

短 報

乳がん患者のためのピアサポート活動
「聖路加スマイルコミュニティ」の実績報告
—乳がん体験者ボランティアと看護専門職の
協働的パートナーシップによる取り組み—

大坂和可子¹⁾ 矢ヶ崎 香²⁾ 金森 亮子³⁾ 玉橋 容子⁴⁾ 金井 久子⁴⁾ 我妻 志保⁵⁾
細川 恵子⁴⁾ 東 由紀恵⁴⁾ 大畑 美里⁶⁾ 鈴木 久美⁷⁾ 小松 浩子²⁾

Report of Peer Support Service ‘St. Luke’s Smile Community’ for Breast Cancer Patients : Implementation through a Collaborative Partnership with Breast Cancer Survivor Volunteers and Medical Professionals

Wakako OSAKA, RN, PHN, MS¹⁾ Kaori YAGASAKI, RN, MS, CNS²⁾
Akiko KANAMORI, RN, MS³⁾ Yoko TAMAHASHI, RN⁴⁾ Hisako KANAI, RN, CN⁴⁾
Shiho WAGATSUMA, RN, CN⁵⁾ Keiko HOSOKAWA, BSN⁴⁾ Yukie HIGASHI, RN⁴⁾
Misato OHATA, RN, MS, CNS⁶⁾ Kumi SUZUKI, RN, PhD⁷⁾ Hiroko KOMATSU, RN, PhD²⁾

[Abstract]

A woman who had participated in the former support program for women with breast cancer run by St. Luke’s college of Nursing Research Center for Development of Nursing Practice urged us to develop a new support service. Because she and the other patients suffered from feelings of isolation, they needed to talk with women who had similar experiences for mutual support. We had opportunities to discuss how to make a realistic plan from this idea with breast cancer survivors. A collaborative partnership with breast cancer survivor volunteers and medical professionals was developed and provided the support service.

We started a bi-monthly peer support service, ‘St. Luke’s Smile Community’, for women with breast cancer who had concerns associated with breast cancer, from October 2008 through July 2010, that served a total of 28 breast cancer patients (1 before surgery and 27 after surgery). The average age of participants was 49.82 years, the majority of whom (n=16) had completed surgery less than one year ago. Participant responses were generally positive. However, we still need to: (1) establish a system for continuing this support services; (2) review and strengthen the management system and (3) continue to upgrade volunteer’s communication skills.

[Key words] breast cancer, peer support, community, volunteers, collaborative partnership

1) 聖路加看護大学 成人看護学 (慢性) St. Luke's College of Nursing, Adult Nursing (Chronic Illness and Conditions Nursing)

2) 慶応義塾大学 看護医療学部 Keio University Faculty of Nursing and Medical Care

3) 東邦大学医療センター大森病院 Toho University Medical Center Omori Hospital

4) 聖路加国際病院 St. Luke's International Hospital

5) 前プレストクリニック築地 Formerly with the Breast Clinic TSUKJJI

6) 聖路加看護大学 看護実践開発研究センター St. Luke's College of Nursing, Research Center for Development of Nursing Practice

7) 兵庫医療大学 看護学部 Hyogo University of Health Sciences, School of Nursing

〔要 旨〕

聖路加看護大学看護実践開発研究センターではナースクリニックとして乳がん女性のためのサポートプログラムを開催している。プログラム参加者の提案をもとに、乳がん体験者と看護専門職との協働的パートナーシップにより新たなピアサポート活動を構築した。この提案は、仲間と出会う前に、乳がん体験により孤立感を感じ同じ体験を持つ人に誰にも言えない気持ちを話したいと感じた経験に基づくものであった。

2008年10月より、研修プログラムを受講した先輩乳がん体験者ボランティアと看護専門職が協働し、悩みを持つ乳がん患者のためのピアサポート活動（「聖路加スマイルコミュニティ」）を開始した。月に2回の頻度で相談活動を行い2010年7月末日までに28名の乳がん患者（術前1名、術後27名）が利用した。利用者の平均年齢は49.82歳、利用時期は術後1年未満が最も多く16名であった。利用者の反応はおおむね良好であったが、今後は（1）活動を維持するための体制づくり、（2）運営体制の見直し、（3）ボランティアのスキルアップが求められている。

〔キーワード〕 乳がん、ピアサポート、コミュニティ、ボランティア、協働的パートナーシップ

I. はじめに

近年、わが国における乳がん罹患者数は年々増加している¹⁾。乳がん患者は、治療の副作用、再発や病状の進行への不安、ボディイメージの変化、仕事への復帰のタイミング、周りの人々にどう自分の病気を伝えるかといったコミュニケーションなど、乳がんであることや治療を受けることに伴い生じる様々な悩みに対処しながら生活しなければならない。

このような患者に対する心理・社会的な側面への支援においてサポートグループの有用性が実証されている²⁾。本学でも聖路加看護大学21世紀COEプログラムでの市民主導型の健康生成を目指した市民が主人公のケア：People - Centered Careの創生に向け「乳がん医療を受ける女性が主人公となる『患者中心のがん医療システム』の開発」³⁾の一環として、2004年から「乳がん女性のためのサポートプログラム」を開催し現在も継続している。このプロジェクトでは、乳がん体験者と専門職とのパートナーシップ形成に向けサポートプログラム参加者の中から運営に参与する乳がん体験者（以下コアメンバーとする）を募集し定期的にミーティングの開催を試みた。コアメンバーはよりよいプログラムに向けての意見を提示するパートナーとして徐々に力を発揮した。さらに「このサポートプログラムに参加して元気がもたらされた」「今度は自分が他の患者に元気をあげる番だと思う。月に1度のこの会だけでなく悩みを抱えた人がふと気軽に立ち寄り、同じ体験を持つ私たちに生活上の工夫について質問でき、誰にも言えない気持ちを自由に話せる場所を作りボランティアとして活動したい」という乳がん体験者自身のまなざしから新たなケア提供への提案が出されるまでになった。

この提案の実現に向け乳がん体験者と看護専門職によ

る意見交換を重ねた結果、先輩乳がん体験者がボランティアとして悩みを抱えた乳がん体験者のサポートを専門職と協働で行うピアサポート活動（『聖路加スマイルコミュニティ』）を構築し2008年10月より活動を開始した。本稿では乳がん体験者との協働的パートナーシップに基づくピアサポート活動構築までの歩みとピアサポート活動の実際および今後の課題について報告する。

ピアサポート活動構築までの経緯は、乳がんサポートプログラムコアメンバーとの会議録やワーキンググループの会議録をもとにピアサポート構築までのプロセスとその方法や内容を整理した。活動開始後の実績は、利用者に同意を得た上で記載した記録から、個人が特定されないよう配慮し利用者の背景と相談内容をまとめた。

II. 乳がん体験者との協働的パートナーシップに基づくピアサポート活動構築までのプロセス

1. 活動のビジョン・方向性・内容の検討

活動の立ち上げに関心のあるコアメンバーと乳がん女性のためのサポートプログラムに関わる看護専門職からなるワーキンググループを立ち上げ、活動のビジョン・方向性・内容の検討を行った。2007年1月にアイデアが出された後、どのような活動を目指すのか意見を出し合うミーティングを行い、活動の利点、ボランティアとして相談を受ける際の心配事や留意点を話し合った。また、既存の乳がん体験者によるボランティア活動支援を行っている看護専門職者より講義を受けボランティアの心得を理解し具体的な内容を検討した。コアメンバーの意見は検討を重ねるにつれサービスを利用する立場からの理想的な意見から、ボランティアとしてサービスを提供する立場からの現実的な意見へと変化していった。結果として、ボランティアとして活動するには知識を得

表1 乳がん体験者ボランティアへの教育内容

	学習テーマ	学習方法
Part I	ボランティアとしての基本的知識・態度・役割	講義とディスカッション
Part II	乳がんの病態や治療に関する基本的知識と健康資源	講義とディスカッション
Part III	コミュニケーション技術や支援者としての態度 1	講義とディスカッション
Part IV	コミュニケーション技術や支援者としての態度 2	ロールプレイング

表2 年齢別利用者数

年齢	人数 n=28
40歳未満	0 (0%)
40歳以上50歳未満	17 (60.1%)
50歳以上60歳未満	7 (25.0%)
60歳以上70歳未満	4 (14.2%)
70歳以上	0 (0%)

表3 利用者の相談内容件数
(1人の利用者につき相談内容は複数あり) n=28

相談内容	のべ相談件数
気持ちの持ち方について	21
治療の副作用について	18
同じ手術や治療を受けた人と話したい	18
治療と生活について	15
仕事について	12
術後の治療について	11
家族や友人との関わり方	11
医師、看護師との関わり方	9
乳房再建について	5
費用・経済的なことについて	5
セクシャリティについて	1

必要があること、定期的な開催のためにはボランティア数の確保が必要であること、誰がいつボランティアを行うかなど全体を把握する取りまとめ役を決め組織を作る必要があることなどが明らかとなり、乳がん体験者ボランティア獲得と育成、組織づくりの検討へ進んだ。

専門職が乳がん体験者と協働する上では、専門職側の価値観や考えを押し付けることなくメンバーの考えを引き出すこと、そのためにはじっくりと話を聞き、時には待つこと、必要に応じて医療の現状や限界からかけ離れていないかを見極め専門職としての意見をしっかりと伝えることに努め、協働的パートナーシップの体制として対等な関係が維持できるように関わりを持った。

2. 乳がん体験者ボランティアの獲得と育成

ワーキンググループでの意見交換を踏まえ「乳がん女性のためのサポートプログラム」参加者に、本活動の概要とボランティア参加は自由意思であることを説明した上で新たにボランティアを募集した。2007年10月から2008年3月にかけてワーキンググループメンバーとボランティア希望者合わせて16名を対象に計4回の講義



写真1 相談時の様子

およびロールプレイングによる体験学習を行った(表1)。この教育内容はワーキンググループから出された意見と既存の乳がん体験者ボランティア活動⁹⁾におけるボランティア教育プログラムを参考に作成した。

3. 組織づくりの検討

ボランティアの組織づくりでは、ボランティアの意見の取りまとめ、専門職との連絡調整、活動開始後のシフトの調整などの役割を担う代表者を複数名決定した。また、専門職の組織づくりでは、乳がん体験者ボランティアの活動が医療の一端を担えるサービスとなるよう聖路加国際病院プレストセンターの医師および看護師複数名と意見交換を行い、専門的な立場から留意することやフォローアップ体制について話し合い、ボランティアメンバーにフィードバックした。さらに双方が顔合わせを行い運営の方法について話し合い、合意を得た上で活動の方針や具体的な内容を決定した。

4. 具体的な活動内容

ボランティアや医療専門職との意見交換により具体的な活動内容を導き出した結果、本活動は「乳がんになっても治療と生活を上手に両立させながら笑顔で毎日が過ごせるように」との願いを込め『聖路加スマイルコミュニティ』と名づけた。8~10名程度のグループ構成で体験者同士が話し合うサポートプログラムと違う、一人ずつ時間を確保し先輩体験者(乳がん体験者ボランティア)と治療への対応や生活上の工夫などについて自由に話ができる個別相談を行うこととした。これは「サポートプログラムではさまざまな意見や体験が聞けることはよい



図1 3つ折リーフレットとPRポスター

ことであるが、人数が多く自分の聞きたいことが十分に聞けないこともある」といったコアメンバーの体験に基づくものであった。

相談体制は、体験や知恵に幅がでるよう乳がん体験者ボランティア2~3名と看護専門職1~2名が対応することとした。看護専門職は、正しい情報が提供されているかを確認し必要に応じて修正しボランティアが安心して話ができるよう参加することとした(写真1)。

広報は、聖路加国際病院プレストセンターおよびオンコロジーセンターにチラシやリーフレットを置き(図1)、看護ネット上に情報を掲載した⁵⁾。また、予約制とし聖路加国際病院プレストセンターの看護師が予約の窓口となるよう体制を整えた。

相談を受ける際にボランティアは、利用者に相談内容の統計をとるために記録すること、個人が特定されないようにまとめることを説明し、同意を得た上で相談内容を記録することとした。個人情報保護のために記録はその場で記載し家に持ち帰らないこと、メモも持ち帰らずにシュレッダーにかけることを周知徹底し、記録ファイ

ルは鍵のかかる棚に保管した。また、今後の活動に役立てるために意見カードを利用者に手渡し、無記名で返送してもらうこととした。

Ⅲ. 活動の実際

本活動は、前述したプロセスを経て2008年10月30日から開始した。活動開始から2010年7月末日までの活動状況を以下に述べる。

1. 活動実績

2008年10月30日から2010年7月31日までに計40回開催した。うち計27回ゲストの利用があり、延べ31名が利用した。複数回利用者(2回利用2名、3回利用1名)がいたため、利用人数としては計28名(術前1名、術後27名)であった。

利用者の年齢は40歳代が最も多く(17名)、次いで50歳代(7名)、60歳代(4名)であり、40歳未満および70歳以上はいなかった(平均年齢49.82歳)。利用時

期は術後1年未満が最も多く(16名)、次いで術後1年以上2年未満(8名)が多かった(表2)。

相談内容の単純集計により最も多かったのは乳がんを罹患してからの「気持ちの持ち方について」(21件)であった。次にホルモン療法など長期間継続しなければならない「治療の副作用について」(18件)であり、「同じ手術や治療を受けた人と話したい」(18件)と相談に来る利用者も多かった(表3)。

利用者の無記名意見カードからは、同じ体験を持つボランティアと話ができてよかった、乳がんであっても元気な姿を見て安心したなどの意見が多くおおむね良好な反応であった。乳がんと診断され治療開始から間もない利用者の中には、体験者と話をするのが初めての利用者もあり、誰にも言えずにいた本音を涙で語る場面もあった。多くの利用者はボランティアとなごやかな雰囲気では体験や知恵を分かち合っていた。

2. 乳がん体験者ボランティア教育とボランティア登録

活動開始後の2009年に第2期のボランティア募集を行い希望者に対しボランティア教育を実施した。ボランティア登録人数は2008年度16名、2009年度17名、2010年度15名(2010年7月末日現在)であった。1年毎の更新時に体調や家族の都合などで辞退するボランティアがいたが、新たな募集によりボランティア数を維持することができた。ボランティアメンバーはサポートプログラム終了後にミーティングを開催し、活動状況の共有や運営に関する連絡事項・意見交換を行った。また、半年ごとの任期で主にシフト調整とメンバーとの連絡調整、スタッフとの連絡調整を行う係(2~4名)を設けた。多数のボランティアメンバーが順番に運営に関わる経験を持ち現実的な意見交換ができたが、一方で負担を感じるメンバーもあり、運営体制の見直しが必要となった。

相談の場で看護専門職は、乳がん体験者ボランティアが利用者の話を聞くことで気持ちの揺れや負担を感じていないか確認しながら振り返りを行い、利用者への対応に対するフィードバックやフォローを行った。

IV. 考察および今後の課題

乳がん体験者の声から乳がん体験者自身が必要とするケアサービスを構築し実践する上で、試行錯誤と話し合いによるプロセスは重要であったと考える。Lurieら⁶⁾によれば、専門職者と非専門職者との間における協働的パートナーシップの特徴は、「(1)力を分かち持つこと、および専門知識とわざの伝え合い、(2)双方の合意に基づく患者中心の目標の追求、(3)すべてのパートナーの積極的な参加と合意を要する流動的な過程」の3つである。この3つの特徴ははじめから安定した形で維持されるも

のではなかった。話し合いを重ねてお互いの考えを知ることを通して、少しずつ協働的パートナーシップの関係性へ変化していったと考えられる。この協働的パートナーシップによる試みから看護師には伴走者としての役割があり、患者には問題を解決する方法を見出し実施するうえで必要不可欠なパートナーとして重要な役割があることが確認できた。

また、利用者は40~50歳代の仕事や家庭で責任を持ち役割を担う世代で、治療開始から1年未満の乳がん体験者と話をした経験がない者が多い傾向にあった。本活動は、他の体験者と出会い、乳がんであっても元気に過ごせることを知るきっかけとなり、がんサバイバーシップへの一歩を踏み出す支援につながると考える。さらに、乳がん体験者ボランティアが自分自身の乳がん体験を活かし、不安や悩みを抱えている乳がん患者の生きることへの力添えの一端を担うことは充実感を得ることにつながるであろう。

本活動における今後の課題は、活動を維持し安定した形で提供するための体制作り、運営体制の見直しと強化、ボランティアのコミュニケーションスキルの向上などであると考える。今後も、ボランティアメンバーと話し合いながら課題を解決し双方に成長を遂げるよきパートナーとしてあり続けたい。

謝辞

この活動を企画・運営するにあたりご協力いただき共に歩んできた乳がん女性のためのサポートプログラムコアメンバーおよび聖路加スマイルコミュニティボランティアの皆様へ心より御礼申し上げます。また、この活動へのご理解とご配慮をいただきました昭和大学医学部乳腺外科・中村清吾教授(前聖路加国際病院プレストセンター長)、聖路加国際病院・山内英子プレストセンター長、プレストクリニック築地・猿丸修平院長他、多くの皆様に多大なご協力を賜りましたことを心より感謝申し上げます。

なお、本活動の一部は聖路加・テルモ共同研究事業として実施したものである。

引用文献

- 1) 国立がんセンターがんの統計編集委員会. 部位別がん粗罹患率推移(1980年~2003年). がんの統計 09. http://ganjoho.jp/public/statistics/backnumber/2009_jp.html (cited 2010-11-1).
- 2) Zabalequi A, et al (2005). Nursing and cancer support groups, *Journal of Advanced Nursing*, 51(3), 369-381.
- 3) 聖路加看護大学 21世紀 COE プログラム. (2008). 日本型がん看護 日本型がん集学的アプローチのためのケア提供システムの開発, 21世紀 COE プログラム

- 市民主導型の健康生成をめざす看護形成拠点研究成果
最終報告書, 18-22.
- 4) 西貝圭子. (2007). サポートグループ—その実情と
今後の発展に向けて「病院訪問ボランティアとしての
希望」, 第 21 回日本がん看護学会学術集会抄録集, 21
(2), 121-122.
- 5) 聖路加看護大学. 聖路加スマイルコミュニティ. 市
民と看護職をつなぐコミュニティサイト看護ネット.
http://www.kango-net.jp/project/02/02_2/p02_07.html
(cited 2010-11-1).
- 6) Laurie N. Gottlieb, Nancy Feeley, Cindy Dalton.
(2005). *The Collaborative Partnership Approach to Care
A delicate Balance (First Edition)*, 吉本照子 監修.
44. カナダ：エルゼビア・ジャパン株式会社.