

Over Cancer Together  
～がんと共にのりこえよう～  
第5回サイバイバー・スピーキング・セミナー  
開催報告



2018年5月26日  
東京：ベルサール八重洲

第5回目となるOver Cancer Together (OCT) サバイバースピーキングセミナーには、全国から70通の応募があり、その中から、年齢、立場、がん腫などが偏らないよう30名を選考。(直前に体調不良で1名が参加できなくなり、最終的に29名が参加) 選考者にはあらかじめ自身のがん体験から感じた社会的課題について文章作成の宿題を課した。

当日参加者を5つのグループに分け、ゲームを使った自己紹介のアイスブレイキングからスタート。

次にOCT修了生のがんサバイバー3名が現在の彼らの活動について話した。OCTスピーキングセミナーを受ける前は他のサバイバーと変わらなかった彼らが、セミナー修了後、どのように活かされ活動しているか、話を聴くことで、「がん体験を周りに話し、動くこと」の意義を参加者に感じてもらうことが目的である。

その後、医療者、メディア、患者会代表、元厚生労働省のステークホルダーが、それぞれの立場から、がんサバイバーが声を出すことの大切さや、サバイバーに期待することなどについて講演。またランチョンセミナーとして、OCT2期修了生で、米国と日本でがん治療を受け「日米がん格差」の著者であるアキよしかわ氏にランチョンセミナー「米国のアドボケイト活動から学ぶこと」というテーマで講演して頂いた。

彼らの話を踏まえ、自身のがん経験を通じて感じた社会課題を解決するために、どのように自身の体験を周りに伝え、活動につなげるか、それぞれがスピーチ原稿を完成させた。それをグループで共有後、各グループ代表1名が発表した。

最後にオブザーバーとして参加した、医療者、メディア、企業、すでにアドボケートとして活躍している患者リーダーたちがコメントや感想を頂いた。

## セミナー概要

1. 開催日：2018年5月26日(土) / 10:00 ~ 17:30
2. 会場：東京 ベルサール八重洲
3. 主催者：Over Cancer Together 事務局（認定NPO法人キャンサーネットジャパン内）

## 参加者概要

1. 参加者：がんサバイバー（患者のみならず、家族、遺族、ケアをする人など、がんに関わる全ての方を含む）
2. 参加者数：日本全国からの約70名の応募者より、バランスを考えて選んだ30名が参加
3. 年齢：20～60歳代
4. 職業：看護師、会社員、学生、主婦、医師等

## 開催目的

がんサバイバーが自分のがん体験をアドボカシー手段として効果的に公の場でシェアし、社会を動かしていくことに対して主体的に関われる人材の発掘と支援。

## プログラム

タイムテーブル	講義タイトル	登壇者 (敬称略)
10:00-10:10	Over Cancer Together について・今日の流れ	OCT事務局(CNJ)
10:10-10:30	アイスブレイキング ～自己紹介を兼ねたゲームで緊張をほぐしましょう！	中村 あや Pirates of Tokyo Bay 即興パフォーマー
10:30-11:00	OCT卒業生の体験談と活動報告 ～セミナー卒業生の体験談と活動について伺います。	長谷川 一男 (3期) 前田 留里 (3期) 長谷川 智美 (2期)
11:00-11:10	休憩	
11:10-11:30	医療者から、キャンサーサバイバーに期待すること	山内 英子 聖路加国際病院 プレストセンター長 乳腺外科部長
11:30-11:50	メディアを有効に活用するために	橋本 佐与子 MBS毎日放送 報道局記者
11:50-12:20	休憩	
12:20-12:50	ランチョンセミナー *昼食付き 米国のアドボケイト活動に学ぶこと	アキ よしかわ 株式会社グローバルヘルスコンサルティング・ジャパン
12:50-13:00	休憩	
13:00-13:30	プレゼンテーションのまとめ方 体験を伝えるコツと大切なこと	大友 明子 認定NPO法人キャンサーネットジャパン
13:30-14:30	ワークショップ	各自応募時に提出した課題を肉付けしてグループ内で発表。
14:30-14:40	休憩	
14:40-15:00	患者アドボケイト 活動と活動するうえで大切なこと	若尾 直子 NPO法人がんフォーラム山梨 理事長
15:00-15:20	国の政策を知り、患者が出来るロビー活動	武末 文男 厚生労働省 関東信越厚生局 健康福祉部 医事課長
15:20-15:30	休憩	
15:30-16:30	発表&総評	各グループより代表1名 ゲスト総評
17:00-19:00	懇親会	

## 1. アイスブレイキング Pirates of Tokyo Bay 即興パフォーマー 中村あやさん



自身もサバイバーであり、バイリンガルコメディアンでもある中村さんによる、からだを使ったゲーム形式の自己紹介。名前を覚える、相手の顔を見るということが自然にでき、朝の寝ぼけた頭を起こすのにちょうどいい頭の体操にもなりました。ほかの人につられたり、混乱したりして笑いが起きることで和やかなスタートとなりました。

## 2. Over Cancer Together キャンペーンの概要

國村三樹さん

OCTキャンペーンは、がんサバイバーの声で社会を変えよう、というフィロソフィーのもと誕生しました。当時NPO法人日本医療政策機構で、プログラム設立メンバーの國村さんより、2012年にLIVESTRONG財団とACS(America Cancer Society)米国対がん協会からの助成金で立ち上げたOCTキャンペーンの発足当時の話から現在までの実績について説明しました。



## 3. OCT卒業生の体験談と活動報告

— 3期長谷川 一男さん、3期前田 留里さん、2期長谷川 智美さん —



メディア、ブログ、患者委員等各方面で活躍されている、長谷川一男さん、前田留里さん、長谷川智美さんの3名が、体験談を話すことで何が変わるか、何が変わったのか。参加者は同じ「サバイバー」の3名が語る体験談を聞くことで、そのパワーを実感しました。



## 4. 医療者からサバイバーに期待すること — 聖路加国際病院 山内英子先生



OCTの立ち上げから暖かく見守ってくださっている山内英子先生。医療者の視点から期待すること、患者さんへより良い医療を提供したいという熱い思いと、これから発信を始めようとする参加者へのエールをいただきました。

## 4. メディアを有効活用するために — MBS毎日放送 橋本佐与子さん

活動や情報を発信する上で必ず関わっていく「メディア」。講師としてMBS毎日放送の記者橋本佐与子氏にお越しいただき、上手に付き合うコツ、メディア側ががんに関する番組を作る際に気をつけていること、取材する側からのアドバイスをいただきました。



## 6. ランチョンセミナー 米国のアドボケイト活動に学ぶこと —

株式会社グローバルヘルスコンサルティングジャパン アキよしかわさん



「日米がん格差」を執筆されたアキ吉川さんに、日本とアメリカのがん治療を取り巻く環境の違いから、アメリカにおける病院の情報開示の実情、そしてご本人がハワイで取得したキャンサーナビゲーターについて、等々、多方面から日米の違いを浮き彫りにした大変興味深いお話を伺いました。

さて、さまざまな立場の方から、がんサバイバーに期待することをお伺いしたあとは、それをふまえた体験談作成です。文章の組み立て、いくつかのコツを聞いたあと、実際に作成しました。ペアやグループワークを通して、お互いの体験談を発表していました。



## 患者アドボケイト 活動と活動する上で大切なこと 若尾直子さん

山梨まんまくらぶ代表、NPO法人フォーラム山梨 理事長である若尾直子さんよりいかに行政・企業・医療者に働きかけ、様々な活動を具現化してきたかの極意を、ご自身の活動体験を交え、具体的なアドバイス、すぐに使えるコツを伝授していただきました。



## 国の政策を知り、患者が出来るロビー活動 武末文男さん

がんの体験談を発信し、社会を変えようと思ったら、国がどんながん対策をしているのかを知る必要があります。我が国のがんの状況、がん対策の歴史、これまでの取り組みとその成果、就労やがん登録など、国として今取り組んでいる課題について、奈良県での画期的な取り組みを先導した経験をお持ちの厚生労働省 関東信越厚生局 健康福祉部厚生課長 武末文男さんにお話しいただきました。



## 発表

時間の都合で各グループ1名でしたが、がんと就労の問題、がんで父を亡くした遺族の取り組み、治療中の託児問題など、実際に体験したからこそ語れる強いメッセージを発表してくださいました。一日の講義を受けただけで、これほどまでに説得力のある発表が出来るものなのかと、参加者、主催者共に、満足感に満ちた時間を共有することが出来ました。



がんにさまざまな立場に関わり、第一線で活躍されている皆様より、総評として、感想と激励の言葉をいただきました。

Japan for LIVE STRONG リーダー  
ビンジー・ゴンザルボさん

日本対がん協会  
がんサバイバークラブ マネージャー  
横山光恒さん

LAVENDER RING  
月村寛之さん



日本対がん協会 事務局長  
岡本 宏之さん



ピアアポーター  
浪瀬 耕造さん



看護師・乳がんサバイバー  
米倉 公子さん



耳下腺がんサバイバー  
浜田 勲さん

## 修了式/懇親会

セミナー終了後は、隣室の懇親会会場で、修了証授与式を行いました。カジュアルな雰囲気の中、受講者、講師の方、パネルの方、さらに卒業生も参加し、ネットワークを広げました。今回も新たなパートナーシップが生まれたようです。



## 終了後

FacebookのOCTグループメンバーのページで世代、疾患、地域を超えたコミュニケーションが継続している。又、今年は体験談を話す場として、同年8月の第5回ジャパンキャンサーフォーラムにて、第5期から8名が体験談を完成させ、100名を超える聴衆の前で発表した。

## 参加したサバイバーの声

### 『新しい扉を開く「きっかけ」を作ってくれて感謝』

第5期 山本翔太

OCTスピーキングセミナーや、がんサバイバーの声を聴こう！に参加したことで、がんになってからも新たな目標を持つ事ができ、嬉しい事にひとつひとつ目標を実現する事ができました。その「きっかけ」を与えてくださりありがとうございます。

OCTで得られたことは、伝え方のノウハウを学んだだけでなく、伝える事の重要性に気付けたことです。また、勤めている会社に病気に対する理解や気持ちを勇気を持って伝えた事で、治療と仕事の両立に対する会社の風土や制度を変えていく活動を社内で行うきっかけにも繋がりました。OCTに参加した事で、会社に伝える勇気を貰う事ができました。

### 『私のミッションを具現化するプロセスを発見させてくれた場所』

OCT5期 千祥

3年前妹を乳がんで見送り、私自身2度目の乳がんに罹患。がん治療は進歩していましたが、周囲の誤解や無理解を依然として感じた私は、OCT参加後「キャンサー・サバイバー・ネクスト・ドア」という活動を始めました。がんとは無縁と考えている人と、がんサバイバーをミックスしたパーティを開催し、その中にサバイバーのスピーチを設けるというものです。勉強会でもシンポジウムでもなくパーティなのは、一緒に楽しみ、知り合うことで意識を変えることができるのでは？と考えたのです。継続することで大きく開けていったOCT卒業生の活動を目のあたりにしているから、私も焦らず続けていこうと思っています。OCTは、ミッションを見つめ、具現化することを教えてくれた、貴重な場所なのです。

## 参加した医療者の声

### 『心を動かす力を得るために』

元 厚生労働省医系技官

現在 大分県中津市民病院緩和ケアセンター長 武末文男

がんの時代といわれながら周囲の人の理解を得ることは難しいという現実がある。その理由として、20歳までにがんになる人は500人に1人、60歳になっても10人に1人弱しかいないからだ。その数少ない経験を持つ人たちが社会に訴えようとしているが、どうすればよいのかわからずに辛い思いをしている。

昨年、それに立ち向かおうという志を持った人が集い、社会を動かしていく力を得て活動を始める瞬間を目撃し、今でも心を揺さぶられている。