

# がんになってもふつうに生活がしたい

宮崎大学医学部附属病院 精神科講師・緩和ケアチーム 船橋 英樹

## 【プロフィール】

- ・北海道苫小牧市出身
- ・2002年宮崎医科大学卒業

2019年4月から1年半、マイアミ大学ミラースクール皮膚科に留学。医学博士、精神保健指定医、精神神経学会専門医指導医、緩和医療学会専門医、老年精神医学会専門医、日本医師会認定産業医。趣味は深夜ラジオを聴くこと、アルコール、佐久間宣行、空気階段、竹内桜子、神田伯山の番組は欠かさない。著書に「がん患者の精神症状はこう診る 向精神薬はこう使う」(共著)。



読者のみなさんは「家、ついて行ってイイですか?」というテレビ東京の番組をご存じでしょうか。優秀な番組を顕彰する「ギャラクシー賞テレビ部門月間賞」を受賞した「特別編…ステージで命を燃やし尽くした男の記録〜」という回を、病棟実習の教材として医学生と一緒に観ています。パンクバンド『オナマシ(自主規制)』のベース&ボーカルであるイノマーの闘病生活に密着したドキュメンタリーなのですが、バンド結成20周年の記念ライブの様子がイノマーが息を引き取る瞬間までを、パートナーの述懐とともに追う構成になっています。

確かに涙腺からあふれてしまう作品なのですが、感動させるために医学生と鑑賞しているわけではありません。緩和医療の専門家として医学生に教えるべき項目、「自分らしく働く(就労支援)」「緩和ケア」「在宅医療」というキーワードが詰まっているからです。

## ▶就労支援とがん対策基本法

2006年に超党派の議員立法で成立し、2007年に施行されたがん対策基本法ですが、当初はがん治療を全国どこでも同じレベルで受けられる環境整備と緩和ケアの普及が目的でした。これらの均てん化が進んだところで、第3期の改正では「従業員ががんになっても雇用継続できるように配慮する」という事業主の責務が明文化され、2024年開始予定の第4期がん対策基本計画では「がんとの共生」を謳い、①就労支援②アピアランス(外見)ケア③がん診断後の自殺対策④その他の社会的問題、などとさらに踏み込む内容になりました。ひと昔前であれば、労働者は病気になったら「職場に迷惑がかかる」という自責の念

や周りからの有形無形のプレッシャーにより退職を余儀なくされていたものが、これからはその人の価値観に照らし合わせた上で、仕事の継続もできるように、という時代を目指すようになったのです。国立がん研究センターがん対策情報センターが作成した「がんと仕事のQ&A」という冊子([https://ganjoho.jp/public/qa\\_links/brochure/pdf/cancer-work.pdf](https://ganjoho.jp/public/qa_links/brochure/pdf/cancer-work.pdf))には「診断から復職まで」「復職後の働き方」「新しい職場への応募」「お金と健康保険」「家事や子育て」の章立てで、どのような心持ちでいられるのか、どこに相談したらよいかなど、きめ細やかにまとまっています。



また、宮崎産業保健総合支援センターでは宮崎大学医学部附属病院、県立宮崎病院、国立病院機構都城医療センター、県立日南病院、県立延岡病院のがん相談支援センターを窓口にして社会保険労務士や保健師の専門家による「治療と仕事の両立」に関する相談に応じています。

([https://www.pref.miyazaki.lg.jp/documents/7107/7107\\_20210126110300-1.pdf](https://www.pref.miyazaki.lg.jp/documents/7107/7107_20210126110300-1.pdf))。

## ▶宮崎県のがん相談支援センター

宮崎大学医学部附属病院 ☎0985-85-1909

(対応時間) 月～金 9:00～17:00【祝祭日を除く】

独立行政法人国立病院機構 都城医療センター ☎0986-23-4111

(対応時間) 月～金 8:30～16:30【祝祭日を除く】

宮崎県立宮崎病院 ☎0985-38-4107

(対応時間) 月～金 8:30～17:15【祝祭日を除く】

宮崎県立日南病院 ☎0987-23-3156

(対応時間) 月～金 9:00～15:50【祝祭日を除く】

宮崎県立延岡病院 ☎0982-32-6181【代表】

(対応時間) 月～金 8:30～17:15【祝祭日を除く】

## ▶相談への対応について

### Q. 利用方法・利用料金は?

A. 主に電話と面談による相談ができます。面談をご希望の場合は、予約制を取っている病院もあります。まずはお問い合わせください。利用料金は無料です。

### Q. 相談したことは主治医や家族に報告されるの?

A. 相談者のプライバシーは厳守されます。内容によって、主治医やご家族に伝えたいほうが良いと思われる場合は、相談者の同意を得てからお伝えします。

「その人の価値観に照らし合わせた上で、仕事の継続もできるように」と前述しましたが、病状の進行を機に「仕事人間としての人生」ではなく、別の生き方をしたいのであれば、熟慮の上で退職を決断されることもあるでしょう。ただ、迷っているときに「慌てて仕事を辞める必要はない」ということは覚えておいてください。

働き世代のがん患者が職を失うことは経済的な悩みに直結しますし、社会的アイデンティティや生きがいの喪失につながり、クオリティ・オブ・ライフ(人生の質:QOL)が著しく損なわれるとされます。「自分らしい過ごし方」を大切に生活を送ることが重要です。

イノマーは、20周年ライブのステージに立つことを「自分らしさ」とし、最後までミュージシャンとして活動することを選びました。がん対策基本法の就労支援に当てはまらない部分もありますが、「自分らしく生きる」意思決定のあり方の一つとして考えさせられます。

## ▶緩和ケア

緩和ケアとは「がんに伴う心と体のつらさを和らげる」もので、終末期/ホスピスケアに限らず、がんの初期、治療経過中も対象になります。がんそのものを取り去る治療ではありませんが、痛みやしびれ、吐き気、呼吸困難、倦

怠感などの身体症状や、うつや不安など精神症状、経済的や心理的な悩みなどの苦痛を予防/緩和し、患者と家族のQOLを改善する取り組みです。苦痛が「自分らしく生きる」ことを邪魔しないために緩和ケアが役立つと思いますので、周りの医療従事者にご相談ください。

イノマーは最期、眠るように亡くなりました。悲しい出来事ではありますが、穏やかな死であったからこそ、遺族は「よく頑張った」「最後まで芸人だった」という気持ちで別れの瞬間を迎えたのだと思います。

## ▶在宅医療

日本財団の調査によると、人生の最期をどこで迎えたいかという問いに58.8%が「自宅」と回答し、「自分らしくいられる」「住み慣れているから」という理由が挙げられました(2021日本財団)。

イノマーは「病院では死にたくない」とずっと言っていたのですが、退院予定日に危篤状態になり、ご家族は「帰してあげたかった…」と落胆します。その後、イノマーは親友峯田くんの訪問から奇跡的に意識を取り戻し、「今が帰るチャンス」と急展開で退院し、数日間を自宅で過ごしましたが、そこで活躍したのが在宅医療です。映像の中でも、イノマーを背負う白衣の男性と、点滴台を運ぶ女性の姿がありましたが、「自宅で過ごしたい」などのニーズを叶えるために、打ち合わせさえできればフットワーク軽く動いてくれるのが在宅医療です。

宮崎県内全域ではカバーしきれていないところはありませんが、終末期を自宅で過ごせるほどに在宅の診療所が充実した地区もあります。病状の変化によって、「病院に戻りたい」などと過ごしたい場所が変わっても大丈夫です。「自分らしく」「ふつうに過ごす」ためのひとつの手段として、在宅医療の活用も検討してください。

最後の方は終末期の話が多くなってしまいましたが、がん初期から終末期まで「ふつうに過ごすこと」を目指して、「生きがいととも」「苦痛少なく」「過ごしたい場所で」がんと共生できる世の中になりつつあります。「それをふつうにできるようにしないとイケないんだよ」と医学生と日々学んでおります。

