

研究発表

発表者 小田原高等学校PTA

研究テーマ 「参加しやすいPTAを目指して」

1 はじめに

神奈川県立小田原高等学校は、明治33年4月に、神奈川県第二中学校として小田原町に設置することが認可され、翌年4月より開校、昨年には創立120周年を迎えた歴史と伝統のある学校です。初代校長は吉田庫三先生で、吉田松陰の甥にあたり、その建学精神を伝える石碑が正門近くに建立されています。

明治34年、現在の小田原駅に初代校舎落成、大正3年第二代校舎は現在の八幡山に落成、関東大震災復旧改築にて昭和2年には第三代校舎（落成）、昭和39年第四代校舎（落成）、そして平成19年現在の第五代校舎が落成し、たくさんの生徒たちが勉学に励んでいます。その歴史から、敷地内外には多くの石碑や井戸などがあり、歴史と伝統を感じられることは、小田原高校の魅力の1つです。

学力向上、進学重点、人間形成の3つのプログラムを推進し、自己管理能力に優れた人材の育成を目指す小田原高校からは、多岐にわたり活躍・貢献されている多くの卒業生を輩出しています。磯崎功典氏、キリンホールディングス株式会社代表取締役社長には今年度本校にて、講演をお願いしています。澁谷寿光氏は箱根駅伝のコースを設計し、1964年開催の東京オリンピックでは審判団団長を務めました。活躍する先輩から多くを学べるのも小田原高校の魅力の1つです。

現在はコロナ禍で以前とは異なるスタイルの学校生活を送っています。毎年行われている合唱コンクール、昨年度は静かな春と書いて静春祭と名を変え、声を出さず、密にならず、ダンスや劇を発表しました。短い練習期間でしたが、アイデアと集中力で素晴らしい発表でした。

また、今年度は非公開で行われた小田高祭。1年次折り鶴壁画は何百もの鶴を折りデザインや配

色を考え、1枚の壁画を作り上げました。2・3年次は演劇発表で脚本から舞台装置まで手作り。笑いと感動を届けました。各部活動の発表もあり、校内は活気に溢れていました。コロナ禍の困難にも耐え忍び、誠実さと真心を持って何事にも取り組む姿は、校訓の「至誠無息」「堅忍不拔」そのもので、それこそが小田原高校の魅力です。

2 委員会紹介

広報委員会では、15名のスタッフで、生徒たちの活動や学校の様子、またPTAの活動取材し、学校を身近に感じてもらえるような紙面を作り、保護者や地域へ発信しています。高校生になると、家庭での会話も減り、学校の様子が見えづらくなります。何ごとにも頑張る生徒たちの姿を1枚でも多くの写真に収め、その様子をお伝えできるよう、楽しみながら活動しています。

成人教育委員会では、今年度はコロナの影響により、社会見学とzoom交流会という新しい企画を立てました。安全を最優先にした結果、zoom交流会のみの開催となりましたが、準備を進める中で、今後コロナ禍においてイベントを行う際の指針を得ることができました。また、今年度はオンライン上でも申し込みやアンケートが行える環境を作り、大変好評を得ました。少しでも会員の皆様に交流の場を提供できるよう、これからも工夫を重ねていきたいと思えます。

厚生委員会は、6月の小田高祭と10月の体育祭に飲料や軽食を販売し、春と秋には正門の花壇に季節の植物を植えています。色とりどりの花々で学校を彩ることで、子どもたちの気持ちを盛り上げることができたらと思っています。より良い学校生活の土台となる環境を整える為に、今できることを楽しみながら活動するのが、私たち、厚生委員会です。

安全対策委員会では、災害時の備蓄品の点検を

年に二回実施し、交換、補充を行っています。点検後、気づいたことを防災特別委員会で報告し、先生方と情報共有しています。また、事故に遭っても慌てず対応できるよう年度初め全校生徒にセーフティカードを配布しています。

本部は、全ての PTA 活動がスムーズに行えるように、委員会、学校、会員の橋渡し役をしています。コロナ禍で、対面での実行委員会ができない時には、WEB 会議を開くなど PTA 活動を止めることがないような環境を整えました。またホームページを刷新し、実行委員会の様子や活動報告を積極的に発信し、WEB アンケートなどで会員からの意見を取り入れ、PTA 活動に生かしています。

3 寸劇



~~ 教室 4月初 ~~

(緊張気味で背筋を伸ばして着席している生徒。手には家庭へのお手紙)

先生 これは大切なお手紙です。保護者の方に書いてもらって金曜日までに出すように。

生徒 先生、これ折っても大丈夫ですか？

~~ 教室 3ヶ月後 ~~

(だらけた座り方で机に臥す男子生徒)

先生 はいテスト返却します。

はい、これも大切なお手紙です。

先週締め切りのお手紙、まだ提出していない人…

オダワラ、オダワラ、聞いているか？

~~ 自宅 ~~

生徒 ただいま

母親 おかえり、タロー

最近、ぜんぜん学校からのお手紙ないけどまた溜めてるんじゃない？

ちょっと、タロー、聞いているの？

カバンの中、見るわよ！

生徒 あーーーー！

(次々と舞い出るお手紙たち。やがて男子生徒と母親、手紙たち、共に倒れる)

ナレーター こうして賞味期限の切れたお手紙たちは、役目を果たすことなく、ただ「親子げんかの原因」となっていくのでした…

4 事例紹介

いかがですか？ PTA あるあるですね。「PTA からの情報が届いていない」そんな会員の方の心が聞こえてくるようです。そこで、私たち小田原高校 PTA はテーマを「参加しやすい PTA を目指して」と題し、会員の皆さんに気楽に PTA 活動に参加していただくために、

- 情報をタイムリーに伝える
- 情報を確実にやりとりする
- 参加しやすい方法を用意する

という3つのポイントを考えました。そして、このポイントを踏まえ、実際の活動を見直し、「改善」か「新しい方法を試みる」か話し合いながら活動の中で試してきました。では、具体的な3つの事例を紹介します。

事例① 講演会を見逃し配信で

ー参加しやすい方法を用意するー

以前は「決まった日時・場所での開催」と限定されていましたが、現在は、講演会を収録し 後日 WEB 配信することで、多くの会員の方に視聴していただけるようになりました。PTA サーバーより配信するため、「パスワードを付ける」など限定を設け、講演者からも配信の承諾をいただきました。そして、マチコミやプリントで視聴方法を案内した結果、当日来場者数 127名、後日映像 配信利用者数 138 名と多くの会員に視聴していただくことができ、アンケートでは高評価 をいただきました。

事例② PTA 独自のホームページ制作

ー情報をタイムリーに伝えるー

PTA から会員に情報を伝える方法は、広報紙、プリント、マチコミなど複数ありましたが、タイ

ムリな情報を伝える媒体としては、満足のいくものではありませんでした。PTA 独自のホームページを持つことで、伝えたい情報を、伝えたい時に、届けられるようになりました。ホームページの開設にあたっては、

- ・PTA でレンタルサーバと契約する、
- ・継続性を考え、更新が簡単なホームページ作成ソフトを使用する、
- ・会員から PTA に直接メッセージを送れる「コンタクト」ページから直接 PTA に様々な質問がくるようになりました。

質問は実行委員会で共有され活動に反映させることができるようになりました。またホームページでのイベント告知は、マチコミやプリント、ポスターなどよりも詳細な情報を載せられるため、参加の反応が早くなったように感じています。

事例③ Web から直接申し込み

—情報を確実にやりとりする—

これまでイベントの申込は、生徒を通じてのプリントのやりとりのみでした。全会員と情報を確実にやりとりするために、従来のプリント配布と Web 申込を併用することにしました。Web 申込の方法としては“配布プリントに、Web 申込用の QR コードをつける”。まちこみで Web 申込用 URL を掲載するこれにより、生徒を介さず会員が直接イベントに申込できるようになりました。

参加者の管理方法ですが、Web 申込では申込情報をデジタルデータとして収集できるため管理がしやすくなります。それにより情報の整理や伝達など、管理にかかる時間が短くなるというメリットがありました。参加者への確実な情報伝達のため、申込時にお預かりしたメールアドレスをもとに、メーリングリストを作成しました。(今年度はコロナの影響でイベントの中止や内容変更が相次ぎ、その際の連絡手段として、また、イベント終了後のアンケート実施にも、メーリングリストを活用しました。)

アンケート結果をみると、Web 申込は参加者から高い評価をいただいていることがわかります。運用していく中で出てきた問題点を洗い出し、全会員をカバーできる解決方法を検討していくこと

が今後の課題であると考えています。

5 まとめ

PTA からのプリントが全員に届いていないのでは？そんな疑問から PTA の見直しはスタートしました。

「PTA の情報を全会員に漏れなく伝える」

あまりにも当たり前すぎて、深く考えていなかったことではないでしょうか。情報を会員全てにタイムリーに届けることで、PTA をよく知っていただき、PTA 活動に参加するハードルをさげる。それが「参加しやすい PTA 」につながっていくのではと考えました。情報を伝える手段は進歩し、使いやすいツールが増えてきたように感じています。しかし、実際に取り入れてみると、様々な問題があることがわかりました。小田高 PTA は一つ一つ問題を検討し、今回 3 つの事例を紹介いたしました。



助言者講評

小田原東高等学校校長

塩浦 健吾

小田原高校PTAの皆様、本当にご苦勞様でした。

最初に驚いたのは、発表資料が非常に素晴らしく、これを作るだけでも大変だっただろうなと思いました。また、本日はどういう発表をされるのかと思っていましたが、いろいろな映像を使い、またPTAの皆様が出てきて劇をするなど、本当に内容が濃くて、これだけの準備するのは大変だったと思います。本当に驚きました。

小田原高校のテーマは「参加しやすいPTAを目指して」でした。5つの委員会がある中で、それぞれの委員会がどういった方針で活動しているか、参加しやすいPTAとしてどういった点に気をつけているか、またコロナ禍の中で制限されてきた活動をどうやって工夫して活動してきたか、発表を見てかなりイメージできました。

どこの学校でも、情報を正確に、タイムリーに保護者の方に伝えるというのは、なかなか難しいものです。それを課題として取り上げ、解決するために3つの具体例を出して発表して頂きました。おそらくどの学校でも同じ課題を持っていると思います。課題の解決に向けてのヒントになったのではないかと思います。

昨年から続くコロナの関係で、いろいろな社会生活の変化があり、PTAの活動ももう2年間も制限されてきました。生徒の活動やPTAの活動、今まで普通にやってこられた活動がここ2年間できませんでした。普通に戻ったとき、果たして繋がっていけるのかという事が非常に心配です。

生徒の活動も同じです。入学してきて文化祭も体育祭も経験しないまま2年生になった生徒たちがいます。修学旅行もない。また普通の生活に戻って行事が再会された時に、経験の受け継ぎがない。活動を続けていくためには、何とか今いる人たちが、繋げていくためにいろいろな工夫をしなければならない。小田原高校の皆さんの発表は、次に繋げていくという点でも、とても素晴らしい

ものだと思います。

3つの事例の中で、特に事例①の講演会の見逃しに対する配信は、どこの学校でも参加される方は、学校に来て参加するという形では都合がつかないという場合がありますが、そういう方に対してこの見逃し配信というのは非常に有効だと思います。ホームページの作成というのも、情報の発信という点から素晴らしい。ウェブでの直接申し込みというのは、今の状況では一番効果的なものだと思います。

この配信を他の高校のPTAの方々も見ると思います。ご自分の学校でこれから取り組む事へのヒントになると思います。県西地区の高校は、それぞれ特徴のあるPTAの活動をやっていると思います。こういった素晴らしい取り組みというのは、ぜひ地区の中で共有して、良いと思ったものは一つでも取り入れて欲しいです。今日の小田原高校の発表を見て、新たに自分たちの学校でも取り入れようとなって、来年の発表でも今回から繋がった進化したものが見られると興味深いと思います。

今日は本当に素晴らしい発表、ありがとうございました。以上で私の助言を終わります。

講演

演題 がんと共に生きる

講師 神奈川県がん患者団体連合会 長谷川 一男, 福田ゆう子

長谷川と申します。神奈川県がん患者連合会から来ました。私たち神奈川がん患者連合会は15のがん患者会から成り立っています。いろいろながん種の患者会が集まり、がんに通じる課題に向き合おうと活動している団体です。

自己紹介をします。私は今50歳です。妻と子供が2人います。39歳の時に発病しました。肺がんでした。私はタバコを吸ったことはないのですが肺がんでした。『何でなんだろう』と思ったことを覚えています。

では初めに、がんとは、という事からお話します。日本では14万人が毎年がんにより死亡者数も増えています。とても身近な病気です。そんな中で、がん教育が小中高校で始まりました。目的は二つです。一つ目は、がんについて正しく理解することができるようにすること。二つ目は、健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにすることです。がん教育では外部講師が推奨されています。がん経験者、医療者、研究者です。患者が推奨されているのは、より強く訴えるものがあるからです。がん教育をやっている者として、実は大人にこそがんについて知って欲しいと思っています。今日の話聞いて一つでも自分の行動を変えるヒントを持って帰ってもらえると嬉しいです。

皆さん、がんというと、どんなイメージを持つでしょうか。大体、怖いとか、死んじゃうとか、痩せてるとか、そういった声が聞こえてきます。やっぱり怖いですね、私も怖かったです。日本人でがんになるのは2人に1人です。がんになって治る人はどうでしょうか。5年生存率でいうと3人に2人です。つまり、2人に1人ががんになって、その3人のうち2人は治ります。がんイコール死というイメージがあるかも知れませんが、亡くなる人より、がんになっても仕事をしたり、生

活していたりする人の方が多いのです。メージと現実が異なっています。

がんに対して間違ったイメージを持っていると、例えば大切な人ががんになったとき、きちんと接するができません。お医者さんに治る率が高いと言われ一生懸命治療している人を、死んじゃうんだ、かわいそうだねと思っていたら、どうでしょうか。そういうの偏見とか無知と言えます。職場でも少し配慮してもらえれば働ける人がたくさんいます。でも、もう死んじゃうから仕事しなくていいんじゃないかな、辞めたらどう？なんて言われたらどうしようと思うと、言い出せないですよね。隠している人、意外に多いです。それって、いい世の中なんじゃないでしょうか。ということで、この講演の目標としては、がんを正しく理解する、周りの人ががんになったら自に何ができるか、自分ががんになったときに行動できるよう、そんな事を目標にしながらかお話しします。では、ここから福田の経験談に入ります。

みなさんこんにちは。神奈川県がん連の福田ゆう子と申します。私は七年前に乳がんにより罹患しました。三十代前半で比較的若く、レアケースとしての治療を受けました。周りのサポートを得て乗り越えた経験から、現在ではがんに向き合う方の援助やがん教育に取り組んでいます。

私はいろいろと仕事をしながらSNSで女性特有がんの患者会を運営しています。仕事はフリーライターやデザイン業務など結構多忙です。家族は夫と小学生の子供一人。趣味はカメラやアウトドア、イラスト、音楽活動などです。

8年前、体調不良が続いたため病院に行くと妊娠していることが分かりました。同時期に、以前から痛みを感じていました所がしこりとなっていたのに気がつきました。しこりがだんだん大きく

なっている気がしたのですが、母乳をつくる過程で乳腺が発達して胸が痛くなったり固くなったりすることがあると本に書いてあったので、安心してそのままにしておきました。しかしやがて、歩くだけで痛みが走るようになったので、毎年受けている健康診断で相談し検査をしてもらいました。すると精密検査を勧められました。その時点でも私は、がんになるはずはないと思い込んでいました。当時はまだがんに関する知識もありません。身内にもがんになったものはいません。がんは遺伝性のものだと思い込んでいました。しかし精密検査をすると、進行の速い乳がんと言われました。

治療に入るのですが、医師は二つの選択肢を提案しました。一つは、妊娠中は、抗がん剤を使った治療はできないので、妊娠の継続を諦めて抗がん剤治療を行うというものです。もう一つは、産後に抗がん剤治療をする。しかし進行が速いので、出産後治療をしたとしてもお子さんの成長は長くは見守ることができないと言われてしまいました。

がんはどんどん大きくなっており、すぐにでも抗がん剤治療をしなければなりません。子どもを諦めるのか、治療をせずに妊娠を継続するのか、選択を迫られました。次の来院時までどちらにするか決めてくるよう言われましたが、ショックで頭が真っ白で、何も考えられませんでした。

少し立ち直って起こした行動は、友達に聞いたりネットでがんの治療の情報を求めることでした。友人からは心配する電話がかかってきましたが、具体的な情報は得られません。ネットや本で治療できる病院や成功例を探しましたが見つかりません。藁にもすがる思いで代替療法などの本を読んできましたが、科学的根拠に乏しいものばかりでした。

過去に流産を経験したので今回はどうしても胎児を優先したいと思っていましたが、家族や親戚は赤ちゃんを諦めて治療するということを望んでいたようです。でも、自分は駄目でも赤ちゃんだけは助けたいと思い、自分が亡くなった後、子どもに見せるためのメッセージを録画しよう、とい

うようなことを考えていました。あなたは三歳になりましたね、ママは空から見ていますよ、そんなことばかり考えて時間が過ぎていきました。

だけど、違う角度から情報を探してみようと思い直しました。すると、たまたま妊娠中にがんの治療をした人のブログが見つかり、すぐにセカンドオピニオンを予約して病院に行きました。病院に行くとき女性の先生がにこやかに迎えてくれ、「妊娠おめでとうございます。これから一緒に治療を頑張ってみましょう」と言ってくれました。つらかった時に初めてかけてもらったおめでとうの言葉に、私も子どもも助かるんだと希望が見えました。

治療ができると安心したのも束の間、医師から治療の方針が提案されました。まず、安定期に入ったら抗がん剤治療を始めます。これは、三週間おき四ヶ月間です。その後手術、同時に出産。そしてまた産後の抗がん剤治療が産後一ヶ月から四ヶ月間。その後に放射線治療が行われます。

抗がん剤治療が始まると不安も募ります。治療の日に妊婦検診を同時にも受けると、胎児は元気よく育っていました。喜ばしいことなのに内心複雑な気持ちでした。薬の副作用で眉も髪も脱毛し体力も奪われてきているほどに強い薬を使っても、赤ちゃんは大丈夫なのかと不安でした。自分の気持ちのやり場がなくなって夫に八つ当たりをしたこともありました。

産休に入って体調の良いときは、不安を遠ざけるため映画や外食に行ったり友達と会ったりして気を紛らわせていました。髪は抜けたものの副作用を止める薬がよく効きました。体調の良い日と悪い日のリズムもつかめてくると、快適に過ごすことができるようになってきました。

手術と出産の日も近づいてきました。初めての出産、初めての大きな手術。医師からは、もしも帝王切開の予定日より早く陣痛が来たら自然分娩をすることになると言われていて、もう何をどう心配していいのかも分かりませんでした。とにかく何も考えずに手術がうまくいくことだけを願い、出産の日を待ちました。

当日。がん手術と合同の帝王切開で、元気な男

の子を出産することができました。一瞬の対面の後また全身麻酔。抗がん剤がよく効いてがん自体は消失していたので、がんがあった部分を少し切除するだけの手術で済みました。麻酔から覚めると、ベッドの脇で家族が見守る中、生まれたばかりの乳児が連れてこられました。治療が終わって本当に良かったと思った瞬間でした。

産後、新たな抗がん剤治療、放射線治療、そして初めての育児が始まりました。保育園も探さなければいけません。復職もあります。初めてのことで先の見通しがつかず、育児との両立に不安を抱えていました。体力は戻るのか、重たい荷物と子供を抱えて毎日電車で通院できるのか、とても不安になりました。つらい状況を乗り切る方法を探すため、新生児育児、がん治療などインターネット検索をしましたが、やはり具体的な体験談などは出てきません。病院に置いてあるパンフレットや医療関係の本を探しても、なかなかそんな例はありませんでした。

ある日、たまたまパンフレットで包括支援センターに目が止まりました。相談すると、保健師さんと支援センターの方が家に来て話を聴いてくれて、それだけでも心が休まりました。また、同じ病院で仲良くなった同じ治療中の妊婦仲間と連絡を取り合うことによって、少しずつですが不安も解消されていきました。復職も果たすことができました。がんの方も経過観察に入りました。徐々に乳児との新しい生活に慣れていく間に、今度は自分の経験を基に、同じようにがん向き合っている仲間のサポートをしたいと思うようになりました。

現在、がん患者の仲間とオンラインで集まれるSNSアプリ、ピアリングを同じ病気の仲間と運営しています。オンラインによる女性のがんコミュニティで、がんに関する相談なども受けています。私が言われたかった言葉、大丈夫だよ一人じゃないよ、と仲間に声をかける暖かな場所です。この活動で、たくさんの仲間とも出会うことができました。がんになってなかったら出会ってなかった仲間、やっていなかった仕事、それらが得られたことで、つらいことも多かったけれど自

分の経験が無駄ではなかったんだなと思っています。

さて、次はがん検診についてお話しします。胃がん、肺がん、乳がん、子宮頸がん、大腸がんの五つのがんは、検診を行うことで早期に発見でき、治療すれば死亡率が大きく低下します。早期に見つけれれば、がんは決して怖い病気ではありません。乳がんを患う日本人女性は現在 11 人に 1 人と言われ、身近な病気です。検診ではなく自分で気がついた方もいらっしゃいます。月に一度位を習慣に、普段から確認していれば違和感にも気づきやすくなります。早期に適切な治療を行うことで良好な経過が期待できます。乳がんは他のがんと比べ生存率が高い特徴があります。この数字（10 年生存率 83.9%）は治療をしっかりした場合なので、検診や治療は後回しにしないで下さい。検査が必要と判定されたら早期のがんを見つけられるチャンスと考えて、ご家族や周りの方のためにも、ぜひ精密検査を受けて欲しいと思います。

次に、子宮頸がんについてお話しします。子宮頸がんの原因はHPVウイルス（ヒトパピローマウイルス）と言われています。日本では毎年 1 万人がかかり、約 2800 人が亡くなっています。近年は若い世代で多くなっており、ピークは 30 代、ちょうど小さなお子さんをかかえていたり、出産の年代です。子宮を摘出し妊娠できなくなる女性は毎年 1200 人います。私の周りにも子宮頸がんて亡くなった仲間がいます。妊娠中に子宮頸がんが見つかり抗がん剤治療をして無事出産をした方もいれば、赤ちゃんごと子宮を摘出することになった方もいます。しかし子宮頸がんは予防が可能ながんです。子宮頸がんワクチンの接種でウイルスへの感染率やがん化する病気が減少することが分かっています。日本では積極的な接種の推奨を控えたこともあり、増え続けています。原因が特定されているがんにも関わらず増えてしまっています。重篤な副反応とワクチン接種を関連づけるデータはなく、誤った情報の影響で本来防げるはずのがんが増えてしまうというのはとても悲しいことです。

年齢別のがん罹患者数を見ると、30代から50代の働き盛りの女性でがんに罹患する人が男性を上回っていることが分かります。これは、乳がんや子宮頸がんなどの若年での発症が多い女性特有のがんが影響しています。年間約13万人の方が罹患すると言われていています。でも過度に心配する必要はありません。がんと告知されると、それまで続けてきた仕事ができなくなると思う方も多いかも知れませんが、今は治療中も仕事を継続する方が多くいます。傷病手当など職場の制度を確認して周囲に相談することで、仕事との両立しながらの治療計画も立てられます。私も産休に入るまで抗がん剤の投与を受けながら出勤数を減らしてデスクワークが続けられました。産後は保育園探しに包括支援センターに協力してもらったり、友人に子どもの世話を頼んだり、できるだけ周囲に頼りました。一人で悩まずにできるだけ周囲に頼って下さい。

治療が全て終わり、前よりも私は健康を大事にできようになりました。今はがんになる前よりも元気で、子どもの笑い声を聴く度に、あの時諦めずに別のルートを探して本当に良かった、私はこの子と人生を歩むために力を出したんだと思っています。何気ない日常がこんなに愛おしいものだ気がつけたのも、がんの経験からです。さらに思いがけないプレゼントもありました。以前やっていた音楽活動をまたやりたいと思っていると、同年代の患者仲間から声をかけられて、バンドを組む機会に恵まれました。小学校のときにやっていたサッカーも子どもと一緒にできるようになりました。患者仲間と十数年ぶりに富士登山にも挑戦しました。このように、趣味を再開したり新しい事に挑戦したりという前向きな気持ちになれたのも、困難を乗り越えたことが自信になっているのだと思います。

私は今、PTAの役員として広報誌などの制作を担当しています。見やすく読んでもらいたい広報誌やお知らせのために日々奮闘しています。さらに、保護者の負担を軽くするために、デジタル化にも取り組み始めました。一緒に役員をしているお父さんがプログラマーさんなので、PTA業

務を楽にするアプリを開発してくれました。地域から全国に向けて、このPTAアプリを広げる活動も始まっています。私はアプリの紹介画像のデザインをさせてもらっています。がんになってなかったら、自分からPTAに取り組んで改革しようなんて、大変そうなことに積極的に挑戦しようなんて考えなかったかも知れません。

私は、がん教育の授業を行う上で子どもたちに必ず伝えていることがあります。それは、すぐに諦めなくていいということ、その時に目の前にあるできることを精一杯やって、今すぐ一つの目標を決めなくてもいいということです。道は一つではなくたくさんの道がある、逃げ道とか、険しい道を避けて通る道もあるということです。知識は必ず味方になってくれるということも伝えていきます。知識があれば体と心を守れる、あなたが身につけた知識は刃にも鎧にもなる。自分が進んだ道の先には、新しい扉があるということ子どもたちに伝えていきます。

息子の誕生日の2月6日は私の手術日です。私にとってはセカンドバースデーでもあります。告知された時はこんな未来が待っているなんて想像もできませんでした。息子の誕生日を迎える度に、あともう少し頑張ればこの子の笑顔に出会えるぞと思った、あの頃治療に励んでいた自分を励ましたい思いです。

今コロナ禍の中で、つらい思いをしている子どもたちがいるかも知れません。しかし、つらい時も、ちょっと先の未来の自分が今の自分を応援しているかも知れないと伝えていきます。これからも子どもたちの「生きる」を応援するために、がん教育に取り組み続けていきたいと思っています。どうもご静聴ありがとうございました。

続いて私、長谷川の経験談をお話させて頂きたいと思います。最初に動画を見て頂き。その後でがんになった時に、いろいろと立ち上がってくる「壁」についてお話しします。なおこの動画は、関西文化芸術高等学校の高校生たちが作ってくれました。私の経験を動画にしたものです。

~~~動画 略~~~

ではがんに立ちばかる「壁」についてお話しします。紹介する壁は3つあります。

最初に立ちばかる壁は「お金」ですね。どのくらいかかるのか。通常は3割負担ですが、がん治療は薬剤も高く、一月に何十万円、時には百万円を超えることもあります。それだと生活がして治療が続けられないので、高額医療費制度が設けられています。上限額を越えたら払わなくて良いという制度です。上限額は収入によって変わってきます。年収370万円～770万円ですと、8万円少しを越えた分は払わなくて良いですよと国が決めてくれています。さらに支えてくれる仕組みが2つあります。一つは多数回該当で、先ほどの8万円が年に4回以上続くと、4回目からは約44000円になります。また、付加給付というのがあり、大企業とか公務員などの健康保険組合では大体2万円が上限となります。

立ちばかる壁、その2です。「不安」です。経験がなく何をしていたらいいかわからない、そんな状況に追い込まれます。ネットなどで調べると情報がありすぎてどれを見ればいいのか分からない、どんどん不安になっていくということが起こります。では、それに対してどうすればいいのか。相談支援センターというものがあります。電話で相談できます。また、がんを見てくれるのは、がん診療拠点病院というところです。

壁、その3。がん検診の「面倒さ」です。検診は5種類のがんに対して行われます。市町村か職場で実施している検診で受診できます。いざ受診すると面倒です。様々なやり方があったり、一カ所で受けられないことがあるのです。ところが、検診で要精密検査とされた人のうち再受診した人は三分の二から半分くらいになってしまいます。怖くて知りたくない気持ちもあるかも知れません。でも、家族など周りの人のためにも、また早期の対応になるほどがんを克服できる可能性が高まりますから、受診して欲しい。これは、私も含んだがん患者の方からの切実な願いです。皆さんの、これからの一歩につながれば良いと思います。

最後に、がん教育について紹介します。私ども

の県がん連は、講師を派遣しています。昨年もいろいろな学校で講演させて頂きました。患者や医師、あるいは先生方も交えた形の授業や、経験談・ワークショップなど、様々なご要望にお応えしています。身のまわりにはがん患者がいる生徒さんも多く、どうしていいかわからなくて悩んでいる生徒さんもいるようです。きっと経験者の話が役に立つのではないかと思います。

私たちは冊子もつくっています。当会のHPからダウンロードできますので、ぜひご覧下さい。お互いが支え合い共に暮らしていく社会をつくりたいと思っています。今日のご静聴ありがとうございました。

