

【パネリスト】岩崎基氏、高橋都氏、江川美保氏、保坂隆氏 【モデレーター】小西郁生氏、平岡真寛氏 【司会】植月百枝氏(フリーアナウンサー)



SGH財団 公益財団法人SGH財団は、国際的で活力ある社会の創造に向け、多面的かつ幅広く社会活動に寄与することを目的として、教育・文化、医療・福祉、経済・産業等の振興・発展を図るための研究及び事業への助成等を行っています。

がんと言われた時から

～毎日を健やかに過ごすには?～

がんは医学の進歩によって、完治しないまでも長く付き合っていくことのできる『慢性病』へと変わってきました。それでも、がんと告げられれば本人や家族は衝撃を受け、様々な試練や悩みに直面することになります。公益財団法人SGH財団がオンライン配信した第22回市民公開講座「がんと言われた時から～毎日を健やかに過ごすには?～」では、治療

後の生活で気をつけることや仕事との両立、周囲とのコミュニケーションの取り方、そして心の持ちようなどについて、分野の異なる4人の専門医がそれぞれ講演しました。全国から2400人以上の方が視聴申し込みするなど関心は高く、後半には視聴者の質問に答える形でパネルディスカッションが行われました。

あいさつ

がんとの共生考える機会に

栗和田 榮一氏 公益財団法人SGH財団理事長



日本人の2人に1人が、一生のうち一度はがんになると言われており、がんと言われた時からの日常生活や治療を考えると、また治療後も毎日を健やかに過ごすための情報を分かりやすく解説していただけます。がん患者が自分らしい生活を保ち、安心して暮らすことができる社会を実現するためには、全ての国民が正しい知識を持つこと、誰もが適切な医療や支援を受けることが重要です。この講座を、がんとの共生と一緒に考える機会にしたいと思っています。

パネルディスカッション

視聴者からの質問と回答

Q 「仕事と治療の両立は難しい」とよく聞きます。高橋都氏は、仕事と治療の両立をどうお考えですか?
A 高橋 大事なことはまず、自分の権利や病状の経過、治療のスケジュールなどがしっかりと分かることです。大きな決断は先延ばししてほしくない。がん治療は月進歩で、進行がんでも仕事は続けられることが多いです。復職のタイミングは、必ず主治医や上司、周囲の方と一緒に考えていただきます。

Q 「がん診断されたら、どうしたらいいか」という不安を抱えている方が多いと思います。江川美保氏は、がん診断を受けた後の心持ちをどうお考えですか?
A 江川 「がん治療を早く始めるには、主治医と相談しながら進んでいくことが大切です。がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

Q 「がんを診断されたら、家族との関係が難しくなる」と感じる方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の家族との関係についてどうお考えですか?
A 保坂 一人でも悩まず、家族を共有し一緒に考えたいです。

Q 「がんを診断されたら、自分の人生がどうなるか」という不安を抱えている方もいらっしゃると思います。岩崎基氏は、がん診断を受けた際の自分の人生についてどうお考えですか?
A 岩崎 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

「がんと生きるための、こころの持ち方は?」

Q 「がんを診断されたら、生活がめんどくさくなる」と感じる方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の生活のめんどくささについてどうお考えですか?
A 保坂 がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。



保坂 隆氏 保坂サイコソングロジッククリニック院長
1977年慶應義塾大学医学部卒。米UCLA精神科留学を経て2017年から現職。日本サイコロジジ学会認定登録精神科医。

「健全思考」人生幸福に
色に感動している間は、うつ状態に陥りやすくなります。うつ状態に陥らないためには、色に感動する時間をうまく活用することが大切です。

Q 「がんを診断されたら、自分の人生がどうなるか」という不安を抱えている方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の自分の人生についてどうお考えですか?
A 保坂 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

「がん治療後のより良い生活、快適な毎日」 ～「女性のがん」と生きることを中心に～

Q 「がんを診断されたら、生活がめんどくさくなる」と感じる方もいらっしゃると思います。高橋都氏は、がん診断を受けた際の生活のめんどくささについてどうお考えですか?
A 高橋 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」



江川 美保氏 京都大学医学部附属病院産科婦人科助産師
2005年京都大学大学院医学研究科博士課程修了。14年から現職。日本産科婦人科学会認定産科婦人科専門医、指導医。

「妊産性温存の可能性も」
通常の排卵周期では、1か月間に卵巣から1個、受精可能な卵が放出されます。「妊産性温存療法」は、これを前もって保管するもので、注射や飲み薬で卵巣を刺激して卵子を育て、採卵して体外受精を行います。

Q 「がんを診断されたら、自分の人生がどうなるか」という不安を抱えている方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の自分の人生についてどうお考えですか?
A 保坂 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

「がん治療中・治療後も仕事を続けるために」

Q 「がんを診断されたら、仕事と治療の両立が難しい」と感じる方もいらっしゃると思います。高橋都氏は、仕事と治療の両立についてどうお考えですか?
A 高橋 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」



高橋 都氏 NPO法人日本がんサイバリーシップネットワーク代表理事
2000年東京大学大学院医学系研究科修了。20年から現職、東京慈恵会医科大学医学部客員教授。日本医師会認定産業医。

「仕事と治療 両立を目指す」
がん診断後の働き方は個人差が大きいです。がん治療と仕事を両立させるには、自分の強みや弱みを把握し、無理をしないことが大切です。

Q 「がんを診断されたら、自分の人生がどうなるか」という不安を抱えている方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の自分の人生についてどうお考えですか?
A 保坂 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

「がんと診断されてからの日常生活は?」

Q 「がんを診断されたら、日常生活がめんどくさくなる」と感じる方もいらっしゃると思います。岩崎基氏は、がん診断を受けた際の日常生活についてどうお考えですか?
A 岩崎 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」



岩崎 基氏 国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策研究所疫学研究部部長
2002年群馬大学大学院修了。国立がん研究センター社会と健康科学研究センター疫学研究部部長などを歴任。21年から現職。

「体重管理と運動が重要」
米を中心とした糖質の多い食生活は、がんのリスクを高める可能性があります。適切な体重管理と運動を行うことが、がん予防と治療後の生活の質を高めるために重要です。

Q 「がんを診断されたら、自分の人生がどうなるか」という不安を抱えている方もいらっしゃると思います。保坂隆氏は、がん診断を受けた際の自分の人生についてどうお考えですか?
A 保坂 「がんは慢性病であり、ゆっくりと戦いを考え、対処することが大事です。」

▶講座動画はこちら
4月9日(火)正午まで
視聴無料。視聴にかかる通信費は視聴者の負担になります。

SGHがん看護研究助成
がん看護に関する研究並びに臨床における新しい取り組みを対象として、看護実践の発展に寄与することを目的に、令和元年度から助成を行っています。

公益財団法人SGH財団
この間、がん医療は大きな進歩を遂げてきました。その進歩は、医療に未来を見出そうとする多くの研究者の努力に支えられています。私たちは、がんに打ち勝ち未来を信じています。持続可能な社会のために、がん研究の更なる発展を願っています。これからも、微力ながら、がん研究の進歩、発展に寄与していきます。

がんと打ち勝ち未来のために。
平成元年以来、当財団は「がんの基礎及び臨床における優れた研究」を支援しています。平成16年には「先駆的な研究並びに実践」を称える特別賞と看護特別賞が創設され、令和元年には「がん看護に関する優れた研究並びに臨床における新しい取り組み」にも助成が開始されました。