

## 2020年度（令和2年）「がんピアサポーター研修～コロナ禍を越えて～」 報告書

主催 京都府／京都府がん患者団体等連絡協議会

開催日時 第1回 2020年11月7日（土）午後2時～4時30分  
第2回 2020年11月14日（土）午後2時～4時30分  
開催方法 オンライン ZOOMを使用  
参加人数 11月7日 26名 14日 22名

### 実施に至る過程

2020年初めからの新型コロナウイルス感染症拡大による、がん患者の現状と患者支援活動への影響を鑑み、今年度は新たなピアサポーター養成を目指すのではなく、現在ピアサポーター活動を行なっている支援者を対象とした研修の必要性を考えた。

### 研修の目的

がんピアサポートとは、がん患者、家族などが同じ仲間（ピア）という立場で「体験を共有し、ともに考える」ことを目的とし、がん患者さんやそのご家族などを支援していく活動のことをいう。また、ピアサポーターとはピアサポートを提供する人のことを指す。

新型コロナウイルス感染拡大により、がん患者がおかれている状況にも変化が生じ、ピアサポート活動においても特に対面での相談支援等の実施が困難となっている現状を踏まえ、例年開催している「がんピアサポーター養成講座」に代わり、今年度は「がんピアサポーター研修～コロナ禍を越えて～」をオンラインにて開催した。

本研修は、現在がん患者支援活動に携わっている者、がんサロンピア・サポーター養成講座終了生を対象とし、コロナ禍においてのがん患者支援の現状を知り、新たながん患者支援の形を学び、実践につなげていただくための指針となることを目指す。

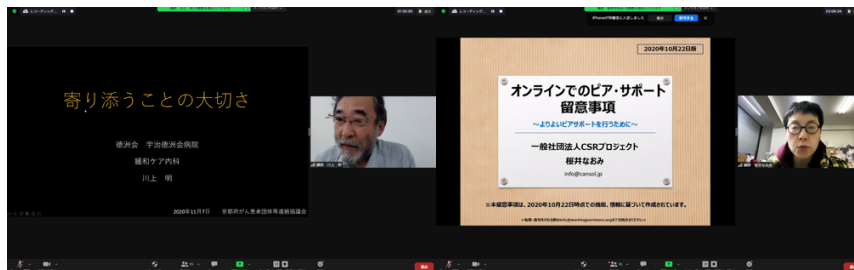
### 第1日 11月7日 研修要旨

- ・ 基調講演「寄り添うことの大切さ」 宇治徳洲会病院緩和ケア内科顧問 川上明
- ・ 講義「オンラインでのピアサポート留意事項の手引き～より良いピアサポートを行うために～」 全国がん患者団体連合会理事／CSRプロジェクト代表理事 桜井なおみ

基調講演では、ピアサポートの基本姿勢の重要な部分を学び、他者のいたみに対する向き合い方、傾聴の重要性について講演頂いた。

桜井氏の講演では、今日一般的になってきたオンラインによるサポート活動について、

問題点、気を付けなければならない点、少しの工夫や、思いやりの心によって、よりよいコミュニケーションの構築について学んだ。

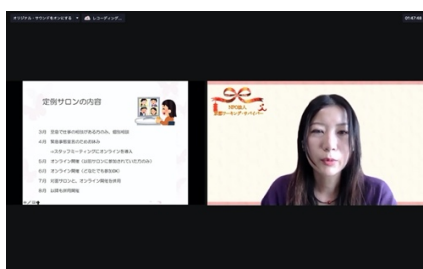


## 第2日 11月14日 研修要旨

現今のコロナ禍の中で、京都府内で様々に工夫をしてピアサポートを実践している3団体より実例発表があった。いずれも対面でのサポート活動に替わる特色ある支援（寄り添い）であり、その実践について学んだ。

- グループワーク「コロナ禍でのがん患者支援活動を考える」  
〈実例紹介〉

オンラインの活用	NPO 法人京都ワーキング・サバイバー理事長 前田留里
手紙での支援	がん患者の家族と遺族のためのサロン「ふらっと」代表 竹内 香
動画配信の取り組み	洛和会音羽病院公認心理師 相田貴子



お手紙  
での  
支援

がんピアサポーター研修～コロナ禍を越えて  
がん患者の家族と遺族のためのサロン



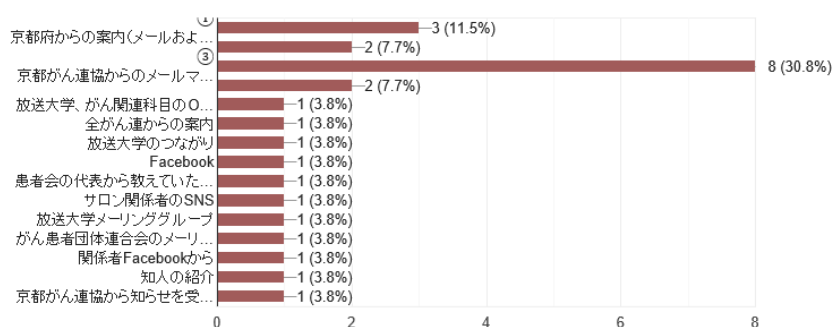
- グループワーク「コロナ禍でのがん患者支援活動を考える」お互いに近況を交えながら自分自身にあてはめながら、この状況でのピアサポートに必要な心がけなどについて相互探求を深めた。
- 講演「京都府の取り組み」 京都府健康福祉部健康対策課よりがん対策の現状をお話し頂いた。

## 参加者アンケート

### アンケート結果【1日目】

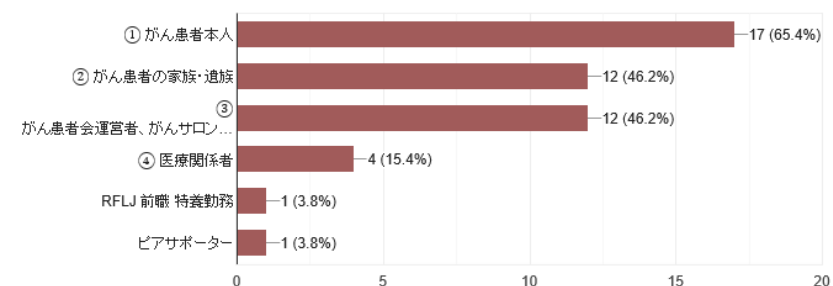
- (1) この講座をどのように知りましたか。

26件の回答



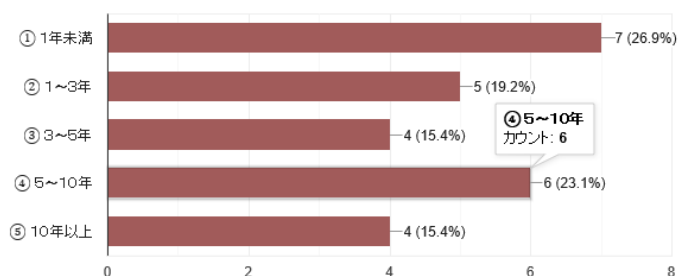
- (2) あなたはどの立場に該当しますか。

26件の回答



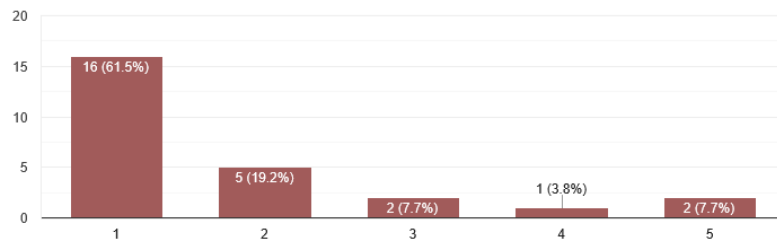
- (3) (2) で③と答えた方へ、活動歴をお知らせください。

26件の回答



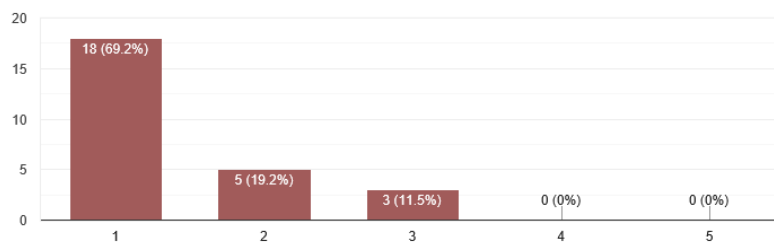
(4) 講演「寄り添うことの大切さについて」

26 件の回答



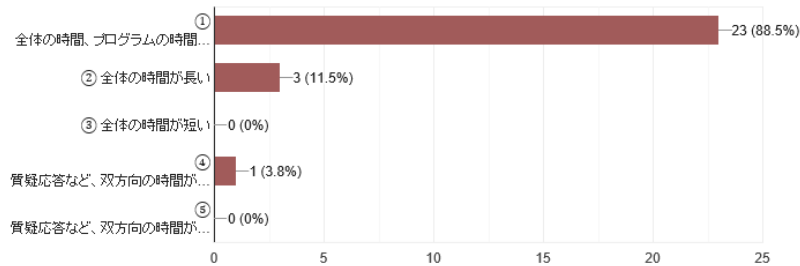
(5) 講演「オンラインでのピアサポート留意事項の手引き」について

26 件の回答



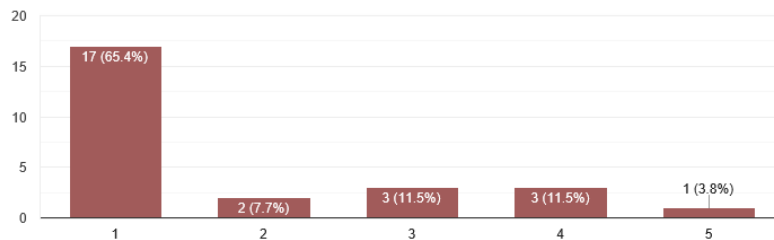
(6) 時間配分について

26 件の回答



(7) 講座の満足度について

26 件の回答

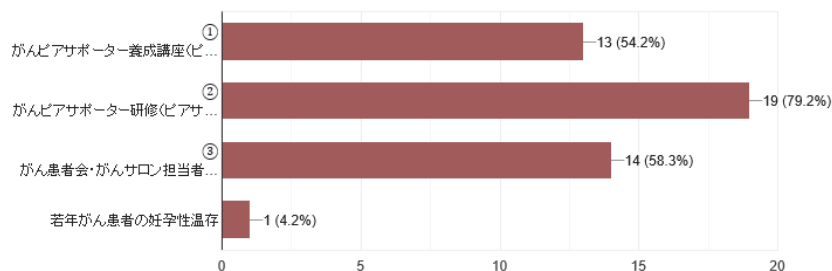


(8) 今後どのような講座を希望しますか

- ・緩和ケア・在宅医療・就労
- ・もう一度、寄り添うことの大切さの講座を希望します。
- ・ピアサポートについて講座、研修を継続していただけると嬉しいです。講義を聴く場合はオンラインが良いと思います。
- ・ピアサポーターとして活動していくための具体的な流れや活動内容について
- ・自分とは状況が違う人への接し方
- ・定期的な勉強会
- ・グリーフケア、会場またはオンラインで希望
- ・コロナが落ち着いたら、実際にあって研修を受けれるようになると嬉しいです。
- ・オンライン・ピアサポートの実施
- ・レジリエンスについての基礎知識
- ・就労問題、オンライン形式
- ・コロナが少し落ち着いたら、密を避けつつ、対面で学びたいです
- ・終末期医療（ターミナルケア）
- ・ピアサポートにおける実践対応編
- ・学校におけるがん教育

(9) 今後参加してみたいと思われる企画をお知らせください

24件の回答



(10) 今回、オンラインでの研修でしたが、オンライン受講の感想をおきかせください。

- ・快適でした。
- ・オンラインでしたので、参加させていただき、学ぶことができました。ありがとうございました。
- ・コロナ禍だけでなく家族や自分自身の状態が外出困難な状況の中、オンラインで参加出来、ありがたかったです。参加希望でもオンラインを活用出来ない人が多くおられます。その方たちをどのようにしていくかは課題と思います。
- ・今回、初めてで、時間ギリギリになってしまい、焦って繋がろうとすると、出来ません、出来ませんの連続で、聞き逃してしまいました。やっと繋がったと思っ

たら、資料が1センチくらいで全く見えなくて、残念でした。できれば、もう一度配信してほしいです。

- ・画面の近くで見ることができるのでとても見やすい状態でした。今回は事前に資料も添付していただきよりわかりやすかったです。
- ・本来は、自宅から出かけての対面での講座の方を希望しますが、現状ではオンラインにするしか仕方ないことだと思い参加しました。回数を重ねるごとにこのシステムにも慣れていきたいとは思っています。
- ・遠くの方も参加でき、よい方法だと思いました。
- ・途中途切れ入り直ししたので 講義を再度見たい
- ・初めて zoom を使いました。普段からあまりパソコン操作などに慣れていないので少し不安でしたが、無事に参加出来ました。次はスムーズに参加できるかと思っています。
- ・初めての ZOOM 研修でしたが通信トラブルもなく受講できました。ありがとうございました。
- ・講義はリアルより集中できる漢字がする。
- ・参加している実感に違和感があった。
- ・他の人を気にしなくてもよいので、集中しやすかったです。
- ・他県から参加させて頂きました オンラインならではの感じました 不便さはありませんでした
- ・がん体験者としては、あのワークは現実とかけ離れていて驚きました
- ・オンラインの運営がきちんとされていて素晴らしいと思いました。
- ・川上先生からの質問を考えたり、答えを書いたりするのは、オンラインながら参加している感じがととてもしてよかったです
- ・対面式の研修とくらべて雑談などすることがないのはよい反面、対面式よりも疲れる（特に眼など）。
- ・オンラインでもとても良く学ぶことができました。
- ・参加しやすいのでありがたいが、やはり会ってお話しできた方が良いですね。
- ・コロナ対策に良い。

#### (11) その他

- ・ありがとうございました。
- ・この様な企画をしてくださり有難うございます。大変良いテーマで参考になりました。有難うございます。川上先生・桜井さん、有難うございました。研修希望でもオンラインを活用出来ない人が多くおられます。その方たちをどの様にしていくかは課題と思います。 京都府のホームページからの申し込みなど不具合があり連絡がなく慌てました。早くの連絡確認が必要と反省しています。
- ・11/14(土)に、第二回ピアサポーターがありますが、この日に、11:00-15:00 ちゃ

まちキャンサーフォーラムも重なっており、何と残念でしょう…と思います。もし、出来ましたら別の日の、配信をお願い致します。

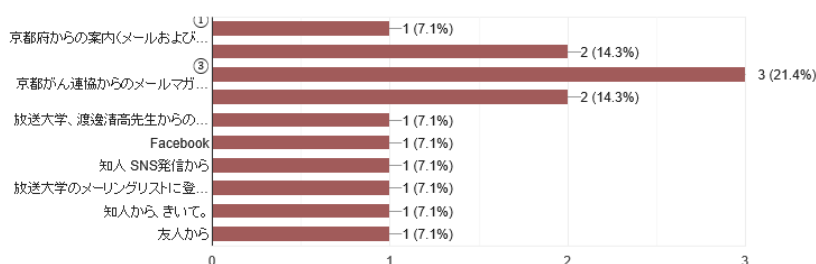
- ピアサポートとして、寄り添う事の大切さは言葉ではわかるような気がしますが、何人かのかたはあれでよかったのかとずっと思っていました。又、相手の事を理解しようとする事の大切さ等抱えていた気持ちが自分なりに腑に落ちたように思います。桜井さんのお話は本当に具体的で、早速に実践しようと思っています。皆さん状況に応じて工夫されていることに学ばせていただきました。昨年養成講座を受講して、今年の研修は3月からなくなり今年は頓挫してしまったように感じていましたが、今回案内をいただき限られた中ではありますが今、参加させていただいている中で今回の学びを生かしていければと思っています。今後とも研修、その他よろしくお願い致します。この度は研修に参加させていただき有難うございました。
- 印象に残ったのは『寄り添うこと』の重要性と同時に、実際に対面したときの対応の難しさも感じました。ピアサポーターとして活動されている方々の具体的なお話を、今後色々数多く聞かせていただきたいと思います。貴重な充実した時間になりました。ありがとうございました。
- 外出する用事が急にできたので、外で参加しようと試みましたが、スマホで入室しましたが、継続することがむづかしく、早々に退室してしまいました。すみませんでした。資料には目を通しました。参考にさせていただきます。ありがとうございました。質問3、4、5、6、7は返信するために仮にチェックをいれています。
- 対面での開催の場合は、もう少し早い時期にあれば、風邪の心配なく出かけられると思います。
- 知らないことだらけで大変勉強になりました。特に苦しみの定義についてはとても納得しました。時間配分の件で、最初の講義の質疑応答が少し長く感じました。もう少し短めでも良いと思いました。
- わかりやすく とても勉強になりました
- 講義のスライドを前もって印刷出来る点はとても良かったです。ただ、全てのスライドではなかったので、講義で使用するスライドは全て印刷出来たらあとからの振り返りに使用しやすいです。症例などの個人情報に関するスライドは仕方ないと思いますが。このアンケートの問3は当てはまりませんが、何かを入力しないと送信できなかったのを看護師歴を入れました！
- 相手の立場にたつことはできないけれど、常にこれでよかったのかと自問自答することが大切である、ということが特に心に残りました。また桜井なおみさんは著書を拝読しており、お顔を拝見し講義が聞けて嬉しかったです。ありがとうございました。
- 他県在住の者ですが、受講させていただき有難うございました。

- ・「寄り添う～」のテキストは黒地に白文字で事前プリントして黒インクが 2 本空になった。テキストは白地に黒インク（カラー）を基本にしてほしい。
- ・今後当県におけるピアサポートの参考になりました
- ・東京からオンラインで参加させていただきましたが、日本中で様々な活動をされていらっしゃることを知り、心のつながりが日本中出来るのではないかなと嬉しく思いました。ありがとうございました。
- ・Web サイトの更新頻度を高くしてください。
- ・大変有意義な勉強会を有難うございました。行政はとかく受益者負担にこだわる中、大きな温かい心で受講者を広くお声掛けしてくださり感謝申し上げます。
- ・ありがとうございました。これからもよろしく願います。

## アンケート結果【2日目】

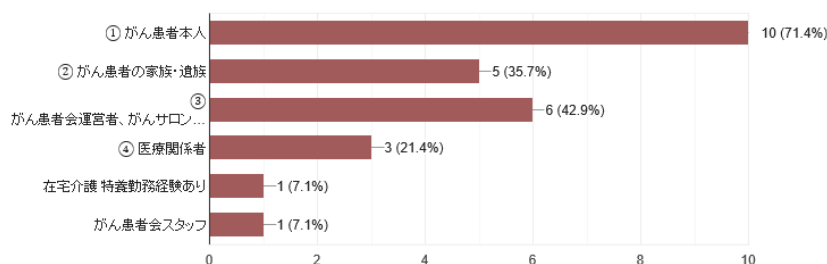
### (1) この講座をどのように知りましたか

14 件の回答



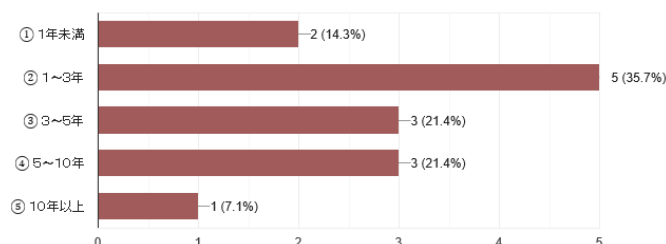
### (2) あなたはどの立場に該当しますか。

14 件の回答



### (3) (2) で③と答えた方へ、活動歴をお知らせください

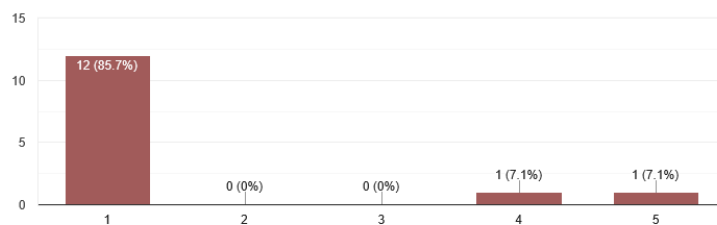
14 件の回答





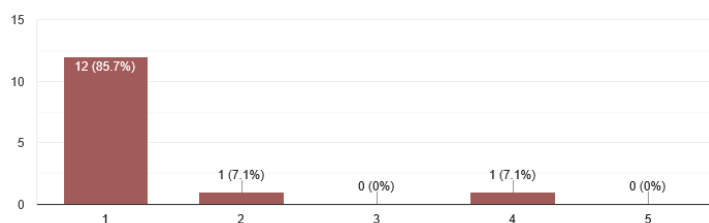
(4) 事例発表「オンラインの活用」について

14件の回答



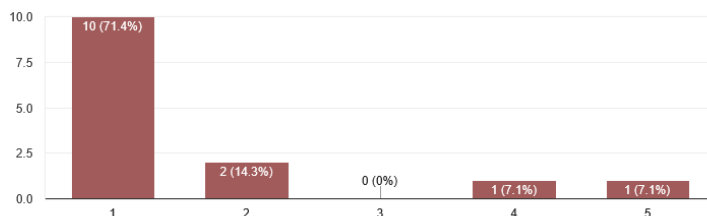
(5) 事例発表「手紙での支援」について

14件の回答



(6) 事例発表「動画配信の取り組み」について

14件の回答



(7) 3つの事例発表について、ご感想をご記入ください。

- ・コロナ禍の中、ご苦労されながら活動させていることに感謝しています。
- ・皆様のご活躍がとても刺激になりました。私も頑張ろうと思いました。
- ・各団体がコロナ禍の中、いろいろ工夫されていることがわかりました。今年、がんの告知を受けられた方々は、孤立感、孤独感を持っておられる方が例年以上に多いのではと思います。活動がこれまでのようにできなくても、あなたは一人ではないということを発信し続けることの大切さを改めて感じました。
- ・支援の仕方はたくさんあり、またそれを支えにされているサバイバー・ケアギバーさまがいるということ
- ・コロナの影響で患者会などの開催ができていない中でも、患者が孤独を感じないようにするためにはどのような手段があるのか考えていましたが、ふらっとさんのお手紙の例を参考に発信していくのもいいなと思いました。

・お手紙での支援も素敵だなおもいました。顔はみえないけれど心の伝わる方法だと思いました。

・3つとも、とても素晴らしく、自県で是非、この学びを活かしたいと思いました。本当にいずれも素晴らしかったです。

・どの事例のお話も、サロンでの対面で集まることが、厳しくなったことにより、色々と、考えておられた。

・コロナ禍で対面でのサポートが厳しい中、いろいろな方法を模索しながら、それでも不安な思いをしている方のサポートのため、それぞれご自身の手間をいとわず工夫されている事を知ることができました。

・フラットさまの活動について共感するところが多々あります。

「手紙」の持つ力（自筆によるぬくもりなど）について日頃から考えているものですからまた何かの機会に教えていただきたいです。

京都ワーキングサバイバーさまについては就労支援の面に注力されていると思いますので機会あれば奇数月の茶話会に参加したいと思います。

・病院がコロナで活動を縮小していくなか、積極的に活動されている洛和会病院の取組が素晴らしいと感じました。

・コロナという情勢下であっても、全国で活動している方々の情報を共有しながら、いろんな方法で支援の仕方があるのだなと感じました。特に、〈お手紙での支援〉については、大変参考になりました。

・手紙を送るというアイデア、素晴らしい取り組みだと思いました。ネット環境のない方にも届きますし、封筒にハンコを押して楽しい雰囲気にするのもお見事です。

(8) グループワーク「コロナ禍でのがん患者支援」について、ご感想を後記入ください。

・ご苦労されながらの活動を聞かせていただき勉強になりました。ありがとうございます。

・皆さんの優しさをあたたかさを感じるグループワークでした。

・いろいろな方と意見を交換できて、新しい気づきもあり、よかったです。

・がん患者のみならず、不安が増していることと・・・どんなかたちであれすこしでも気持ちが落ち着く、不安が軽減する方法を多方面からフォローしていければと

対面がなかなかできない状況での患者支援はやはりみなさん試行錯誤されているのだと感じました。ただ、このような状況の中でも、相談の場を求めている人もいるし、なにか支援していきたいと思っている人もいることは実感できました。

・全国からの参加者の方と交流できてよかったです。私は直腸がん患者支援には携っていませんが、今後の仕事や私生活において活かしたいです。

・他の方の活動や苦悩を知ることができて良かったです。

またお互いエールを送り合いました。

- ・なかなか厳しい問題やと、感じます。

外見のこと。心のこと。自分が当事者になり、支援する、支援される、の難しさを、改めて。

- ・様々な地域や立場から参加されている事で、それぞれの立場からの言葉を聞くことができました。

- ・時間とメンバー数を考えるといずれもちょうど良いと思います。一度シャッフルして2回に分けて行うのも良かったと思います。(ぶどうさんチームなので少し焦りました)

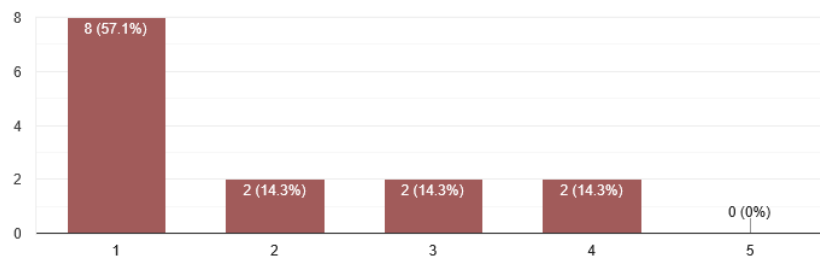
- ・担い手とお金の問題について、解決の糸口をみなさん求めていることが分かった

- ・現在における、参加された方々の活動状況や周囲の状況、それに対しどういふことに配慮しながら活動しているのかを共有することができました。

- ・少し話しが漠然と進んでしまったような感じがしました。支援者という立場の方ばかりではなかったから、難しいですね。

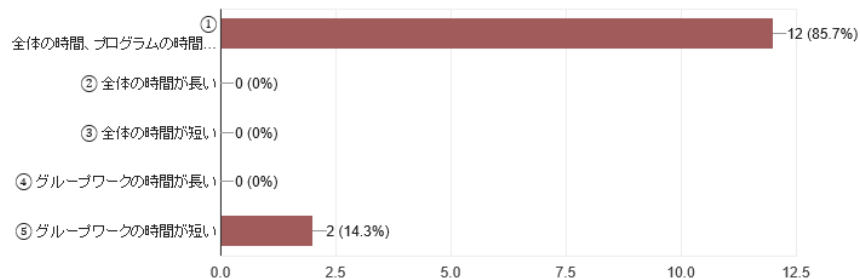
#### (9) 「京都府の取り組み」について

14件の回答



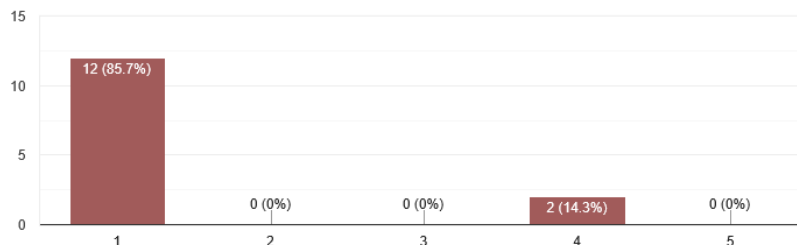
#### (10) 時間配分について

14件の回答



(11) 第2回講座の満足度について

14件の回答

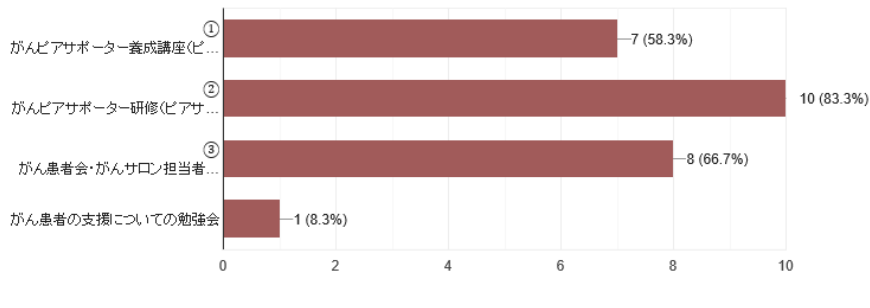


(12) 今後どのような講座を希望しますか（テーマ、開催方法など）

- ・対面式が可能になっても、より多くの人に参加しやすいように、オンライン参加との併用があればと思います。
- ・養成講座・支援活動実践編など
- ・若年がんの妊孕性温存についてや、がん患者の妊娠・出産・子育てについて
- ・ピアサポート陽性講座を是非開催していただきたいです。
- ・今回の構成が良いと思います。患者団体等、行政、病院とバランスがとれています。
- ・ネットと対面と。混合など。
- ・コロナ禍が落ち着くまでは、定期的にとどのような活動をし、どういうことに配慮してるか、配慮が必要なのか意見交換の場を定期的に行っていただきたいです。
- ・対面しての講座が一番いいですが、状況によりオンラインもありだと思えます。

(13) 今後参加してみたいと思われる企画をお知らせください

12件の回答



(14) 今回は、オンラインでの研修でしたが、オンライン受講の感想をお聞かせください。

- ・1日目が早退になりました。剤後まで聞けなかったのが残念です。聞けなかった部

分を聞かせていただきたいと思います。よろしくお願いします。

- ・全国から参加できてよかったです。でも今度は京都へも行きたいです。
- ・やはり対面式が理想的だとは思いますが、様々な地域の様々な状況にある人たちが参加しやすい形として、貴重であり、今後の開催に更に活かしていただければと思います。
- ・自宅や出先でも環境が整っていれば参加出来る点・集中して話が聞ける点・参加しやすかったです。
- ・知らないことばかりで大変勉強になりました。ありがとうございました。
- ・現状では今回の形になると思います。今後は感染予防をしながら、リアルの可能性も検討していただきましたら幸いです。
- ・オンラインのよいところは、すぐに繋がれることです。ただ。ネットに、疎いので、なれる必要は感じます。
- ・準備してくださる方の苦勞や通信状況などの事もあるかと思いますが、感染リスクや時間のことを考えると、参加しやすい。
- ・府外から参加させていただく機会をいただけたのもオンライン開催ならではだと思います。また体の具合や感染リスクを考え、参加したくても躊躇されている方には良い黄か藍を提供くださっていると思います。Zoom 操作についてあまり年齢を考え過ぎなくても良いと思います。若い人でも抵抗ある方はいるし高齢の方でもされる方はされると思います。
- ・Wi-Fi の環境等で一部話が聞き取りにくい場面がありましたが、オンラインで開催するからこそ全国の方々も参加することができたので良かったです。また地域によって多少特性の違いがあることも分かり、有意義な研修を受講できました。
- ・オンラインでも結構、交流できると感じました。

(15) その他

- ・2日目は最後まで参加させていただきました。ありがとうございました。
- ・2週続けての開催、ありがとうございました。スタッフの皆様お疲れ様でした。
- ・昨年に続き2回目でしたが、毎回、私は一人ではないと勇気づけられます。ご家族が感謝になられた方にも、こんな講座もあるということをお知らせしました。今後ともずっと続けていっていただきたいと思います。
- ・参加してよかったと、より深く勉強したい。また経験を微力ながらもどこかで活かせればと強く思いました。再配信、希望します。
- ・医療従事者が学べる勉強会などもどんどんやってほしいです。
- ・お世話になりました。ありがとうございました。
- ・皆様、今日までのご準備、本当にありがとうございました。おかげで、とても深い学びが出来ました。心から感謝申し上げます。
- ・今日は、なかなか緊張することもありましたが、講座を受けて良かったです。

- ・2週にわたりこのような機会を創ってくださりありがとうございました。地域でのピアサポート活動に活かして行きたいと思います。これからもこのような機会がございましたら参加させてください。
- ・オンラインでの参加でも得ることがたくさんあると感じました。様々な場面で、細かいご配慮をしていただき、安心して受講出来ました。ありがとうございました。

## 研修終了 所感

11月7日・14日、コロナ禍においてのがん患者支援の現状を知り、新たながん患者支援の形を学び実践に繋げていただくための指針となることを目指して、がんピアサポーターのための研修会を開催しました。初めてのオンライン開催で至らないところもあったかと思いますが、北は東北、南は九州と全国の支援者の皆さまにご参加を頂き、共に学び、交流できたことは大変有意義な時間であり、また大きな喜びとなりました。

終了後、「心のつながりが日本中にできるのではと思った」と、ありがたいお声も届いています。また、オンラインを活用できない方々への支援について、2日間を通じて幾度も課題とあがったことも印象的でした。今この状況が決して分断に向かうことのないよう、この研修で得た知恵とつながりを、しっかりと次につなげていくことを心に留めて参りたいと思います。

そしてまた支援に携わる人々自身も、この状況下で心折れてしまわないよう、たとえほんの小さなつながりや試みであったとしても、手を携え、そのひとつひとつを大切にしていけるようにと考えています。

ご参加頂きました皆さま、本当にありがとうございました。これからも、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

京都府がん患者団体等連絡協議会 副会長 竹内 香



初のオンライン開催には、全国からご参加いただきました。  
時間も距離も超えて「つながる」ことの意義＝大切さをお互いに学びあいました。