

病院以外での相談支援の試み ～「がんとともに生きる」を支える～

(株)ケアーズ 白十字訪問看護ステーション

暮らしの保健室

NPO マギーズ東京 秋山 正子

英国発祥：がんを経験したマギーさん 「自分を取り戻す居場所が欲しい」

- 再発・転移の告知時、
「胃にパンチを受けたようになった」
けれど「次の患者さんが待っているから廊下に行きましょう」
⇒ 食事(栄養)法や運動、サプリメントなど、
自分も挑戦したい、
⇒ 適切な情報を選びとれる信頼できる
案内人が欲しい
⇒ 病人ではなく、一人の人間に戻れる
小さな家庭的な居場所



「死の恐怖の中で生きる喜びを再発見できる」場がほしい

maggies
tokyo project

がんを経験した人・家族・友人が とまどい孤独なときに自
分の力を取り戻す 病院でも家でもない 居場所づくりへ

マギーさん設計の最初のマギーズがんケアリングセンター エジンバラ(1996年)誕生 病院の売店を少し改装



マギーズ東京への歩み

- ◆ 1966年 7月 末期癌の父を在宅で看取る 看護師の道へ
- ◆ 1990年 4月 姉の在宅ホスピスケアに関わる 訪問看護師へ
- ◆ 1991年9月～1992年8月 淀川キリスト教病院訪問看護室にて研修&非常勤保健師
- ◆ 1992年 9月～ 東京・市ヶ谷にて訪問看護開始
- ◆ **2008年11月 国際がん看護セミナー**
(国立がんセンター中央)でマギーズセンターのことを知る
- ◆ 2009年 3月 英国へ。エジンバラ・ファイフ・ロンドンのセンター見学
- ◆ 2009年10月 長崎にてプレセミナー開催
- ◆ 2010年 2月 マギーズセンターCEOローラさん招聘(東京・金沢で講演)
- ◆ **2011年7月 新宿に暮らしの保健室を開設**
(マギーズセンターの相談支援をモデルに)

maggies
4
tokyo project

訪問看護で出会う患者さんやご家族からは・・・

- ◆ 病院で、「介護保険を申請するように」と言われたが、寝たきりにはなりたくないと思って、申請に行かなかった ⇒ 使う時に間に合わない
そもそも在宅医療に繋がらない
- ◆ 病気について、家族それぞれが違う捉え方をしているの、きちんと話し合えるようにしたかった
- ◆ 相談したことがなかった
「こんな事まで聞いてもらえるんですね」
- ◆ こんな風に
相談できるところが他にももっとあれば・・・

2011年7月 秋山
東新宿の団地に
マギーズ東京 準備室
＝暮らしの保健室 オープン



maggies
6
tokyo project

2014年4月鈴木美穂との出会いで
スピードアップ

- ◆ がんを経験しテレビ局報道記者の仕事に復帰して5年の鈴木美穂
- ◆ マギーズが必要！ 秋山さん？「暮らしの保健室」を訪問

秋山のベテランチーム&ナースチーム

+

鈴木の(比較的)若手チーム

||



2015年4月 NPO法人 maggie's tokyo

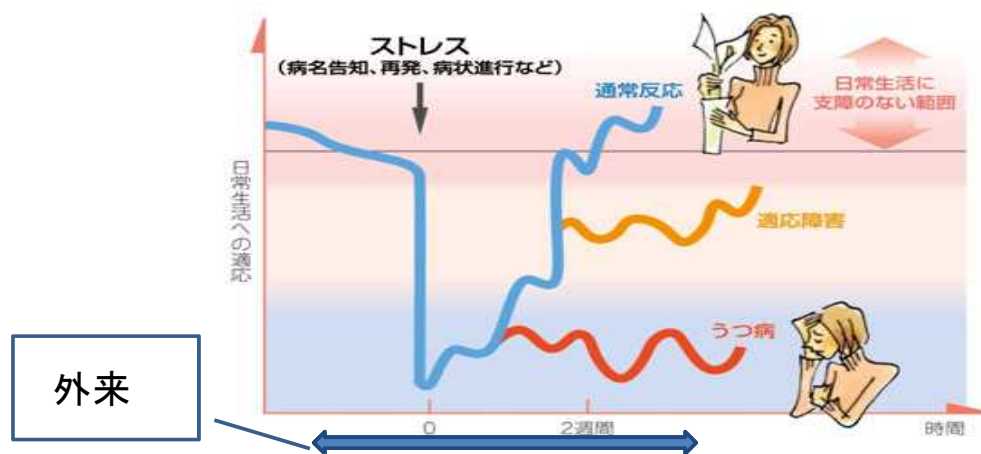
maggies
7
tokyo project

マギーズセンターの重要性

- 在院日数の短縮・外来治療やフォローの増加
- 医療者等との接点がますます限られてくる
- 「入院期間が短い・外来治療」 = 「簡単な治療」というイメージをもたれやすい
実際は：治療3～6カ月後に遷延して実存的な悩みが発生する
- がん治療が終わる頃の人々の来院が多い
今後どのような人生を過ごすのかに悩む

maggies
8
tokyo project

ストレスへの心の反応は？



がん情報サービス http://ganjoho.jp/public/support/mental_care/mc01.html

がん診断後1年以内の自殺者は、がん以外の20倍 (10万人コホート調査)
がんになった以降の離職は、30%

苦痛の種類がかわってきた

	1983年	1993年	2002年
1	嘔吐	脱毛	家族への影響
2	悪心	悪心	脱毛
3	脱毛	全身倦怠感	全身倦怠感
4	治療への不安	治療への不安	家事仕事への影響
5	治療時間の長さ	うつ状態	社会活動への影響
6	注射の不快感	家族への影響	性感減退
7	呼吸促迫	不安	立ちくらみ
8	全身倦怠感	家事仕事への影響	下痢
9	睡眠障害	嘔吐	体重増加
10	家族への影響	多尿	息切れ

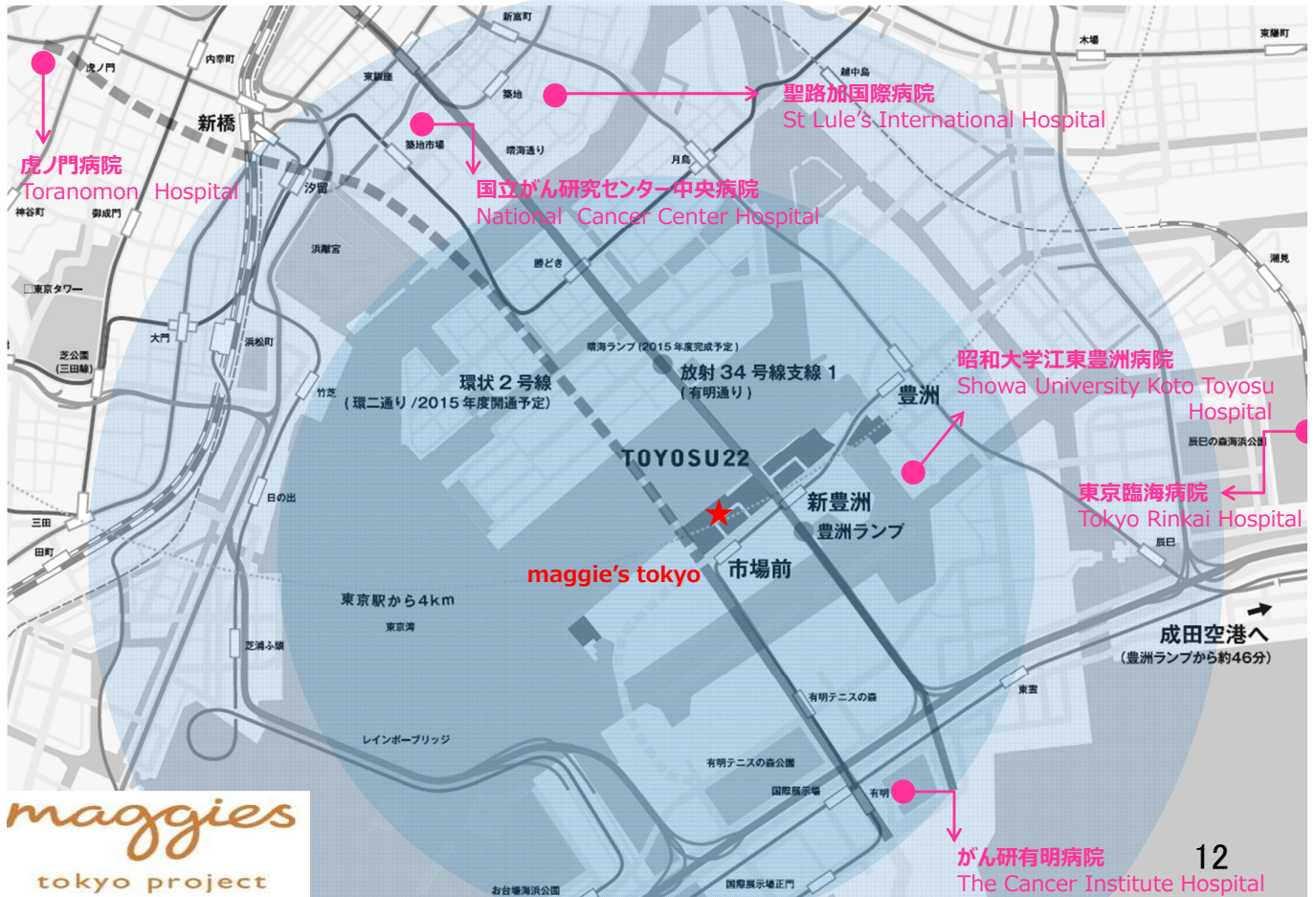
Coates A. Eur J Cancer('83), Griffin AM, Ann Oncol('96), Carelie M. Cancer('02)

身体的苦痛から、心理社会的苦痛・苦悩へ（化学療法の影響） 10

建設用地 豊洲 周辺に複数のがん治療病院



□ maggie's tokyoの建設地は、周辺のがん診療連携拠点病院に近接している。



家庭的で居心地のいい空間

木材をふんだんに使い、材料を寄付してもらいながら、すべてをチャリティで建設。大きなガラス窓が特徴。緑と水面が見える空間



支える、支えられるが循環する場



治療中の当事者の方も、自分にもできることがあると、ボランティアで参加。作り上げるプロセスを共にする意味は大

maggies
tokyo project



14

マギーズセンターの2つの柱

1. 建築・環境

建物そのものが癒しの存在 一誰にでも開かれた癒しの場



マギーズセンターの建築概要

- ・自然光が入って明るい
- ・安全な(中)庭がある
- ・空間はオープンである
- ・スタッフルームからすべて見える
- ・オープンキッチンがある
- ・セラピー用の個室がある
- ・暖炉がある、水槽がある
- ・一人になれるトイレがある
- ・280㎡(84坪)程度
- ・建築デザインは自由

出典:リチャード・ジェンクス

2. ヒューマンサポート

maggie's を訪れる人が必要とする限り、予約なしに立ち寄ることができ、サービスはすべて無料で提供される他、経験を積んだがん専門の医療従事者が常駐し、安心のサポート

①ひとりひとりに寄り添う

心に落ち着き、受け入れることができるまで、そっと寄り添い、話に耳を傾ける

②対等な立場

友達のように寄り添い、傾聴する

③自分らしさをエンパワメント

「自分らしさ」を取り戻す

maggies
tokyo project
15

マギーセンターが大切にしていること

目的：がん種・進行度にかかわらず、がんによる影響を受ける全ての人に支援を提供すること

- 診断・治療に関するその人への影響を変えること
 - がん以外のことを考えられるようにすること
- 自分に立ち戻る、自分の人生で何が大切かを考えられる場所
- 利用者は大きな課題を抱えているが、自分たちでそれを軽減できると思えるようにすること
 - 誰かに聴いてもらえること、心の中にあることを吐き出すこと、話せる空間があること

maggies
16
tokyo project

- 人は、指示されたくない
- 答えを与えるのではない。
 - ⇔人はこのような状況に耐えられるようになりたいのである
- 自分がどうやればいいのかを見つけ出したい
- 一人の人間として接してほしい

マギーセンターでも情報提供をすることがある
あなたにとって何が大切なのかを聴くこと
⇒そのうえでその人にとって必要な情報を提供すること
違う見方ができることを感じてもらうこと
Cueは利用者から発信される

maggies
tokyo project

マギーズ東京開設後イベント含む来場者数

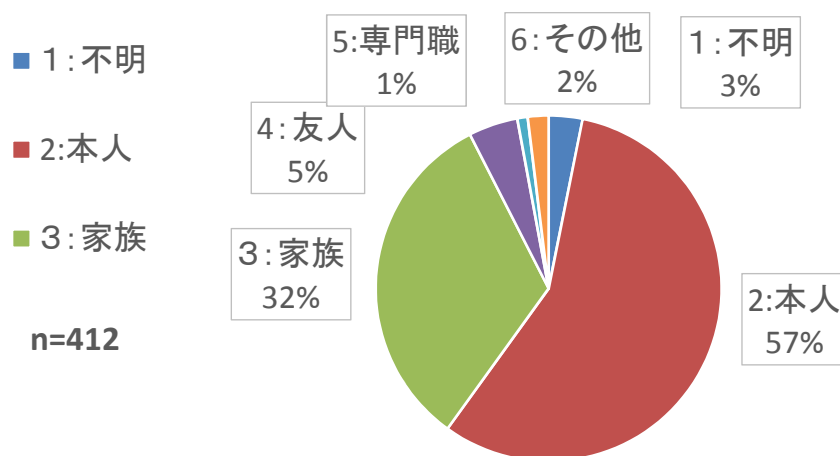
- 10月10日(月・祝日) オープニングフェスティバル
約1,100名
- 10月11日 記念講演会(江東区シビックセンター)
約260名
- 10月22日(土) オープン見学会
(近隣の医師・看護師・MSW・ピアサポーターなど)
220名
- 10月11日以降 電話 見学 来所
23日間の累計 252 199 443(平均19.3名)

HPやFBなど、SNSを介しての情報の拡散が広く進んだ結果、予想をはるかに超える人々が参集した。がん経験者の関心の高さ、情報への反応の速さ、病院以外の場所での相談支援の必要性への期待の大きさがうかがえる。

18

開設1か月の来所者の属性

期間：2016/10/11～11/10



近隣の病院に受診の途中で立ち寄る方も多く、当事者本人が6割弱と高い。家族同伴で訪れる方も多く、家族それぞれの考え方の違いで日々思い悩んでいる姿も多く、それぞれの相談に応じ、話し合える関係の再構築にも寄与。

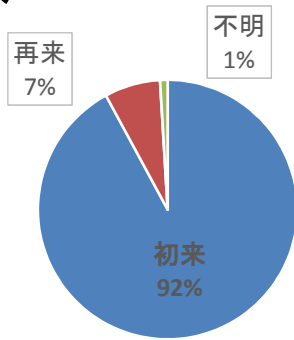
19

開設1か月の来所者の属性

期 間 : 2016/10/11~11/10

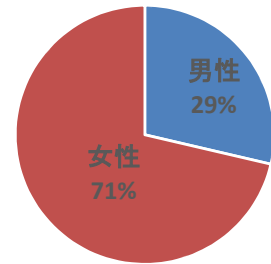
訪問回数

■ 初来
■ 再来
■ 不明
n=418



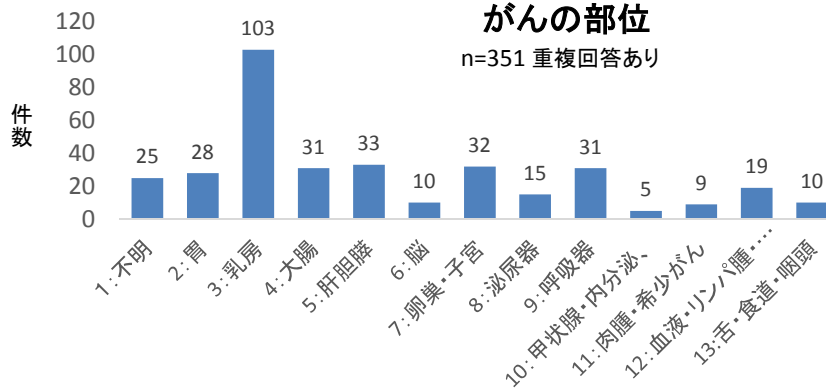
男女比

■ 男性
■ 女性
n=419



がんの部位

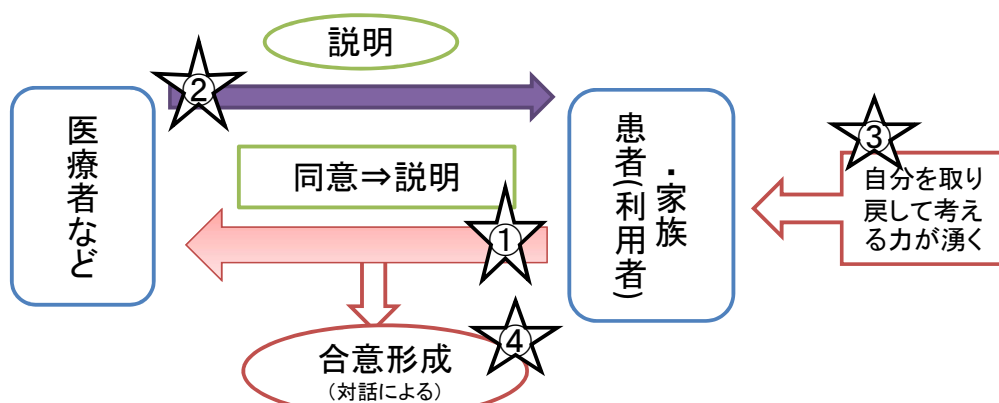
n=351 重複回答あり



20

地域包括ケアの基本理念は・・・ マギーズのヒューマンサポートに繋がる

- 地域包括ケアの基本理念は
「尊厳の保持」と「自立生活の支援」
その最も基本とするところは、本人の選択と、本人・家族の心
構え(自己決定支援の重要性)
マギーズの支援体制は、十分に話を聞くところから始まる



21