



令和初めての新年を迎えました。それぞれの目標に向かって走り出した方も多いと思います。穏やかで良い年になるといいですね。今年はオリンピックイヤーですがせっかくの自国開催なので楽しみたいですね。



## 特集： 親が「がん」になったとき子供に何を伝え、どう支えればいいのか？

がんと診断されることは誰にとっても大きな衝撃です。子育て中の方にとってはご自身の病気や治療に加え子供に与える影響や治療中に子供の世話をどうするか、そして事実を我が子に話すかどうか、話すとしても何をどこまで話したらよいかといったことも重要な問題のひとつです。統計では18歳未満の子供のいるがん患者さんは年間56143人でその子供は87017人という推定値が出されていますが、病気にかかる年齢が若くなったり結婚・出産年齢の高齢化により子供が18歳未満の時にがんと診断される患者さんが増加しています。来年度から小、中、高校の子供たちに向けたがん教育が始まる予定があります。今回は米国MDアンダーソンがんセンタープログラム(KNIT)を参考に親の「がん」をこどもにどう伝え、どう支えていくか、そのヒントをご紹介します。 ※(国立がんセンター中央病院のデータ)

**子供は何かを感じています**

子供には知らせないという考え方もありますが、子供は親の病気について何かが起こっていることに気づきます。話されないことでひとりで悪い想像をふくらませより大きな不安感を持ってしまうこともあります。家族である子供をケアの輪に入れサポートしていくのは重要なことです。子供にわかりやすく伝え、安心感や信頼されている気持ちをもってもらうこと、感情を表現できる場を作ってあげることが大切です。親自身も隠し事がないことで不要なストレスを感じないで治療に向かうことができます。

**どのように伝えればいいのか？**

話す時は落ちついて話せる静かな場所を選びます。子供の集中力が途切れたら話すのをやめ、子供がその気になるのを待ちましょう。子供の年齢によって理解力や集中力は異なるので子供の様子を見ながらすこしずつ話していきましょう。年齢によって絵本などを使い説明することもいいと思います。

**誰のせいでもないことを伝えましょう**

年齢の低い子供ほど自分を責める傾向があります。子供が親の病気は自分のせいだと思わないようにしてあげましょう。

**病名を伝えましょう**

病気というあいまいな表現をすると子供は独自の考えや創造を働かせ、その結果より大きな不安や混乱をきたすことになりかねません。

**伝染しないことを伝えましょう**

がんという病気は風邪薬やはしかなどとは違い伝染しないとはつきり伝えることが重要です。

**治療の計画や体の変化について話しましょう**

どんな治療をしてどのような症状や副作用が予想されるのか、治療の期間なども話しておきましょう。病院に一緒に行ってどんなことをしているのか見せたり、お風呂に入って手術の痕をみせて説明するなど理解が深まります。



**子供に伝えるための絵本には**

- 「ママのパレッタ」
- 「おかあさんだいじょうぶ？」

**などがあります。**

**子供の年齢などにあわせて選ぶといいでしょう。**

♡ ご家族の状況や子供の年齢により問題が違ってくることもあります。相談支援センターにご相談ください。

♡ NPO 法人 HOPE TREE (ホープツリー)のサイトもおすすめです。

相談室では絵本の貸し出しもしています

### がんサロン『ゆい』の風景

**茶話会**

12月20日「茶話会クリスマス特別企画」でアロマに癒されました。20数名の参加があり、ワイワイ、がやがやとにぎやかにハンドクリームとリップクリームを作りました。

ウクレレとバイオリンの美しい音楽のプレゼントもあり楽しいひと時を過ごしました。

**講話**

**よせられた作品**



**11月：「生きることをともに見つめなおす」** 講師：臨床宗教師 金田諦結先生

講師は緩和ケア病棟で臨床宗教師として活動されています。講話では臨床宗教師の成り立ちや仕事の内容について話された後、終末期の患者さんの悩みはどこにあり、どう向き合うのか、そして人生の終末をどう考えればいいのかについて思いを語られました。終末期に抱く悩みには人生への後悔や罪悪感、不安などからくるものがある、その悩みは誰かに話すことで楽になるもの、気持ちを口に出してみることで、そばで聞いてあげることが大切である、また悩む中でこれまでの何気ない生活がいかに大切だったかに気づき、そこから新しく生きることの輪郭が見えてくると語られました。参加者からは自分の終末を考えることはどう生きるかにつながる、日々の何気ない生活であっても大切にしていねいに生きることだと感じたという感想が聞かれました。