

第115回 ほほえみ 開催

10月17日（水）第115回 ほほえみを開催しました。
10名の方が参加してくれ、うち1名の方が初めて参加される方でした。
来年の2月にほほえみが10周年を迎えることとなります。
そこで、10周年の記念とほほえみを広く皆さんに知ってもらえるように
市民公開講座の開催を考えています。また内容が決まってきたら報告させ
てもらいたいと思います。



次回のほほえみは、11/21（水）14時から16時まで
本館3階 特別会議室での開催となります

【がんサロン事務局】

『“生活の質”を維持する難しさ』

（がん体験記）

“生活の質”という言葉をよく耳にする。“QOL (quality of life=クオリティ・オブ・ライフ)”と言われているものだ。“生活を維持し、自分らしい生き方を・・・”という意味なのだが・・・。

が、実際にがんの治療を始めると、それが難しいことに気づかされる。手術の傷の痛みもそうだが、なんといっても大きく生活を乱すのは、治療による副作用だ。

「我慢はしないでください」

そうは言われるものの、どこまで我慢をすればいいのか限界がわからない。

「頑強ながん細胞をやっつけるためには、これくらい耐えなければ・・・」

という思いもある。甘えることの難しさも感じた。どこまでつらさを口にしていいいものなのか・・・。

そんな状況の中、私の“生活の質”は完全に奪われていた。“がん”という厄介な魔物に、完全に振り回されていた。

先日、この病院で開催された『緩和ケア』の講義を聴講した。その時、講師の一人である緩和ケア科の医師の言葉に、私はハッとした。

それは、“QOL”を“生活の質”ではなく、“人生の質”とおっしゃっていたことだ。テレビなどで耳にするのは“生活の質”という言葉だけ。私はこの時初めて“人生の質”という訳に出会ったのだ。

“life”は“生活”でもあるが、“一生・生涯”でもある。

「私らしい人生を、私らしく生きていけばいいのだ」

そう感じた時、なんだか心が軽くなってゆくのを覚えた。

（北海道／女性／乳がん／がん患者本人）