

# がん体験者によるピアサポート相談窓口 筑波大学窓口

現在、当院にてピアサポーター（がん体験者）として活動をしています。医療スタッフや身近なひとには聞きづらくても、当事者同士だからわかりあえることがあるかもしれません。人に話すのは少し苦手・・・という方も大歓迎です。がん患者の先輩たちの経験が、がんに向き合う力になると思います。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 47歳  
50代 女性

◆メッセージ  
告知された時の「まさか自分が」という気持ちは忘れることができません。孤独感、受験直前の息子への気持ち、再手術色々な治療、リンパ浮腫など、その経験が少しでもお役に立てたらと思っています。

◆疾患名：膀胱がん  
◆診断を受けた年齢 42歳  
再発 52歳  
70代 男性

◆メッセージ  
何でも宜しいので、雑談をして、憂さ晴らしをしませんか。私でよければ話し相手になります。

◆疾患名：胃がん  
◆診断を受けた年齢 60歳  
70代 女性

◆メッセージ  
スキルス性胃がんの全摘手術を受けました。運が良かったのか15年過ぎましたが、元気です。落ち込まず前向きに頑張らしましょう。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 50歳  
60代 女性

◆メッセージ  
検診でみつかった乳がん。初期でしたが、手術後の抗がん剤、放射線、ホルモン療法とすべて経験しました。治療中は同じ病気の人たちと話したり、メールしたり、気持ちが救われました。1人で悩まず話すことで楽になります。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 42歳  
50代 女性

◆メッセージ  
がんについて漠然とした不安があると思いますが、仲間に話すことで気持ちが落ち着いたり整理できると感じています。

◆疾患名：子宮頸がん、多発肺転移  
◆診断を受けた年齢 38歳  
50代 女性

◆メッセージ  
2005年に余命宣告を受け失意のどん底を味わいました。現在14年を超え、免疫療法の治療に参加させていただいております。「限りある命」を実感でき、生かされていることに感謝しております。

◆疾患名：肝がん  
◆診断を受けた年齢 25歳  
40代 男性

◆メッセージ  
ピアサポーターは皆がんを経験しています。そして病気で得た経験を活かして同じ病気で悩んでいる人達に寄り添いたいという熱い思いを持っています。相談だけでなく愚痴を話すだけでもOKです。気軽にご利用ください。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 50歳  
60代 女性

◆メッセージ  
私が乳がんの手術をして14年になります。がんと診断されたときはがん体験者の話やいろいろな情報が欲しかったです。しかし、なかなかすぐにその機会はありませんでした。ピアサポートはがん体験者とお話する会です。どうぞお気軽にご参加ください。

◆疾患名：  
◆診断を受けた年齢 42歳  
50代 女性

◆メッセージ  
「頑張りすぎです」と医師に言われました。病名を告げられ、入院・手術・・・。誰にも甘えられずに、また頑張ってしまいました。今、私からお伝えします。「甘えに来てください」

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 40歳  
60代 女性

◆メッセージ  
私は24年前に乳がんをしました。その時にがんを相談できる場所はありませんでした。自分の事を話すことにより、気持ちがずいぶん楽になります。どんなことでも構いません。お話をしに来てください。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 50歳  
60代 女性

◆メッセージ  
夫を見送った1年後の50歳で乳がん罹患しました。放射線治療で病院に通う時、家族にも話せない様な思いを同じ患者同士共有でき、心が軽くなりました。一人で悩まずに体験者と話をし、心を整理してみませんか？

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 45歳  
60代 女性

◆メッセージ  
私が乳がんになった時、同じ病気の人と話したらどんなに心強いかと思いました。がんという重荷を一人で背負うのはとても大変。でもここに仲間がいます。いらした方が少しでも前向きになってくれたら嬉しいな。

◆疾患名：乳がん  
◆診断を受けた年齢 40歳  
50代 女性

◆メッセージ  
死ぬのかな。がんを予感し告知を受けるまで誰にも不安を言えず、辛い時を過ごしました。けど、信頼できる医師や看護師、同じ病気の仲間と語り合い安心と生きる勇気をもたらしました。支えてくださった皆様に感謝しています。

## ピアサポート相談って・・・？

毎回2～3名のピアサポーターが交代制で担当し、個別での対面相談をしています。療養中に起こる不安や心配事を語り合うことで、同じような経験や思いをしていると感じられることが支えになったり、悩みの解決につながりやすくなります。個室で開催をしているので周りの目を気にせずご参加いただけます。

※当院のピアサポーターは茨城県がん患者ピアサポーター養成研修の受講修了者です。  
※治療に関する質問にはお答えできません。

