

がん教育における外部講師 (がん経験者)の活用について

NPO法人つながるん場
代表 松井 葉子

1

- ・ 令和6年12月11日 安中第一中学校にてがん経験者として講演を行った。

＜事前に行ったこと＞

- ・ がん教育において、すでに実績のある自治体にてがん教育に関する研修を受講
- ・ 講演者は、お客様ではない
- ・ まずは自分と向き合うところから …など 学ぶ

2

- ・ 自分を振り返り自分と向き合う
- ・ スライド作成
- ・ 模擬授業による評価

＜学校との打ち合わせ＞

- ・ 校長先生、養護先生の方々と事前打ち合わせ
- ・ 投影方法、プロジェクターの確認
- ・ 生徒の様子を確認

3

目次

- ・ 自己紹介
- ・ がんのイメージ
- ・ がん？ → がん拠点病院へ
- ・ 日々揺れ動く感情
- ・ 入院、手術
- ・ がん患者の望み、接し方は？
- ・ がん患者が暮らしやすい社会とは
- ・ 生きること
- ・ がんサロンって？

4

自己紹介

- *がん罹患者 子宮体がん
- *がん罹患者家族 父が肺がん
- *拠点 安中市在住
- *仕事 事務職
- *家族 夫
一卵性双生児
- *好きなアーティスト Da-ICE エメ
- *特技？ 手話



5

手話をやってみよう

【大丈夫】

右利きの人は、右手を左肩の
ほうへ持っていき、一度置いたら
右肩へ戻して止める



6

がんって
どんな病気
なの？

自分は
将来がんになる
可能性はあるの？

何人に1人が
がんになるの？

がんを防ぐ
方法って
あるの？

年をとったら
誰でもがんに
なるの？

若くてもがんに
なる人が
いるの？

親せきにがんの人が
いると自分もがんに
なりやすいの？

自分は絶対
がん
になりたくない

家の人
ががんになったら
いやだ

がんは自分に
関係ない



2

7

がんの原因

がんには原因のわかっている
ものとわからないものがある



10

8

がん？ → がん拠点病院へ

2016年 3月

MRI、CT、病理検査にてがんの告知となった
子宮体がん

ステージⅠB 類内膜腺がん

- ・頭が真っ白で主治医の説明は
あまり覚えていない
涙…



9

ステージと気持ち

- ・がんが見つかった時期と進行度
ステージⅠ～Ⅳ

Ⅰ、Ⅱ → 早期発見

Ⅲ、Ⅳ → 進行時

どの時期に見つかっても辛い、落ち込む

10

日々揺れ動く感情

- ・仕事をしていると、がんのことを考えずに済んだ
- ・一人になると、あれこれ考えて感情の起伏が激しかった
(人魚…最後は泡に)

頭ではわかるけど、気持ちが…



11

入院、手術

- ・入院の部屋は個室だったので
自分と向き合えた
子宮や卵巣にごめんね

- ・退院後、職場復帰して職場の人に
がんのことを伝えようとしたが
口から言葉を発することができない



12

がん患者は何を望み 何を求めているの だろう

2

13



がん患者は何を望み、
何を求めているのだろう

事例 1

- ・ 進行したがんとわかり、抗がん剤治療を続けている。
- ・ 仕事を続けるため、通院しながらできる治療方法を選んだ。
- ・ 子供に病気のことをどう話すか悩んでいるが、今は家族との時間を何よりも大切に過ごしたいと思っている。



3

14



がん患者は何を望み、
何を求めているのだろう

事例 2

- ・ 乳がんで胸に大きな傷が残り、自信を失って閉じこもりがちになっていた。
- ・ 患者の会に入って同じ乳がんの仲間と出会い、貸切で温泉に入ることができるようになった。好きだった旅行を楽しむことができるようになった。
- ・ これからも生き生きと自分らしく生きたいと思っている。



4

15

がん患者と どのように接すれば よいのだろう

2

16



がん患者とどのように
接すればよいのだろう

事例1

友人という時間は、病気とは何の関係もない自分でいられる時間です。



何でもない話をして、一緒に笑って、共に過ごすことで、「患者」としてではない、これまでどおりの「自分」を取り戻せるような気がします。

(患者手記より)

3

17



がん患者とどのように
接すればよいのだろう

事例2

友人にがんになったことを伝えたとき、「生活習慣が悪いからがんになったんだ」と、あつけらかんと言われました。



わたしは共働きで、妻と交代で食事を作っていました。常にバランスの良い食事を心がけていたつもりですし、妻も責められているような気持ちになり、悲しくなりました。がんに対する誤解や決めつけがなくなればと思います。

(患者手記より)

4

18

家族や友人に
これまでどおり
接してほしい。

がんを
正しく理解し
てほしい。



がん患者には
さまざまな願いがある

6

19

がん患者が
暮らしやすい社会
とはどのような
社会だろう

7

20

がんについて
周囲の理解が
ある。

がんの治療に
周囲の協力が
得られる。

がんへの正しい理解が
誰もが暮らしやすい社会につながる

9

21

振り返り

- ✓ 家族や友人に対して、がん患者はさまざまな願いをもっている。
- ✓ 全ての人ががんについて正しく理解することが、だれもが暮らしやすい社会につながる。

10

22

生きるということ

残された時間をどう生きるか？

✿ 今できることをやろう

✿ 無いなら、作ればいいんだ

→ 女性だけのがん患者会ぱるれ 設立
NPO法人つながるん場 設立

23

がんサロンって？

✿ **がんサロンとは**

がん患者が気兼ねなく気持ちを表せるところ
経験した者同士だから共感できる

NPO法人つながるん場 設立

日時 毎月第4日曜日 13:30~

場所 高崎市総合福祉センター



24

皆さんに伝えたいこと

🌸がんは突然やってくる

🌸がんについての正しい知識を持ってほしい
早期発見に越したことはない

🌸家族や友達ががんになったら「自分は経験していないからわからない。だから、どうしてほしいか教えてほしい」と素直に伝える

25

一緒にがん教育を！

- がん経験者が、がん教育において講演を行うには、準備が必要
- NPO法人つながるん場では、私たちと一緒にがん教育について学び、共にブラッシュアップして行きたいという会員を募集しています。
- 一緒に学び、がん教育をやっていきませんか？
群馬県立図書館にて、ミニレクチャー開催予定

26

<講演の申込先>

NPO法人つながるん場

代表 松井 葉子

電話：090-4370-5783

Eメール：tsunagarunba@gmail.com

27

ご清聴ありがとうございました

28