪失感、家族に支えられる遠慮、治療の

ためのお金の問題など、治療が順調でも、がんになった人生を悔いる方は非常に多いのです。

それでは、今からできることが何かあるのでしょうか？ ひとつ確実に役立つことがあります。人生の最後に「生まれてきて良かった」と思うためには、がんになる前から「人生はいつか必ず終わる」という事実を忘れないことです。お金や権力はあの世には持って行けません。その代わりに、いつか終わるはずの人生で「大事なもの」を見つけられた方は、悔いなく生きられたと思えるでしょう。

市立甲府病院緩和ケア内科 小林 薫ドクター



- ・(一社)日本サイコオンコロジー学会登録精神腫瘍医
- ・昭和62年日本医科大学医学部卒。大阪大学医学部助教授、山梨大学医学部助教を経て、平成24年1月より当院勤務
- ・現在当院緩和ケア内科部長、緩和ケア室長

市立甲府病院…☎(244)1111

とびだせ！市民レポーター！

～山梨クィーンビーズを応援しましょう～

今年で20年目となるWリーグ(バスケットボール女子日本リーグ)が10月に開幕しました。所属する12チームの1つ「山梨クィーンビーズ」は、地域密着型クラブチームとして活動し、今シーズン県内で12試合のホームゲームが行なわれます。今回は3人の選手にお話を伺いました。

※カッコ内はコートネーム/ポジション(CFはセンターフォワード、Fはフォワード)

🏀キャプテン 岡 萌乃選手(モエ/CF)



得意なプレーはディフェンス。「派手なプレーヤーではないので、ディフェンスでチームを支えて、良い流れを作るのが私の役割」とのこと。チームの目標はクォーターファイナル進出。「アグレッシブなディフェンスから速攻を出し、早い展開のバスケットを40分間続けたい」と意気込みを語ってくれました。

3年目の岡選手。オフの日は映画鑑賞や温泉。また、実家に帰って犬と遊ぶのもストレス解消のための大切な時間になっているとのこと。1人暮らしなので食事の管理は大変だそうです。

🏀副キャプテン 横井美沙選手(ジャン/CF)

昨シーズン、チーム最多得点の横井選手。日本代表合宿にも参加し、名実ともにチームの中心選手です。コートネームは、高校の時の監督が「飛躍＝ジャンプ」というところから「ジャン」と付けてくれたそうです。

得意なプレーはジャンプシュートとリバウンド。私も横井選手のリバウンドで流れが変わったシーンを何度も観てきました。「年齢的にもそろそろ集大成だと思っている。1試合1試合を大切に、昨シーズンを上回る成績を残したい」と決意を語ってくれました。



🏀副キャプテン 水野菜穂選手(レン/F)

「勝てなくても応援してくれる人がいて、声をかけ続けてくれる人がいる。そういう人たちのために勝ちたい」と力強く語る水野選手。「バスケットをやって人を喜ばせることができるのがやりがい。プレーを見て笑顔になってくれるとうれしい」と語ります。人生の節目でバスケットを続けるか悩むことはあっても、そのたびに「自分にはバスケが必要」と思うそうです。



「今年は自分の強みでもあるスピードとアグレッシブな面を出し、チームに貢献できるプレーをしたい。まずは積極的にゴールにアタックして得点を取っていきたい」と話してくれました。

◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆

2020年の東京オリンピックを控え、世界レベルのプレーを展開するWリーグ。今シーズンは残念ながら市内での試合はありませんが、今月は甲斐市や山梨市での試合が予定されています。ぜひ会場に足を運んでみてください。スピード感溢れるプレーで、皆さんを楽しませてくれるはずです。



今月の担当レポーター／村上由実