がんと共に生きる
～16年間の歩み～

ライフトピアスクール受講生　　仲良し組
宗像　若菜

2012年10月7日

1.私のプロフィール

がん経験者に
見えないでしょ？！

春日井市出身、現在名古屋市在住

おとめ座　　B型

性格：社交的、明るい、頑固な面あり

趣味：旅行（海外・国内）ホットヨガ
美味しいものを食べる

関心事：チャイルドケモハウス、マクドナルドハウス

生活信条：苦しい時こそ、笑顔をつくる

好きな言葉：幸せは自分の心が決める

2.軟部肉腫との付き合い

平成8年7月　小牧市民病院にて手術（血管腫と診断）

平成8年8月　名古屋大学付属病院、整形外科へ緊急入院。
「軟部腫瘍」と診断　即日治療開始
範囲拡大手術（2回）
化学療法　12回

平成9年8月　化学療法完了、転移・再発なく経過観察
民間療法へ切り替え

平成13年頃　一切の治療から逃げる
定期健診からも逃げる

平成23年8月　約10年ぶりに名大病院を受診。
「完治」の言葉をもらう

平成23年10月　ライフトピアスクールへ初参加

3.入院中・闘病中の思い

① 抗がん剤による副作用 → 人に会うのが怖い

自分の外見に対する嫌悪感

② 学校へ通えないことへの悲しみ

→ 友達において行かれる焦り・疎外感・孤独

病気に対する恐怖よりも「自分の生活が変わってしまった」ことへの悲しみが強かった。進学や恋愛、青春を謳歌する友人達と、自分の境遇との違いを受け入れることが出来なかった。

4.退院後・進学・就職後のこと

① 再発・転移の恐怖。
将来に対する漠然とした不安を抱えながらの生活。
少しでも体に不調があると再発したかもと不安に駆られる。
かといって、二度と治療を受けるのは嫌だ！！

➡ がんと向き合うことから逃げる

② がんであったことを隠す日々

進学や就職に不利になるという理由から、がんであることを打ち明けることが出来なかった。

友人や恋人に話す機会もあったが、自分の気持ちを理解してもらうことが出来ず、苦しかった。
また、自分自身の気持ちの整理もできておらず、気持ちを伝える術もなかった。

➡ 「偽りの自分で生活」「気持ちを理解してもらえない孤独」

一人で抱えた「想い」はどんどん蓄積されて・・・
15年の月日が流れる・・・。

5.15年目～たどりついた答え～

がんになって苦しかったこと、辛かったこと、悲しかったこと、それでも**頑張ってきたこと**、**頑張った自分を誇りに思う**こと、全ての気持ちを受け入れることが出来た時にようやく・・・。

ありのままの自分を受け入れることができた

「がんと共に生きる」という発想の転換へ

小児がんのシンポジウムに参加

がんを経験した私だからこそ、できることが何かあるはず。
支援される側からする側へ。自分の経験を役立てたい。

6.ライフトピアスクールについて

① 「受け入れてもらえる」安心感

受講生の皆さんが私の話を親身に聞いてくれたことが、
涙がでるほど、本当に嬉しかった。
「孤独感」を解き放つことができ、前向きな気持ちを
維持できるようになった。

もっと早くに
出会えていればなぁ・・・。

② 家族への感謝の気持ちがうまれた

支えてくれた家族も、私以上に辛く、悩んでいたかも
しれないということに気づかされた。「がん」は家族にも大き
な影響を及ぼし、その中で必死でサポートしてくれた、
親の深い愛情に、ただただ感謝。
この気持ちは、もしかしたらスクールに参加しなければ、
気づけなかったかもしれない。

7.願い、そして未来へ

1

- がんや病気であることで、虐げられることのない、垣根のない社会となりますように！！

2

- 思春期世代のがん患者にもっと理解と支援を！！

3

- がん患者や支援者が自信をもって生きられますように！！

ご清聴ありがとうございました！！

今まで支えてくれた家族・友人・ご支援いただいた全ての方々に感謝します。
私の経験がいつか誰かのお役にたてるよう、これからも胸を張って生きていきます。