

若年性がん患者が作る！若年性がん患者のための情報マガジン

STAND UP!! 08

2017.SPRING

～がん患者には『夢』がある～

若年性がん患者60人への恋愛アンケート

男性用ウィッグ特集

友だちとの向き合い方@学生座談会

Special Interview

お笑い芸人 小林アナ

元気になった私が、「こういう人もいる」という
プラスのイメージを見せていきたい。

若年性がんと向き合う10人のストーリー

STAND UP!! 08

2017.SPRING



CONTENTS

03 巻頭スペシャルインタビュー

元気になった私が、「こういう人もいる」というプラスのイメージを見せていきたい。

お笑い芸人 小林アナ さん

06 若年性がんと向き合う10人のストーリー

17 漫画『入院中のひとコマ』

18 若年性がん患者60人への恋愛アンケート

22 がん患者が歩む未来！

過去に掲載された体験談より

24 Cancer Life Hacks

がん経験者たちの生活の工夫

26 友だちとの向き合い方@学生座談会

28 闘病中の仲間たちへ

29 STAND UP!! 活動報告

30 編集後記

31 認定NPO法人ゴールドリボン・ネットワークの取り組みについて

発行元

若年性がん患者団体
STAND UP!!

STAFF

Editor in Chief / 坪内雄佑

Assistant editor / 寺島大貴

Editor / 水橋朱音 中陳香織 白井裕美子 有川雅俊 関口陽介

Writer / 若井亮治 眞部賢太 小島匠太郎 吉川佑人

体験談の10人

Designer / さちこちdesign

Illustrator / 川島真弓 Ati

表紙

Photographer / 小坂仁都美

Model / STAND UP!! メンバー

元気になった私が、

「こういう人もいる」という

プラスのイメージを見せていきたい。



Special Interview

お笑い芸人 小林 アナ さん (35)

取材・文／白井裕美子、坪内雄佑 写真／佐藤 崇宏

この若さですがにないだろうと

―がんがわかった時のことを

教えてください

私の場合は本当にたまたま見つかっただけです。3年前に区役所から子宮頸がんの検診無料クーポンが送られてきて、無料だったので軽い気持ちで受けてみました。そのついでに、乳がん検診も受けたら、その時はシコリもなかったし、自覚症状もまったくなかったんですけど、再検査に引っかかってしまいました。石灰化がいくつかあるという話で、1週間後に別の病院で細胞診を受けてみたら、がんだとわかりました。

私の母が40歳で乳がんにも罹患していたので、その3年前に既に自主的に検診を受けたことがあったんですね。その時は何もなかったんですけど。

―細胞診を受けるまでの間、

どのようなお気持ちでしたか

怖かったですね。母が乳がんになっているから、私もそうかもしれないという気持ちはあったんですけど、当時31歳だったので、この若さですぐに（がんでは）ないだろうというのがありました。

我慢していたものが、言葉にした時にあふれたのだと思います

―告知された時は

どのようなお気持ちでしたか

最初は1週間で結果が出ると言われていたのが、病院から電話がかかってきて、診断の結果がわからず、もう1週間延びると言われました。



1週間後に病院に行くと、予約を飛ばされて、一番最後に回されたんですよ。そして私の番が来て、先生から浮かない顔で、ストレートに「がんばりました」と。淡々と言われて、私は頭が真っ白になり、本当に他人事のように聞いていました……。ドラマでよく見る感じで、客観的に『え、私が(がん)なんだ』という感じでした。

—医師からは

どのようなお話がありましたか
「全摘手術を勧めます」と言われたんですよ。他の石灰化の部分が乳がんになる可能性があるし、全摘をしないと転移の可能性も上がると。手術の日程も早く決めないと(予約が)取れないから、「この日

どうですか？」など、全摘前提で話が進められてしまいました。

で、「どう思います？」と聞かれた時に、自分ではいると希望を話し出したら涙が出てきて、「ちょっと考えたんです」と言っていて、その日は終わってたんすけど、我慢していたものが言葉にした時にあふれたのだと思います。

「切りたくないです」と言った瞬間に、がんだという事実を実感して涙がプワッとなっていました。

—告知の場面って

わからないことが多いですよ
何が正解かわからないじゃないですか。私は母の手術をした後の胸の状態を見て

ましたし。

その後の抗がん剤やホルモン治療も全部見えて、私もあの経験をやるのかなという恐怖もあって。全摘出してしまえば、抗がん剤やホルモン治療は必要ないでしょう、と説明されてはいました。逆に温存すると、抗がん剤治療などで子どもが作れなくなる可能性がある、全摘の方がいいですよ。と。胸が片方なくなるというのは、女性にとってもつらいことです。全摘がいいと簡単に言われても、すぐには決められませんでした。

—ご家族に先に伝えたのですか

告知された日に、電話して伝えました。検査に引っかけたのは話していたんですよ。「がんだった」って伝えて、またその時に泣けてきてしまつて……。でもその時、母は、すごく冷静でした。私は、その日ラジオの生放送の仕事があったのですが、「とりあえず今日ラジオあるんだから、ちゃんとやりなさいよ」ってサリと言われました。なんか強いなと思って。そう言われたことで、「あ、なんか大丈夫なのかも」とも思えて。

きっと母本人が経験してたことだから、言えたことだと思っただけです。とりあえず最初は母にしか言えなかったですね。その日は何もなかったように、ラジオでも普通にしていたつもりです。でも、どうしてもがん告知という結果が頭の片隅にあるので、なかなか厳しい環境ではありましたがね。

—その後どのような方法を

選択されたのですか

告知された1週間後にまた病院に行つて、セカンドオピニオンを受けたという希望を出したんです。紹介状を書いていただいて先生も快く、「いいですよ」と言ってくれて。それから1カ月間、病院探しが始まりました。

人の情報とか、ネットの情報を読みまくったり、聞きまくったりしましたね。

セカンドオピニオンで受診した病院は、大体が「全摘をお勧めします、再建手術は別の先生にして、後で考えましょう」という方針でした。でも、「やっぱり私は切りたくない」という気持ちがあつて、もししたら切らない選択肢もあるんじゃないかと思い、病院を探しました。

告知された病院も含めて5つ回ったのですが、その中で唯一、私の希望に合う治療を提案してくれた病院がありました。その先生も全摘、という方法だったんですが、皮下乳腺全摘術+同時再建という方法でした。乳首と皮膚は残して、その日にシリコンを同時に入れて、再建するというものでした。

受診した日にその病院の患者会で再建手術した方にお会いして、実際に触らせてもらったんですよ。こんなに綺麗な胸になれるんだって感動しました。そこで初めて希望を持つことができて、全摘手術をしよう決めました。

—経験者の声

勇気になったんです

患者会みんながすごく明るくて、「すごいプラスになったのよ」と話してくれました。とてもキラキラしている姿を見て、全摘に決めることができました。

自分で決めたことだから、
納得しているんだと思いますね

―実際に手術に挑んでみてどうでしたか

あつという間でした。時間的に考えると3時間くらいで翌朝には退院していました。胸がない状態を経験してないんですよ。麻酔して寝て、起きたら胸がある状態だったので。同時に再建をしたので、落ち込むことがなかったんです。母の胸がない状態を見たときに衝撃を受けたので、それがなのは自分の中で大きくて。この手術でよかったなと思いました。

―いろいろ探して決断した甲斐がありましたね

今でもその患者会に行つて話をいろいろと聞くんですけど、迷っている方って、この方法でいいのかとか、病院はどこがいいのかって考える方が多いです。

私の場合、自分で納得いくまで探し回って、悩んで悩んで選んだ結果だから、納得がいつてるといふか、そこに関しては私は後悔がなくて。いろいろと親にも相談はしたんですね。意見は聞きましたけど、「自分のことだから、自分で決めなさい」と言われました。自分で決めたことだから、納得しているんだと思います。

―治療中に小林さんを支えてくれたものは何ですか

開けつづけるにいろいろ話してくれた、患者団体の方々です。

人の胸を見るってなかなかないじゃないですか。しかも、手術された方の。中に

は乳首を摘出している方もいて、ないんですけど「これから乳首作るんだ」と言つてその状態を見せてくれたりとか。なんだか、すごく明るいですよみなさん。その姿にすごく救われましたね。

手術をどうしようか悩んでいる人には、私も胸を見せました

―公表に対しては

どのように考えましたか

当時は公表するつもりはなかったのですが、友だちや芸人仲間数人だけにしか、話してませんでした。

人を笑わせなきゃいけない仕事なので、公表したら笑ってもらえないんじゃないか、自分も気にしてしまつて、人前でデモンションを上げられないんじゃないかと、不安を感じていました。最初は芸人を辞めようかとも思つてました。

―その後、公表するという方向に？

当時先輩のカニング竹山さんに相談した時に、「公表しようか迷ってるんですよ」と相談したら「いや、絶対したほうがいい。芸人っていうのは、生き様を見せることだから。お前が芸人として話せることもあるだろうし」と言つてもらつて、公表していいんだと思えました。告知を受けてから、3カ月後くらいにブログで公表しました。

―公表したあとに、

周りの方からの反応はありましたか
ありましたね、ブログを通じてですが。

乳がんの方だけでなく、「頑張ろうと思いましたが」とか「同じように頑張つていまして」とか。検診を一度も受けたことがなくて、「ブログがきっかけで受けようと思いました」とか。友人を含め、いろいろな方から反応をいただきました。

今でも相談がきます。そういう話が来ればすぐ返したり、手術をどうしようか悩んでいる人には、私も胸を見せます。実際にお会いして、こういう感じになるんですよ。

でも、一概に私の選択が一番いいとは言えないので、「しっかりと病院で話を聞いて治療方法は自分で決めた方がいいですよ」とお話しています。何が一人ひとりにとってベストな選択かわからないし、いろいろな方法があるから。ただ、最後は自分で決めた方がいい。それは言うようにしていますね。

今、元気な私が、こういう人かもしれないというプラスのイメージを見せたい

―乳がんを経験した人として、今後どのようにしていきたいですか？

チャリティーオークションや啓発活動には毎年参加させてもらつて、ピンクリボンアドバイザーという資格を取りました。今元気な私が、こういう人もいるというプラスのイメージを見せていきたい。元氣になられた方も多いですから。今頑張っている方が少しでも元氣になればいいなと思つてます。

―最後に闘病中の仲間へメッセージをお願いします

決めなきゃいけないことが多くて、つらくて大変で、自分の殻に閉じこもつてしまうこともあると思います。

私は、周りの人が支えてくれていることを実感したので、もつと氣樂に頼つてもいいと思えたんです。皆さんも、親や友だちなど、周りにいる人に上手に甘えながら、病氣と付き合っていけるようになっていただけたらと思います。



小林 アナ
Ana Kobayashi

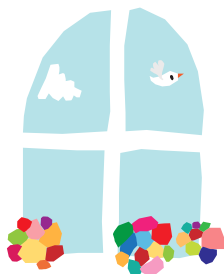
1981年12月18日生まれ。長野県出身。元地方局アナウンサー。現在は、サンミュージック所属お笑い芸人としてラジオパーソナリティーなどの仕事を中心に活動している。

31歳で乳がんを経験。自身の経験を元に、ブログでがん検診などの情報発信や、ピンクリボンアドバイザーの資格を取得し、啓発活動などに積極的に参加している。

若年性がんと向き合う 10人のストーリー

若年性がんを経験した10人が、発病から治療、再発、受験、就職、夢、
がんと向き合うことについて語った物語。

一人ひとり生き方は違うけれど、
10人全員が今この時を全力で生きている。



背古 菜々美
ユーイング肉腫



鳥井 大吾
左下腿軟部腫瘍



加藤 那津
乳がん



野崎 淳
松果体部胚細胞腫瘍
(ジャーミノーマ)



荒木 未美
子宮頸がん
(小細胞がん)



込山 大輔
精巣腫瘍



中津川 久美子
乳がん



樋口 裕太郎
甲状腺がん



磯 まなみ
頭蓋咽頭腫瘍



吉川 佑人
胃がん

初めて腰に痛みを感じたのは大学2年生の春でした。当時は大学のサークルが楽しく、休む暇もなく遊んでいたのに、特に気にすることはありませんでした。大学では数学の勉強をしていて、難しい授業や嫌なテストも放課後のサークルを楽しむに切り切りました。仲間と楽しく過ごす時間はあつと言う間に過ぎ、冬になるとスケジュール帳の来年のページが埋まっていきました。

その頃、今まで特に気にならなかった腰の痛みがどんどん強くなり、ある日、大学で倒れてしまいました。大きな病院で検査をして、「良性だと思うが、腫瘍があります。すぐに手術しましょう」といわれ、手術をしました。術後は徐々に痛みもなくなり、これでやっと学校に行けると下宿していたアパートに戻った時、親からの電話で「病理検査の結果が良くなかったから、一緒に病院へ行こう」と言われました。その後、がんの専門病院で「ユーイング肉腫です。抗がん剤をしないと90パーセント再発します」と告知されました。



No.01

背古 菜々美

(23歳/罹患年齢: 21歳)

大学3年生

ユーイング肉腫

宝物

治療開始まで少し時間があつたので下宿先に戻り、一番仲の良かったサークルのメンバーに病気のことを話しました。寿司屋でバイトをしていた友だちが、バイトを抜け出して一番高いお寿司を持ってきてくれて、みんなでパーティーをして送り出してもらいました。手作りのお守りくれた友だちもいました。全部が嬉しいことなのに、上手く笑えませんでした。入院し、治療が始まりました。いっぱいだったはずのスケジュール帳は、修正ペンで真っ白になり、SNSで友だちを見るたびに、うらやましい気持ちになりました。「私はいつ死ぬんだろ」「最初に考えていたのはそれだけです」。

入院した初めての夜、カーテンを閉めて寝ようとしていると、向かいのベッドの女性が思いきりカーテンを開けて「ねえ、泣いてる?」と言いました。私はびっくりして「泣いてないよ」と返事をしました。彼女は私が、当然泣いていると思ったようです。彼女はしばらく私のベッドに座って漫画やアニメの話をしていました。彼女のおかげで私はすっかりオタクになってしまいました。翌日、彼女と病棟をまわって、私と同じ病気の方や同年代の方を紹介してもらいました。彼女はかなり長く入院をしていて、この病棟のみんなが友だちだったようです。そこから私の入院生活はとても楽しいものとなりました。みんなでカウンセラーの先生にネイルをしてもらったり、外出してはお土産を買って交換したり、私たちは運命共同体だったのです。今思うと一番おもしろかったのは、髪が抜けた時です。病棟のみんなは出会った時から髪がなかったので、私だけ髪が残っているのが嫌でした。2クール目あたりで髪が抜け、「涼しげになっちゃって」と笑われた時、「これで私も仲間だ!」と思ったのです。

1年間の治療が終わって、私は今まで通りの当たり前の生活に戻りました。大学は数学科から音楽科へ転学部し、今は音楽療法士を目指して勉強しています。病院で出会った友だち、先生方、転学部して出会った仲間、そして元気だった頃の私より今の私が大好きで、ちゃんと向き合った経験は私の宝物になったのです。



一緒に入院していた友だちに浴衣を着せてもらって、病室から火花を見ました

鳥井 大吾

(27歳／罹患年齢：25歳)

医療系IT企業勤務

左下腿軟部腫瘍



がんになって気づいたこと

私が告知を受けたのは2014年6月24日。その2年前から左足のふくらはぎが右に比べて一回り近く大きく腫れていました。痛みなどの症状はなく放置していました。告知を受ける1カ月前に父からの「俺の健康診断ついでに見てもらおうか」の一言で地元のクリニックに行きました。そこで腫瘍らしきものが見つかったのです。その後、紹介状を持ってがん拠点病

院に行き、初回診断でふくらはぎの腫瘍が悪性であることが告知を受けました。正直に言って、まったく受け入れることができませんでした。ただその後、告げられた病名で検索すると、自覚症状のないがん種であることがわかり、徐々にがんであることを実感していきました。

それからすぐに友だち30人くらいに連絡を取りました。がん告知を受けたこと

を伝えるためです。

「ごめんな、突然電話して！この前病院に行っただ。そしたらがんって診断されたんだよね!!左足のふくらはぎに悪性の腫瘍があるらしくて、やばいよね……(笑)」こんな感じで伝えました。できるだけ相手に気を使わせないから、不自然なくらい明るく笑いながら。大丈夫かもわからないし、治るのかもよくわかっていないけれど「大丈夫、治るからさ!!」と、どの友だちにも伝えていました。また、当時IT系の会社で働いていたので、社長と上司にも伝えて会社を休職しました。

7月初旬に入院し、その翌日に手術をすることが決まりました。医師からは、手術について「がんの進行状況によっては術中判断で足を切断する可能性があります」と説明を受けました。手術前日に左足のすね毛を剃りながら、「もししたら、明日左足がなくなるかもしれないんだよな」と、なんとも言えない混沌とした気持ちになったことを、今でもよく覚えています。

無事手術は終了し、なんとか足は切断せずに済みました。しかし、足の筋肉を15cmほどくり抜き、血管や骨も摘出したので、まったく歩けなくなりました。昨日まで元気に歩けたのに、翌日には歩けなくなりました。このギャップがものすごくショックでした。

その時、私よりも若くしてがんになった女性のブログを見ました。そこには「すべてのことには意味がある」と書いてありま



手術5日後の包帯が取れた時。
自分の足ながら、痛々しいと思い撮影。

した。「私がんになった意味“。がんが発覚するまでの流れ“。2年間放置していたが、こうして今も生きていること“などをベッドの上ですつと考えていました。すると物事の捉え方が変わり、元氣だった私ができたと今の状態を比べるのではなく、リハビリをして少しずつ回復していく自分に目を向けられるようになっていったのです。

それからは、リハビリの時間以外にも自主的にリハビリを行い、医師も驚くくらいに回復することができました。退院して1カ月半後には復職して、今まで通りフルタイムで働けるようになりました。今ではがん情報サイトを運営している会社で転職して、がんになった経験と前職のITの経験を活かして働いています。

がんになったことは肉体的にも精神的にもつらいことでしたが、人生が有限であることに気づき、今の仕事を見つけたことができたので、がんになる前に今の人生が充実しています!!

No.03

加藤 那津

(37歳/罹患年齢:31歳)

大学職員

乳がん



がんになって、いきいきと生きる

私は、31歳になって間もなく乳がんの告知を受けました。きっかけは、親戚や祖父母にがん経験者が多く、「がん家系」だと思っていたので30歳になったのを機にがん検診を受け始めたことです。その2回目の検診で早期の乳がんが見つかりました。

術後初めて勇気を出して参加した患者会には歳の近い患者さんは皆無で、そこに私の居場所はないと感じました。そして、そこで勇気を振り絞って話をした

がんの先輩方から「あなたは軽くて良いわね」という言葉をかけられました。確かに、早期で見つかった「軽い」かも知れない。しかし、この歳でがんになったことは、決して「良い」ことではないので、とても悲しい気持ちになりました。それから、患者会というところに足を踏み入れることはありませんでした。

私は仕事をしながら治療をしていたので、治療が続く中でとてもしんどくなることもありましたが「軽い」「私が「つ

らい」なんて言うのはダメだと、家族にも主治医の先生にも「つらい」と言えず、とても苦しい時期がありました。そんな時、毎日通う放射線治療室の看護師さんから「何か悩んでるんじゃない？話していいんだよ」と声をかけていただき、「つらいと言えないことがつらい」と話したことで、「軽い」「私が「つらい」と言っても良いとわかり、先生方をはじめ、通院する病院の方々がいつも気にかけてくださるようになり、治療を続けていくことができました。

例えば早期のがんであっても、再発・転移の不安はあります。その不安とともに暮らしていましたが、地元にも歳が近い患者さんたちがいることを知り、彼らに出会ったことで「一人じゃないだ」と気付くことができました。

その後、再発・転移の不安も薄らいだ頃に、局所再発がわかりました。その時は、「なぜ？決められた治療をしてきたし、早期だったのに？」という思いではありましたが、それまで疑問に思ってきたことを確かめるために受けた検査で、「遺伝性」のがんであることがわかり、「体質みたいなものだから仕方ない」と割り切ることができるようになりました。同時に「私は一生がんと切っても切れない縁にあるんだな」と感じ、何かがんに関わることをしたいと思うようになりました。

そして、私が最初にがんになった時に

感じていた「居場所のなさ」を解消するため、地元で若年の仲間が集まれる会を立ち上げました。現在は、その活動を中心に治療と仕事を両立しながら暮らしています。

がんになる前「自分には価値がない」、「生きている意味がわからない」と思っていました。私は決して「がんになって良かった」とは思えませんが、がんになったおかげでいろいろな挑戦もできていて、今「いきいき」と暮らせるのは、がんになったからだと強く思っています。

今は、肝臓にがんが転移していることがわかり、これから不安な状況に直面して、気持ちが沈むことがあるかも知れません。それでも、がんになったことには意味があるのだと思いながら前を向いて、時々後ろを振り返ったり立ち止まったりしながら生きていきます。



大好きなくまモンと



No.04

野崎 淳

(18歳／罹患年齢:17歳)

高校2年生

松果体部胚細胞腫瘍

(ジャーミノーマ)

年下に支えられて

2015年、高校2年生の僕は頭痛に悩まされていました。頭痛自体は半年ほど前から起こっていたのですが、市販の頭痛薬を飲めば治まったので、「偏頭痛かな？」程度に思っていました。しかし春頃から症状が強くなっていき、夏休みに今まで一番の頭痛、同時に失語症と複視が起きました。もうろうつとする意識のまま救急車に乗せられ、近くの病院でCT

検査を受けました。翌日自宅で目を覚まし「良かった、生きてる」と思ったのも束の間でした。CTの結果を持って診察に行った大学病院で「脳に腫瘍があります」と言われ、そのまま緊急入院となりました。MRIなどの検査をし、8月末には、頭蓋骨に小さな穴を開けてチューブを入れ、組織の一部を切り取る生検手術を受けました。その後、9月中に治療を始める

予定でしたが、治療前のMRIで腫瘍の脊髄伝播が見つかりました。結局、治療は10月まで延期となりました。

治療内容は、全脳全脊髄の放射線を13回と、抗がん剤が3クール。放射線治療では味覚が変わってしまい、入院食を匂いが少なく、食べやすい物に変えてもらいました。それでも放射線治療をした最初の1週間くらいは、気持ち悪さが治まらなくてつらい思いをしました。

闘病中に心の支えになってくれたのは、同じ病棟に入院していたちびっ子たちです。僕よりもずっと長い間つらい治療に耐え、点滴台を片手に病棟を走り回るちびっ子たちを見て「こんな事でへこたれてられないな」と、いつも元気を貰っていました。子どものお母さんたちからも、いろいろな話を聞きました。

無事に治療が終わり、なんとか年内に退院することができました。とはいえ、高校の出席日数は足りなくなっていたので、留年して4月から復学。2回目の高校2年生生活を過ごしています。このフリーペーパー8号が出る頃には、ちょうど3年生になっていると思います。1回目の高校2年生の時にいろいろお世話をした新入生たちが今ではクラスメイトというのはちょっと不思議な感じがしますが、最近はお互いに距離感も掴めてきて、楽しい学校生活を送っています。実は、自分も小さい頃に闘病していた」と打ち明けられて、サバイバー仲間ができたのも良い出来事で

した。

復学して一番嬉しかったことは、ある先輩から言われた「先輩って、いつも帽子被ってるからすぐ見つかって良いですね」という言葉。帽子取って見せてよ」と興味本位で言われることは何度かあったけれど、そういう風に言ってくれる人がいたことで、救われたような、報われたような気がしました。今はこの経験も良かった、とさえ思っています。

僕が高校に入ってからずっと所属している放送部では、2年前に一緒に入部した元同期生たちが6月に引退を迎えました。少し寂しくもありますが、今は放送部の新部長として活動をしています。

自分自身が闘病をして初めて、小児がんといいものは決して非現実的なものではなく、身近にあるものだとなりました。そして何より、サバイバーだって差はあれど、普通の人なんだと実感しました。「がんを経験したって普通に高校生している僕がいるぞ！」ってことを、今がんと闘っている同年代の人たちに届けられれば幸いです。



抗がん剤治療中の頭にお気に入りのぬいぐるみを乗せて

新たな人生を生きる

〈始まり〉

入籍から5カ月後のある日、子宮頸がんの宣告を受けた。通常は肺にできる小細胞がんという低分化で悪性度の高い種類だったため、治療は肺がんの治療に準じて行うことになった。広汎子宮全摘、両付属器(両卵巣)切除、リンパ節郭清の



No.05

荒木 未美

(30歳/罹患年齢:28歳)

看護師

子宮頸がん
(小細胞がん)

ため、手術は7時間近くに及んだ。その後、抗がん剤治療もすることになった。

〈広汎子宮全摘の重さ〉

28歳という年齢としても、女性としても、何より結婚したばかりの私にとって、この現実とはとても大きく大きなダメージだった。目に入る生理用品のCM、芸能人

のマトニティーフォト、SNSのアイコンを自分の子どもにしている友人、トイレの汚物入れ、私を妊娠していたときの実母の話も、とにかく入ってくる情報がつらくてたまらない時期があった。

健康であっても、子どもを授かるとは限らない。しかし、卵巣が片方でもあれば……、治療前に卵子だけでも凍結していれば……。妊娠・出産はできなくても、自分のDNAを残すことができたのではないか。そして何より、私と結婚してしまっただことで、夫を父親にすることができないという罪悪感にさいなまれた。

〈転機〉

年齢的なこともあり、まわりの友人から一人、二人と妊娠の報告を受けるようになった。あるとき、元職場の先輩が妊娠の報告とともにこう言った。「人の妊娠を喜べなくてもいいんだよ。でも、私が産んだ子どもはみちやんの子どもだと思って抱っこしてね」と。半分はとも悔しい気持ちだった。私はどんなに努力しても、妊娠・出産というかけがえない経験はできない。

でも、私にそんな風に言葉をかけてくれた世界中でたった一人の彼女の一言が、どん底にいた私を救ってくれた。



入院中に同期とその旦那様たちからもらった千羽鶴

〈現在〉

治療のために延期していた結婚式を済ませ、一年半の休職期間を経て看護師として職場復帰を果たした。病気を初めて、心の底から患者さんの気持ちを理解できた。「医療系がんサバイバー」としての役目が、私にはあるのかもしれない。私は子どもを残すことはできないが、自分のために生きられる人生を与えられたのだと、30歳になった今は少し思えるようになった。

〈治療中の仲間へ〉

時には人の幸せを喜べなくなったり、前向きになれなくなったり、いいじゃないですか。あなたは決して一人ではありませんよ。病気のことを、笑って話せる日が必ず来ます。病気になって悔しい思いやつらい思いもしましたが、私にしかできない生き方を私は探しています。ともに泣いて笑って、この人生を謳歌していきましょう！これを読んでいるあなたの治療が、すべて無事に終わりますように。

困難を乗り越えて生き抜こう！

私が「精巣腫瘍（ステージⅢC）、後腹膜リンパ節転移あり。組織分類は奇形腫」と診断されたのは2012年の10月のことです。それから右精巣を摘出する手術、6クールにわたる化学療法、12時間にあぶ後腹膜リンパ節郭清術を受けることになり8カ月の入院治療生活を送ることにしました。

当時、銀行に就職して4年半が経過し



No.06

込山 大輔

(31歳／罹患年齢：27歳)

会社員

精巣腫瘍

たころでした。私は大きな病気をしたことがなく健康には自信があったのですが、そんな私が最初に感じた異変は腰痛でした。夏前から痛みを感じ始め、9月には夜中に腰の痛みで目が覚めるようになりました。近くの整形外科を受診しCTとMRIを撮った結果、背骨の周りに、直径が握りこぶし1つより少し大きい、縦に16cmほどもある腫瘍が写っていたので

す。腰痛を軽視していたことを後悔しました。

すぐに近くの大学病院を紹介してもらい、検査入院を経て先述の診断を受けました。奇形腫には抗がん剤が効かない上に、腫瘍マーカーのα-フェトプロテイン（AFP）の値は10万を超えており正常値の1万倍超とかなりの高値でした。精巣の病気で、しかも手術や化学療法によって精子を作る能力に影響が出たことはかなりショックでした。もし治ったとしても父親になれる可能性は極めて低く、喪失感にさいなまれました。生命の危機に立たされていることについても、認めたくない気持ちでいっぱいでした。

さまざまなことを受け入れられず苦しみましたが「今、自分が感じていることは、自然な感情なんだ」と、一つひとつの感情を丁寧に認めることから始めました。

周りの人たちも大きな力を与えてくれました。病気が判明してすぐに駆けつけてくれた学生時代の同級生たち、みんなでエールを送ってずっと復帰を待ち続けてくれた会社の同僚たち。誰かが毎日私のそばにいられるようにとチームを作り見舞いに来てくれた、学生時代働いていた学習塾の社員の方や後輩たち。週に何回も病院に来てくれた両親。懸命に私の治療に取り組んでくださった病院の方々。緩和ケアやリハビリなどを含めたチーム医療を受けられたことも大いに役立ちました。こうして少し時間が経ったころ、よう



化学療法中に虫垂炎になり腸閉塞も併発し最もつらかった時の写真。無理矢理笑顔を作ってみました。

やく何とか現実を受け止めることができ、「どんな困難があるうとも生きられる限り生き抜いていく」と、強く思うようになりました。私も自身の治療に責任を持って取り組む必要があることを学びました。

奇跡的にすべての治療が奏功し、最後の手術から半年後の2013年11月には以前から勤めていた職場に復帰することができました。今は3カ月に一度、経過観察のための通院こそありますが、再び以前と同じように働き、運動もできるようになりました。化学療法から3年が経ち、下がっていた白血球の数値も治療開始前の水準に回復してきています。

いろいろと大変なことはありますが、勇気を出して周りの人とよく相談しながら進んで行くことが大切です。お互い必ず生き抜いてどこかで会いしましょう！



No.07

中津川 久美子

(31歳／罹患年齢：28歳)

販売員
乳がん

つらくて泣いた分だけ強くなれた！

結婚して1年。幸せな新婚生活を送っていた私に、突然の宣告！それは忘れもしない、2013年の5月でした。

宣告される1年以上前から胸に違和感があったものの、ずっとそのままにしていきました。

そんなある朝、左胸にビリビリと電気が走るような痛み！私は何かを感じ、すぐに病院へ行きました。検査を終えその日は帰宅。数日後、病院から「検査結果が出ています」と連絡が入りました。

病院へ着くなり、先生から「結果からお伝えしますが、あなたは乳がんです」と、まさかの宣告でした。

その後、先生から説明を受け病院からの帰り道、一気に恐怖と悲しみの波が押し寄せてきました。「私、死ぬの？」涙が止まらず、声を出して泣きました。

その日から私の乳がん生活が始まり、手術の日程も決まりました。温存手術も考えましたが、再発のリスクをなくすため、全摘を決定しました。手術当日、「も

うこの胸ともお別れなんだ」と思うと涙があふれてきました。

手術は午前中で終わりました。手術後の第一声は「リンパは大丈夫だった？」という母への言葉でした。手術前はまだリンパに転移していなかったのですが、「先生がね、リンパにも転移ありと言っていたよ」と、母は私に伝えました。転移をしたリンパも手術で取り除いたので、今まで当たり前だった寝返りができなかったり、腕が上がらなくなったり、一気に私は体の不自由を感じました。

入院中は同じ乳がん患者の方がたくさんいたので、皆で楽しく過ごしたのを覚えています。同じ境遇の方たちとの時間は私にとって特別なものになりました。

「術後の傷は無理して見なくていいですよ」と看護師さんから言われていたものの、私は「一緒に見てほしい！」と頼みました。鏡の前に映る姿には、今まであった胸はなく、左胸には手術跡が刻まれていました。私はその跡を見て、「頑張ってくれてありがとう」と心の中で何度も言いました。

手術後すぐに抗がん剤治療が始まりました。1回目の抗がん剤では、看護師さんや、がん友が応援に駆けつけてくれて、点滴は無事に終わりました。

その後の治療では、吐き気、脱毛、味覚障害など、たくさん副作用が出ました。そのときの様子を主人が写真に記録

してくれていますが、写真を見ても、毎日のように生活していたのか思い出せません。それほどつらい治療でした。体の免疫力もなくなり、みるみる体がやせ細り、その写真からは笑顔が消えていました。家族や看護師さん、がん友の支えがあり、計8回の抗がん剤を乗り越えることができました。

今はホルモン治療が続いています。つらいこともたくさんありました。まわりからの心配の声を皮肉にとることもありました。けれど、今はたくさんの人に感謝しています。一度は死を意識したあの日。今までは少しでもつらいと「死にたい」と口にしたこともありましたが、あれと今は違います。

今では家族も増えました！犬のモカとリクです。この子たちのためにも、いつまでも笑顔で人生を楽しみたいと思います。



人生初の入院！友人が内緒で応援に来てくれました！

がんでも、一歩ずつ、前向きに

私が初めてがんと告知されたのは2013年10月中旬のことでした。当時は転職活動中でした。8月に受けた会社の健康診断で『肺：要精密検査』という結果が出ており、念のため原因を調べておこうと病院に通っていました。次の職場も決まっておらず、会社を辞める3日前でした。次の就職先も決めないといけないし、がんと告知されたし、「自分大丈夫なのか……」と一気に不安が押し寄せ

てきました。それと同時にこんな人は他にはいないし、自分の力で何とか乗り越えてやろう、と開き直ることができました。転職活動がなければ、ここまで強い気持ちをもつことができなかったと思います。がんを治すこと“就職先を決めること”という2つの目標ができました。がん告知はされましたが、実のところ、まだがんなのかわかりませんでした。細胞診（細胞を取って、その中にがん



No.08

樋口 裕太郎

(26歳／罹患年齢：23歳)

会社員

甲状腺がん

細胞があるかどうかを調べる検査）を行ったのですが、がん細胞がまったく取れなかったからです。結局2度同じ病院で細胞診を行いました。その病院では調べられないという結論になり、がん専門病院で見ってもらうことになりました。

一方、転職活動はがんが私に奇跡を起こしてくれた、と今でも思っています。告知された日の夜に参加した合同説明会で今の会社と出会い、2回の面接を経て、無事に内定をいただくことができました。そして内定後の条件面談のときに、初めてがんについて話しました。採用担当者も少しびっくりされていました。だが、「がんを治してから入社してください」という言葉をかけていただき、すごく安心しました。これで1つ目の目標は達成することができました。もしかしたら、がんが私により合った会社を教えてくださいましたのかもしれない。

入社後に採用担当者から、「がんと診断された中でもそのようなことを微塵も感じさせず、誰よりも前向きな姿勢で面接に来てくれたことが強く印象に残っています」と声をかけていただきました。

転職活動を終え、紹介されたがん専門病院で再検査をしました。そして、1週間後の検査結果を聞き、正式にがんと診断されました。初めて告知されてから1ヵ月後のことでした。その後入院や手術を経て、無事退院することができま



祖父が入院中にくれた本。就活や病気についての日記。

した。2014年2月からは新しい職場で働いています。

働きだして半年後、「STAND UP!!」の交流会に初めて参加したときはすごく緊張しましたが、前向きに生きている人がたくさんいて、元気をもらうことができました。また、メンバーに「樋口さんの経験が励みになって就職先を決めることができた」と言っていたとき、そのときは本当に嬉しかったです。

がん告知されたときはすごく孤独に感じました。しかし、かけがえのない友だちに出会うことができました。一歩ずつ、前向きに過ごせば、きっといいことがあると思います。そして、いつかこれを読んでいるみなさんにお会いできることを楽しみにしています。



No.09

磯 まなみ

(31歳／罹患年齢：13歳)

研究補助員 兼 大学院生

頭蓋咽頭腫瘍

これが私の歩む道

後遺症を負った自分自身と向き合うのは私にとって大きな試練でしたが、病気を通して得た経験と出会いにより、道が開け、前に進むことができました。

〈祖父が第一発見者〉

成長期の小学6年生で伸びたのはわずか0・9cm。そんな状況を懸念した祖父から病院へ行くようたびたび言われていました。中学1年生の春休み、CTを撮った結果、脳腫瘍が見つかりまし

た。全身のホルモン分泌をコントロールする視床下部と脳下垂体の間に腫瘍があったため、成長ホルモンの分泌が低下して低身長になっていました。当時の私は、「手術」という響きにこれから自分の身に何が起こるのか不安でいっぱい、ただ泣くことしかできませんでした。

〈手術・入院〉

手術は12時間にわたる大がかりなものでした。目を覚ましたときは、まるで

小人の国に迷い込んだガリバー状態。頭にチューブが複数挿入され、まったく身動きがとれませんでした。集中治療室では、昼夜逆転しないよう日中はベッドを起こしていました。意識がもうろうとする中、ラジオが鳴り響いていたのが記憶に残っています。一般の病室に戻ってから後遺症の尿崩症で夜中頻繁にトイレに起きて体調が悪くなり、さらに脳の髄液が鼻から漏れ出したため、2回目の開頭手術が必要となりました。この手術から退院後数日の記憶がありません。思い出せるのは顔が腫れ、全身むくみ、変わりを果てた家で布団にいたことです。

〈闘病生活、自分自身との葛藤〉

学校に復帰したのは一学期の最後。すでに夏服となり、久しぶりに着る制服が……入らない。ホルモンの影響で太った自分が嫌で、積極的に人前に出ていたころが嘘のように人の目を避けるようになりしました。放射線治療に加え、脳外科、小児科、婦人科の通院で早退することが多く、部活には体力的にあまり出ることができず、友人関係にも悩みました。病気のせいにしたい半面、特別扱いされたくない気持ちもあり、まわりにつらい状況を吐き出すことができず、自分の殻に閉じこもるようになり

ました。

〈生かされていることを知る〉
薬がないと生きていけない体



先生からいただいたジョージグッスと看護師さん手作りのお薬手帳です。

となり、自分を卑下し、生きる意味を見失っていたとき、できない弱い自分でもいのだと、存在意義を見出してくださった方々に救われました。また、小児病院での研究が叶ったことも大きな転機となり、そこで治療が見つからない子どもたちが大勢いる現状を目の当たりにして、治療薬があるという状況がいかに恵まれているか気づかされました。そして、生かされた者として、今度は病気で苦しんでいる子どもたちの力になりたいと立ち上がることができました。

「STAND UP!!」との出会いで、はじめて病気のことをさらけ出す場が与えられ、共感してもらえたことがどんなに支えとなるか身にしみました。病気に対する認識も変わりました。ひとりで抱えている人が救われるよう、メンバーたちとこれからも発信していきたいです。

病気を抱えた子どもたちに、夢は叶えられる！という希望を贈る、そのために研究者として、また女性としての人生を歩み続けます。

No.10

吉川 佑人

(28歳／罹患年齢：23歳)

会社員

胃がん



まったく食べられませんでした

僕が胃がんと診断されたのは2011年7月、当時23歳でした。同年3月には東日本大震災が起こり、4月に新卒社会人としてIT企業に入社していました。恥ずかしい話ですが、僕は学生時代にまじめに勉強をしていませんでした。将来の夢や目標をもたずに、適当に単位だけ取得して卒業するような大学生でした。そんな僕も震災を機に社会の役に立てるようになるうと気を引き締めて、入社した

会社では一生懸命研修を受けていました。しかし3カ月間の研修が終わったときに胃がんと診断されてしまいました。仕事は休職し、8月に胃の全摘出手術をしました。食事ができなくなり、抗がん剤も服用することにしたので、体力が落ちて仕事も辞めてしまいました。結局社会の役に立つことはできませんでした。病室のテレビでは被災地で炊き出しが行われている映像が流れていました。食べることが

できる人を複雑な感情で見っていました。あのときの感情を一生忘れることはないと思います。

みじめな思いをたくさん経験しました。うどんを一本食べるだけで満腹になってしまような状況で、体重はみるみる減っていき、41kgまで落ちてしまいました。抗がん剤の副作用で味覚障害になったときは、味のしないものを食べてお腹を壊し、自分は何をやっているのか、わけがわからなくなっていました。

もつとみじめだったのは、食事ができないことで友だちとの交流が減っていったことです。普通に食事をしている友だちと自分を比べてつらくなってしまうしました。だんだん内向的になり、友だちがいなくなってしまうしました。

それでも僕は人生をあきらめたくありませんでした。人生で何も達成していないことへの後悔と、夢をもたない若者だった僕の命でも必死に救おうとしてくれた医療関係者にこのままでは顔向けできないと思ったからです。体重が41kgのときにジョギングで体力を戻すことを決意しました。はじめは50mしか走れませんでした。1年後にはフルマラソンを完走しました。それに比例するように食事も増えて体重は49kgまで戻りました。悔しさを糧にして、倒れても砂をつかんで立ち上がるような泥臭い気持ちでした。

手術から5年以上経ちました。今では通常の食事をすることができます。友だ

ちもたくさんできました。昨年は胃がんだったことを面接で伝えたらうえて、別のIT企業に正社員として雇ってもらい、ようやく社会復帰をすることもできました。

これから僕は「生きててよかった」と思える経験をたくさんしたいと思っています。それは社会に貢献することだったり、友だちとくだらない話をする事だったり、おいしいご飯を食べることだったり、さまざまです。手術を受けてから何度も何度も人生が嫌になったけれど「生きててよかった」という瞬間もたくさんあり、そんな瞬間があるからこそ今も必死で生きることができています。

病気との向き合い方は人それぞれで、いろいろな方法があると思います。今の体験談を読んでもくれている人が少しでも「僕も元気になりたい」「私も元気になりたい」と、それぞれのきっかけにしてくれたらこれほど嬉しいことはありません。



時間だけはあったので(笑)よく本を読みました。

入院中のひとコマ

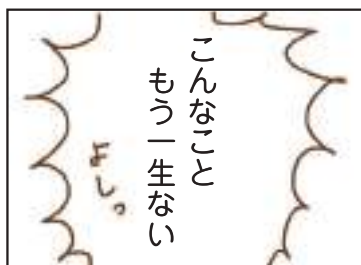
イラスト / Ati

入院中は日常生活では起きない、いろいろな出来事が起こります。
そんな入院中のひとコマを募集して、漫画にしてみました！
皆さんの入院生活にはどんなひとコマがありますか？

僕のエネルギー



今しかできない経験



イケメンのパワー



若年性がん患者60人への 恋愛アンケート!!

若年性がん経験者60人（現在治療中の方を含む）を対象にズバリ聞きました。
がんに向き合う若者が抱える「恋愛」の悩みや本音を大公開!!

※35歳以下でがん罹患した10代～30代の男性22名、女性38名に回答いただきました。

集計・構成 / 若井 亮治



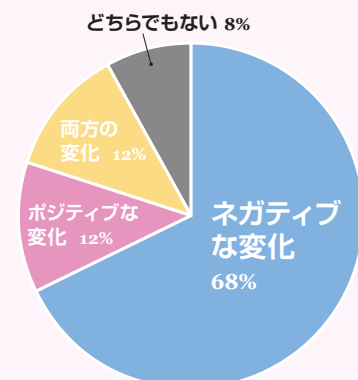
Q1 がんになって自身の恋愛に対して変化はありましたか？

92%の方が「変わったことがある」と答え、そのうち半数以上が恋愛に対して消極的になるなどネガティブな変化を感じている一方でがんを自身の恋愛の強みにしたなどポジティブな変化をあげています。



ポジティブな変化

- ♥ がんになってから後悔したくないという気持ちが強くなり、恋愛に積極的になった。(20代男性)
- ♥ パートナーとの絆がより深くなり、より相手を尊重できるようになった。(20代男性)
- ♥ 相手がいる大切さを改めて実感し、何でも感謝するようになった。(20代女性)
- ♥ がんであることを武器にして恋愛を楽しんだ。(30代男性)
- ♥ 思ったことはちゃんと口に出して言うようになった。(20代女性)
- ♥ 病気を隠すゆえに生まれるなんか間を持ていそうな感じが、ミステリアスに映りわりとモテた。(20代男性)



両方の変化

- ♥ がんになって子どもが出来ないかも!となった時、「それでもずっと一緒にいよう」と言ってくれた彼を今まで以上に大切にしようと思いました。(20代女性)

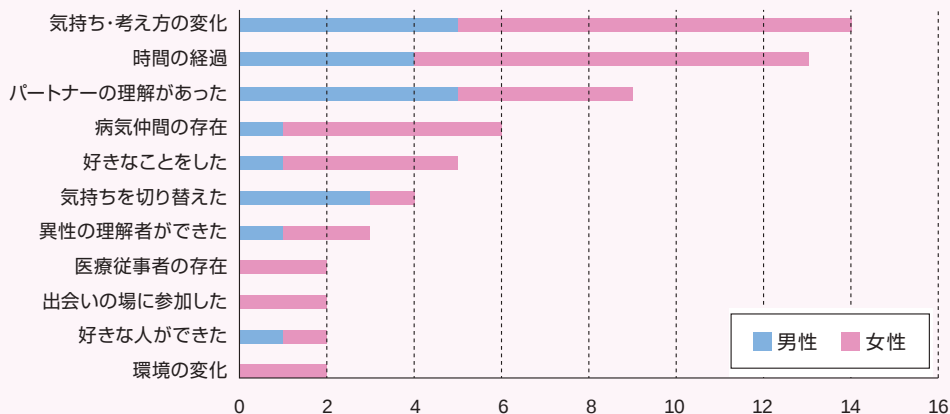


ネガティブな変化

- ♥ 検査の毎日で恋愛のことなど考える余裕がなかった。(30代女性)
- ♥ カミングアウトしにくい。病気を理解してくれる人じゃないと付き合えない。(30代女性)
- ♥ 病気になった自分に自信が持てなくて、恋愛に対して臆病になった。(20代女性)
- ♥ 再発の恐れがあるので、付き合ってしまうと悲しい思いをさせてしまうと思い、パートナーを作ってはいけなかった。(20代男性)
- ♥ 治療により妊娠が難しくなったので、若い人や子どもを望む人と結婚することは遠慮するようになった。(20代女性)
- ♥ 見た目の変化で消極的になった。体力の著しい低下で恋愛どころではなかった。(20代男性)



Q2 がんになってからの恋愛で大変だったことはどのようにして乗りこえましたか？（複数回答）





入院中の方への恋愛アドバイス、またやってよかったという恋愛アイデアを教えてください。(複数回答)

余計な周りの声は気にせず、自分の特徴は病気だけでなく、長所・短所、趣味、特技など元からいろいろあることを思い出してみて！

病気で失うものもあるけれど、変わらないものや闘病から学んでいくことだってある。元からある自分の良いところを大切に、「私も幸せになる」と唱えてみましょう。(30代女性)

罹患して10年になりますが、“がんの経験を乗り越えた”という部分に魅かれる異性は案外いると思いました！病気を隠さず積極的に恋愛するのはありだと思います。(20代男性)

最初からがんであることを伝える必要はないけど、付き合いたいと思ったら誠意をもって自分のことを伝える勇氣は必要。がんであることを受け入れられないくらいなら願い下げ！と思っていいと思う。そんな人とは結局上手く行かない。(30代女性)

恋愛をしたいと思う時に頑張ればいいと思います。自分を見つめ直し、自分と向き合うことがまず先にやるべきことだと私は思っています。(30代女性)

つけまつげで女子力アップと気分をあげるようにしていた。普段使う以外に、オシャレなウィッグを用意し出かける時などに使用していた。(30代女性)

自分から可能性を捨てずに、合コンや紹介のチャンスには前向きに出席した方がいいと思います。私はたまたま参加した合コンがきっかけで罹患8年後に結婚しました！(30代女性)

相手を頼ること、素直に甘えることは大事だと思います。罹患前はあまり弱いところを見せず甘えることはしなかったですが、罹患後、遠慮せずに何でも彼を頼るようになると彼も嬉しかったようで、前よりも優しくなり一緒に居る時間が増えました。(20代女性)



がんを経験したあなたならではの特別な恋愛エピソードを教えてください。(複数回答)

がん患者同士で付き合いしました。がん関連の共通の友だちも多く今では、がんの経験がいろいろな面で二人を支えてくれています。(20代男性)

がんが転移し治療していますが、手術が終わり抗がん剤開始のタイミングで恋人にプロポーズされました。頑張って治療していきたい、自分のためだけでなく相手のためにも生きていきたいと強く思わせてくれました。(20代女性)

仕事をしないでバンドをやっていた彼氏。あまり大切にされていなかったため、別れを考えていた矢先、病気になりました。すると彼から「今までの分、恩返しする！一緒にがんばっていこう」と言われ、ちゃんとした仕事に就職し、デートの誘いや病院の送り迎えも積極的にしてくれるように…！病気のことを知ったら捨てられると思っていたので、まさかのことで涙が止まりませんでした。(20代女性)



男性用ウィッグ特集

Men's wig

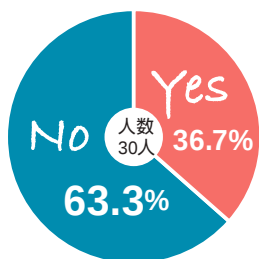
ウィッグを使って より良い闘病生活を過ごしてみませんか？

「ウィッグ」＝「女性」のイメージはありませんか？
しかし、男性も治療で髪が抜けて、友人に会うのに勇気が必要になったり、
外出するのが億劫になったりすることがありますよね。
そんなとき、男性用ウィッグを使ってより良い闘病生活を送っていませんか？

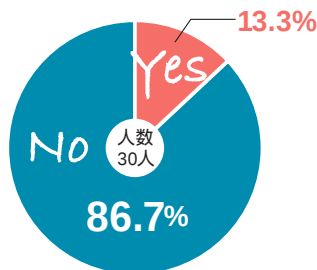
文章・構成／眞部賢太・坪内雄佑・小島匠太郎 協力／株式会社東京義髪整形

男性用ウィッグの認知度や需要はどの程度なの？

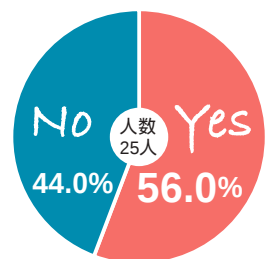
男性用ウィッグに関する情報を
得たことはありますか？



ウィッグを使用していますか？
または使用していましたか？



男性用ウィッグが手軽に手に入れば
使用してみたいと思いますか？



ウィッグの情報を得ている人は**40%**に満たず、使用している人はわずか**10%**程度で、
情報を得ている人も使用している人も少ないことがわかりました。

しかし、男性用ウィッグが気軽に手に入れば使用してみたい人は**56%**であり、
半数以上の人は機会があればウィッグの使用を考えていることがわかりました。

●アンケート期間：2016年8月17日～2016年9月24日 ●対象者：若年性がんを経験した男性30名

実際にウィッグを使う場面やメリットについて、使用している人は…？

- 親族に病気を明かしていないため、ウィッグを被って兄の結婚式に出席しましたが、まったく怪しまれませんでした。
その他、友人と遊ぶときや外出するときに病気を忘れて、おしゃれをして気分をあげて楽しく過ごしました！
(20代・精巣腫瘍)
- バイトの面接や院内学級の学習発表、通学、親戚の集いなど、日常生活のあらゆる場面で使用しました。
普通に振る舞うために使用しましたが、問題なく過ごすことができました！(20代・骨肉腫)
- 仕事復帰にあわせて使用を開始し、その後10ヵ月プライベートで帽子を被るとき以外着用しました。
慣れると意外と平気で、まったくバレることもありませんでした！(20代・脳腫瘍)

では、ウィッグはどのようにして手に入れるのでしょうか？

今回は、株式会社東京義髪整形（www.aplan-tgs.com）に取材に行ってきました。

医療用ウィッグを専門とする会社で、患者さんの声を反映したウィッグの開発から販売、レンタルなどを行っています。さまざまな商品を扱っていますが、今回は必要な期間だけ気軽にウィッグをレンタルすることができる「デイリース」について紹介します！

デイリース

www.cancernet.jp/wig

必要な期間だけレンタルできるサービスです。

- 費用は1日250円！（初期費用別途）●不要になったらすぐ解約も可能。
- 初期費用を別途支払えば、その都度新しいウィッグをレンタル可能！

<利用方法の例>

治療で脱毛した時期のみ利用することもでき、1年間継続利用するとウィッグをプレゼントしていただけます！ また、4月など学校が始まる時期や結婚式などイベント時に利用する方が多く、免許更新など1回限りの利用者もいます。

- デイリースは、全国12か所にある東京義髪整形の直営のサロンの他、協力サロン全60店舗でサービスを提供しています。
- 入院中の方には病院出張サービス（関東限定）、遠方の方には郵送サービスがあります。
- カットやシャンプーの方法など、アフターケアの方法も具体的に教えてもらえます。



～取材ご担当者様より～

実際に、ウィッグをつける前とつけた後では患者さんの表情が全然違いますし、自信を持って外出していただけています。ウィッグは社会と患者さんをつなぐ接点という一面もあります。どんどん外へ出ているその姿を見るのが本当に嬉しいです。



手に取ったウィッグは軽く、髪の毛の手触りも本物のようでした。



完全個室でプライバシーが保護された空間でした。無料で試着も可能ですし、ちょっとした相談も気軽にすることができます！



さまざまな髪形のウィッグから自分に合うものを選ぶことができます。好みに合わせてカットもしてもらえます。

編集後記

男性用ウィッグページの作成中、「男性が使えるウィッグがあることを知らなかった」「値段が高くて手に入れづらい」「そもそもどこで手に入れられるのかわからない」といった声を聞きました。ですが、男性が使用できるウィッグは安く、気軽に手に入ります。本ページを見て、「少し試してみようかな？」とってくれたり、実際にウィッグを使用して積極的に人に会ったり、外に出る方が増えると嬉しいです。

がん患者が歩む未来!

過去に掲載された体験談より

これまで発刊された本誌(第1〜7号)にて体験談を語ってくれた人たち……
その後に歩んだ未来はどのようなものなのか聞いてみました!

第1号掲載
当時 テレビ局記者

鈴木 美穂 さん

24歳のときに右胸にしこりを見つけ、乳がんであることを宣告される。大学卒業後テレビ局に就職して3年目、仕事もプライベートも充実していた矢先のことだった。手術で右胸を全摘出・抗がん剤治療と、心身ともに疲れ果てていく闘病生活を送っていた。それから2年後、病気になる前と同じぐらい働き、遊び、笑うようになっていった。がんを乗り越えたとは言いきれないが、人生をかけて向き合い、乗り越えていきたいと語っていた。



仕事を続けながら、 「マギーズ東京」を開設

闘病直後に『STAND UP!!!』第1号を創刊し、不安定な気持ちのまま体験談を寄せてから早8年。「がん」と向き合うことは私のライフワークとなり、闘病中の「もしも元気になったら、がんになっても自分らしく、幸せを感じて生きていける社会をつくりたい」という思いを具現化すべく、報道記者という本業の傍ら、自分なりにできることに挑戦してきました。そして2016年、がん患者や家族が自由に訪れ、無料で相談したりお茶を飲んだりすることのできる英国生まれの「マギーズセンター」の日本版第一号「マギーズ東京」を、チャリティーで東京・豊洲に開設することができました。がんを経験したからこそその夢と出会い、経験に恵まれ、多くの人と支え合い感謝し合いながら生きている今、とても幸せです。



第1号掲載
当時 医学部6年生

松井 基浩 さん

高校1年の秋頃に少しの運動で息が切れる異変に気付き病院へ行き検査。がんであると宣告され入院となる。そこで出会った小児病棟の子どもたちが病氣と向き合い、闘っているのを見て勇気付けられたと同時に、がん向き合う勇気をくれた子どもたちを自らが助けたいと医師になることを志す。『STAND UP!!!』第1号当時は医学部6年生として医学を学び、闘病経験を活かして多くの患者さんの力になれるよう医者を目指していた。



現在小児科医として、病氣と闘う 子どもたちの治療をしている。

医師を志して14年が経ちました。今は東京都内の病院の血液・腫瘍科で小児がんの子どもたちを診ています。闘病していた子どもたちから14年前にもらった「前を向く力」、家族、友だち、多くの支えてくれた方々にもらった「生きる力」、今でも自分の中の大きな原動力となっています。まだまだ、医師として知識、経験、すべての面で努力していかなくてはならない時期です。そんな中でも、今、小児がんと闘う子どもたち、そしてそのご家族を支え、力になれるよう日々精進して過ごしています。そしていつかは、小児がん医療全体を動かせるだけの医師になることを目標として、「夢」を追い続けています。



この4人の他にも多くの方々が本誌の過去の号にて体験談を語っています！

このページを読んでもっと色々な仲間たちの体験談を知りたいという方は「STAND UP!!」のウェブサイトにて過去の記事を公開していますので、ぜひご覧ください。

standupdreams.com

第2号掲載
当時 大学4年生

高橋 和奈 さん

大学生で胃がんを罹患する。がん告知の翌日は親友の結婚式。「ドレスを着て、バージンロードを歩く日が、私には来るのかな？」と考え、涙が止まらなくなってしまい、親友なのに心の底からおめでとうと言えなかった。病気になってみて、当たり前のことは当たり前ではない、感謝すべきことなんだと気が付く。治療が終わり、胃は3分の2を失ってしまったが、がんになってみて、関わったすべての人に感謝の気持ちでいっぱいだと語る。歌うことができるようになり、歌手になりたいという夢を抱くことができた。



現在主婦であり、 歌手として音楽活動をしている。

入院中、病室からベイブリッジを見つめながら、この先どうなってしまうだろうと未来が想像できず、不安な気持ちでいっぱいでしたが、罹患から約5年後、ベイブリッジが見える式場で式を挙げることができました。まさか5年後に幸せな気持ちで、同じ景色を見られるとは……。治療中の自分に「未来は明るいよ!」と伝えたくりました!そして、歌手になるという夢ですが、2010年にSTAND UP!!公式音楽ユニット「カラーボール」を結成し、活動7年目を迎えました。



がん啓発チャリティライブに出演し、大物アーティストと共演させてもらうなど、さまざまなイベントで活動しています。最近では、YouTubeチャンネルも開設しました。後遺症により、体調が不安定な時もありますが、何歳になっても活動を続けていきたいです!

第1号掲載
当時 会社員(独身)

熊耳 宏介 さん

17歳で急性リンパ性白血病に罹患、21歳で再発。初めての入院生活では、両親へ心配させたくない一心で「大丈夫、大丈夫」と懸命に振る舞っていた。再発時は自分の病気や状況を理解しているため、口では強がるものの心は限界に達していた。カウンセリングにより回復に至り、この経験からつらい時には「つらい」と家族や友人へ甘えられるようになった。病院で出会った多くの友人たちとのやり取りの中で、「同じ時間を過ごすなら、明るく楽しく笑っていよう」と思えるように。



結婚し、一児のパパに!

再発後の寛解から13年。気が付けば、人生の半分を病気と共に過ごしてきました。復学時の交友関係や5年におよぶ休学後の就職活動で悩んだこともありましたが、今思えば、いろんな学年に友人がいる楽しさ、周囲の人たちより働いている現実、なんだか不思議な感覚です。恋愛についても同様にとても悩みました。妊孕性の問題で、妊娠は難しいと言われていたからです。幸いにも理解のある女性と出会うことができ、信じられないことに、自然妊娠で元気な男の子を授かりました。「白血病」と告知を受けた高校生が、社会人に



なり、夫となり、お父さんになった、そんな幸せを感じながら忙しい生活を送っています。未来のことは誰にもわかりません。今できる事を一生懸命に考え、実行し、あとは「なんとかする」という気持ちで大切なことだと思います!

Cancer Life Hacks



～がん経験者たちの生活の工夫～

★★★

若くしてがんを経験した人ならではの、生活の工夫ってありますよね？
入院中や学校・社会復帰後のいろいろな問題や心のモヤモヤを解決した
がん経験者のアイデアをまとめてみました！

●文・構成/ 吉川 佑人・坪内 雄佑 ●イラスト / 川島 真弓

その1

気持ちがめげそうになったので…

行きたい旅行先を決めて
その旅行を楽しみに治療を乗り越えました！



その2

脱毛の片付けが大変なので…

お気に入りの紙袋を使って髪の毛をまとめました。
静電気もなくすっきりまとまるし、
見栄えも良いのでオススメです。



その3

復学後の勉強が心配だったので…

ベッドの周りに英単語を書いた付箋を貼って覚える、
という勉強法を実践していました。
看護師さんたちと一緒に楽しく勉強することができました！



その4

入院中に入浴ができなかったので…

病室で足湯をしてリフレッシュしました。
全身も温まりとても気持ちいいです！





その5

入院中体を動かすのがつらいので…

マジックハンドを使って、
遠くのものをとるようにしていました。

その6

治療の影響で食事のペースが 周りとは合わなくなったので…

お弁当を持参するようにしました。「お弁当持参なので」と言えば、
失礼なくランチを断ることができます。



その7

職場の人たちに 通院と知られたくないので…

通院日に合わせて外出の予定を組んでいます。
通院していることに気づかれないので、心配されずに済みます。



その8

病気がきっかけで サーフィンができなくなったので…

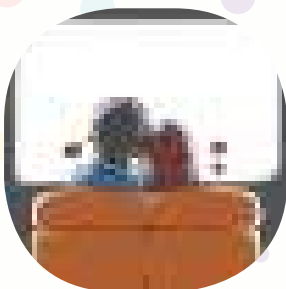
ウクレレを始めました。病気をきっかけに、
新しい趣味が見つかることもあると思います。



その9

デートで外出する 体力がなくなったので…

プロジェクターを買ってインドアなデートを充実させました！



友だちとの向き合い方 @学生座談会

学生時代にがんに罹患した4人に、
友人関係について悩んだことや気がついたことを
語ってもらいました。



構成 / 小島匠太郎・寺島大貴 写真 / 寺島大貴

罹患した際の友人関係で、つらかったことや嬉しかったことを教えてください。

◆若井：中3の秋に罹患して、クラスメイトには担任の先生を通して「がん」になつてしばらく学校に来れないって伝えただ。卒業式は外泊許可をもらって学校に行つたけど、みんなどう接したらいのかって感じて、誰も話しかけてくれなくて、すごい孤独を感じたことがあったなあ。

◆中村：私は中3の秋に症状が始めて長期入院することになって、クラスメイトには「がん」とははっきり伝えず、担任の先生に「大きい病氣」って伝えてもらったんだ。私も卒業式は出られて、帽子被って、車椅子乗って、すごいやせ細って、肌が黒くなった私を見て、友だちに泣かれちゃったりしてつらかった。

◆本多：罹患したのが大学4年生のとき、卒論の仕上げで忙しい時期だったんだ。絶対友だちと卒業したいって思ってたから、入院しながら卒論頑張つてやって、先生との卒論の添削のやり取りを何回も友だちにやってもらって……。申し訳ない気持ちでいっぱいだったけど、本多も頑張ってるから私も頑張る。一緒に頑張ろうよって言うてくれた。いい友だちで、病氣のことは包み隠さず話せたかな。

◆小島：大学って本当に仲良い人としかないよね、クラスとかなかったし。

◆本多：小・中・高と違うところだよ。クラスみたいに人数が多いと病氣の人に対してどう接したらいいのかとかわからないよね、腫れ物のようない扱いされる自分もつらいし……。

◆小島：僕は高1で罹患して、本当に仲の良い人にしか言っていなかったんだけど、結局それは周りに広まっちゃって、何をするにも氣を使われちゃったり。やっぱり扱いづらい雰囲気も周りからあって、病氣になってからは、まったく関わらなくなった人もいたんだよね。

◆本多：結構つらいね。

◆小島：うん。あと、高3、大3で再発したんだよね。高3のときは割と周りはわかって、あまり高1みたいなことは起きなかった。アットホームな感じで、「あ、お帰り」って、前と変わらなく接してくれた。大3のときはアットホームな感じっていうよりはちゃんと聞いて受け止めてくれる、かつ、前と変わらない関係を続けてくれたし、僕視点になってくれて、それが大人になるってことなのかな。

◆本多：心の変化はあるよね。

◆小島：うん。改めて思うけど、こういう変化あったな。すごいよね。年齢によって全然違う。

がんについて周りに伝えてよかったと思いますか？

◆中村：今思うと、どういうがんで、どのくらい入院してて、ってきちんと言っておけばよかったなと思う。後になって「そういえば中村ってがんだったの？」って聞かれて、「そうだよ」ってやり取りがあつて。面倒くさい言っておけばよかったなと思う(笑)。小島君はどう思う？

◆小島：仲の良い相手だから自分のすべてを受け止めてくれるだろうっていろいろ話したら、引かれたことがあつて、その失敗から相手を選ばなきゃいけないって学んだ。だからこの人ともっと深い仲になりたいって感じたときに話すようにしてる。「自分が伝えたいと本当に思える人」って判断基準になっているかな。

◆中村：学生って、自分も相手も子どもだから、言いたいこと素直に言い合つて、一緒に大人になっていって、良い関係でいられるのになつて思う。私はそれができなかった。大学生になった今でさえ、相手も自分も一歩引くし、聞いてこなかったら「いいや」って遠慮しちゃう。病氣のこと含めて深くなるって本当に難しくなつて思う。



若井 亮治
(22歳/社会人1年目)
15歳でユーイング肉腫



小島 匠太郎
(22歳/大学4年生)
16歳で骨肉腫



中村 美香
(22歳/専門学校3年生)
15歳で悪性リンパ腫



本多 萌香
(24歳/フリーター)
22歳ですい臓がん



※年齢は2017年4月時点

罹患後、新たな友人関係を築くには「罹患後、深く関わりたいと思う人が新たに現れたとき、カミングアウトのタイミングなど悩んだことは？」

★全員…いいね！
◆本多…私は、例えば遊びに行くとしても、近場がいいのかとか気を使われたし、自分もモヤモヤするから、どの程度なら遊べるのかとかきちんと話した。周囲は「がん」って聞くだけで、どこにも行けないような重症なイメージなんだと思う。でも、そうじゃないし元氣だから、旅行も行けるんだとか。そうしたら相手も安心してくれて、誘ってくれるようになるし、私も気軽に遊びに誘ったりできるようになったよ。

◆小島…そもそも僕はなぜ言うのかってところで悩んだかもしれない。
◆中村…わかる。

◆小島…僕は人工関節だけど、違和感なく歩けるし隠せるのに、なんで言わなきゃいけないのかってこと。話しても結局受け入れられなかったこともあったし、病気のことは学校の友だちに相談する必要のないと思う。だから弱い部分を見せられる相手、それこそがん患者同士か、あるいは数少ない「伝えたいと思える人」にしか言わないかな。運動ができなかったり、何かしらの形で見られてしまうときは、「野球で膝悪くした」って言って誤魔化せるし、その先の「がん」の話を聞ける特別な人って使い分けてる。

◆中村…私も「がんだった」と伝えるのは抵抗がある。だから出会った人にはウィッグとかばれないうようにしてる。そこで深く仲良くなりたいたいとか、好きな人なら、言わなきゃいけないって思うし、小島君の話聞いて、確かに深くになりたい人には、時間かけてでも伝えてきたなって思った。
◆本多…本当に自分が仲良くしたい人には言った方がいいよね。

◆若井…でも、自分の中ですごく信用できる友だちだなんて思う人ほど、カミングアウトできないよね。

◆中村…それもわかる、なんでだろうね。

◆若井…関係を崩したくないからかな。本当の友だちだったら言わなきゃいけないと思うけど、い

きなり病氣まで言えなくて……。
◆小島…失うの怖いよね……。
◆本多…私は「伝えたいと思える人」たちが「がいたし、その人たちが受け入れてくれた。だから自分には、わかってくれる友だち」がいるっていうことがカミングアウトの原動力になって、その後は自分から発信していくことが平気になったよ。戻れる場所があるって勇気を出さなきゃならなかった。そう考えると、そういう友だちがいることは本当に幸せなことなんだね。

最後に、同じように悩みを抱える仲間へメッセージをお願いします。

◆本多…自分が大切にしたいと思う友だちには、ありのままの自分を伝えてほしい。もしも、その相手が自分と仲良くしたいと思ってくれて嬉しうしたら聞いてくれるだろうし、言ってくれて嬉しいと思ってくれるはず。「病氣だから……」って遠慮しないで、「病氣なんだから！」「聞き直していいと思う。本当の友だちなら甘えられたい、頼られたら嬉しいはずだから。全然迷惑かけちゃっていいと思う！」ありのままの自分をぶつけていこう！
◆小島…友人関係が一番の悩みって、隠すか話すかだと思っけど、僕はどっちも正しいと思う。とにかく自分がやりたいと思ったことをまっすぐやって、結果それが間違ってたなら、直せばいいし、正しかったら自分の中でそれを一つの判断基準として進んでいけばいいと思う。一度やってみると、悩んだら、やってみよう！

◆中村…友人から嫌なことや心ないことを言われたと感じたとしても、相手はそういうつもりで言っている場合がある。それは病氣とか関係なくともあること。でも、そうやって人間関係を経験していくことで自分がすごい成長できるなあって今は思える。だから、これから先も病氣とうまく付き合うために、経験を積みながら前向きに頑張ろう！(笑)

◆若井…つらいからこそ周りに「みんな理解してくれ」って期待しがちだけど、思い通りにはならず傷つくことがある。でも、まずは自分がその友だちに対しての思いやりを大事にしてほしい。そうすれば自分に返ってくるから。あと、自分が気にしてるほど意外に周りは重く考えてなかったりする。自分が「何も気にしていませんよ」って心からアピールできていれば周りも病氣のことを気にせず接してくれるし、むしろ「がん」になったからこそ自分自身も人の気持ち

がわかるから、普通の友情とはまた違った、深い絆を持った友情を築けると思う！



闘病中の 仲間たちへ *message*



若年性がん患者団体 STAND UP!!

「STAND UP!!」とは…

「STAND UP!!」とは、35歳までにがんに罹患した若年性がん患者による、若年性がん患者のための団体です。私たちの活動目的は、現在闘病中の若年性がん患者が前向きに闘病生活を送れるようにすることです。そのために、2009年の立ち上げから現在まで、メンバーが自らの闘病経験を活かし活動してきました。主な活動内容は、フリーペーパーを通じた情報発信、メンバー間の交流、がん啓発イベントへの参加です。

これらの活動を通して若年性がん患者の輪が広がることで、一人でも多くの患者が孤独に闘病生活を送ることがないように願っています。

2016年度活動報告

毎月東京で運営会議を行っています。

2016年度は、関東以外の地域でも積極的に交流会が行われました。

- 4月
- フリーペーパー7号発行
 - ゴールドリボンオーキング
 - フリーペーパー7号お披露目会



- 5月
- 東京交流会



- 6月
- 関西交流会



- 7月
- 名古屋交流会

- 8月
- 東京交流会

- 9月
- RFL東京中央



- 10月
- 千葉交流会

- 11月
- 東京交流会
 - 名古屋交流会
 - 関西交流会



- 総会

12月



1月

- 2月
- 東京交流会
 - 関西交流会

3月

- 名古屋交流会



サポートメンバー募集

<http://standupdreams.com/>

「若年性がん患者ではないけれど、何かを手伝いたい!」という声を多くいただき、『STAND UP!!サポートメンバー制度』が誕生しました。若年性がん患者の家族から、がんとは関係のない方まで、さまざまな方が集まっています。年会費1,000円でサポートメンバーに登録していただいた方には、毎年発行のフリーペーパーをお送りします。そのほかにも「STAND UP!!」メンバーとの交流会のお知らせ、活動内容などのご報告メールも配信しています。詳しくは「STAND UP!!」ホームページをご覧ください。



代表
松井 基浩

今年も無事「STAND UP!!」8号を発刊することができました。ここまで、フリーペーパーが続けて発刊できているのは「STAND UP!!」をご支援くださっている方々のおかげだと思っています。この場をお借りして、皆様方に心より御礼申し上げます。

また、「STAND UP!!」メンバーも500人を超え、世間的にも若年性がん注目が集まり、このフリーペーパーが担う役割は年々大きくなってきていると感じています。このフリーペーパーが闘病中の若年性がん患者さんにとって、少しでも前を向く力になることを願っています。



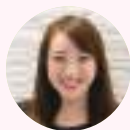
「STAND UP!!」
第8号 編集長
坪内 雄佑

小学5年生の4月にがんと診断され、殻に閉じこもり病院のベッドで毎日泣いていました。当時見ていたテレビや映画でも、がんに対してのイメージはひどく、自分の未来に対して不安しかありませんでした。それから14年が経ち、社会人となり、今この編集後記を書いています。

「がんになっても明るく生きている人がいる」という、自分が闘病中に欲しかった情報をたくさん載せたいという思いで編集長を務めました。この8号がああ時の自分と同じ悩みを抱えている人に届き、少しでも前向きになって頂けたら嬉しいです。

多くの皆様方のご尽力、お力添えにより、末広がりの「8」号目のフリーペーパーを発行することができ、心から感謝申し上げます。2008年がんを経験してから的人生、「STAND UP!!」の仲間やこのフリーペーパーと共に一年一年大切に刻んでこられていることを、とても幸せに思っています。

副代表
鈴木 美穂



1号の体験談を書いていた頃の私は学生でしたが、社会人になり、夫となり、昨年父親になりました。フリーペーパーも8号目になります。8年間で多くの方と出会い、支えられ、団体と共に私自身も成長することが出来ました。今後も感謝の気持ちを忘れずに、闘病中の仲間たちにエールを送り続けたいと思います。

事務局長
熊耳 宏介



“闘っているのは自分だけではなく仲間がいる”と僕の背中を押してくれたフリーペーパーからのメッセージを、次は自分が仲間へ送りたいと思って「STAND UP!!」に入り6年が経ちます。先輩メンバーが“仲間”に向けて発信していく姿を尊敬し、役立ちたいと思い、8号副編集長を務めさせていただきました。1人でも多くの仲間に残ってもらえることを願っています。

「STAND UP!!」
第8号 副編集長
寺島 大貴



STAND UP!! メンバー募集

STAND UP!! ホームページ
<http://standupdreams.com/>

現在若年性がんと闘っている方、35歳以下の罹患で闘病経験のある方、一緒につながつて交流しませんか？

定期的に行われているイベントやチャットを通してメンバーと交流を深めることができます。入会方法については、「STAND UP!!」ホームページをご覧ください。ご意見、ご感想、お問い合わせもお待ちしております。



スマートフォンからはQRコードを読み込むと簡単にアクセスいただけます。

ご協賛いただきありがとうございました

- 大原薬品工業株式会社 ● 認定NPO法人ゴールドリボン・ネットワーク
- 認定NPO法人ゴールドリボン・ネットワーク 松井秀文（五十音順 敬称略）



認定NPO法人

ゴールドリボン・ネットワーク

私どもは「小児がんの子どもたちが安心して笑顔で生活できる社会を創りたい」という想いで、2008年より活動を始め、小児がんの子ども、小児がん経験者が持つ課題の解決に努めてきました。

私どもの活動は…

- ① 通院のための補助金制度や奨学金の支援、サマーキャンプの支援、小児病棟の学習室の整備を行う事で「小児がん経験者のQOL向上」に取り組んでいます。
- ② 難治小児がんを含めて、小児がん治癒率向上のための研究支援を行っています。
- ③ ウォーキングやチャリティーコンサートの支援などを通して、小児がんの理解促進の活動を行っています。

交通費補助金制度 (烈くんプロジェクト)

小児がんの治療にかかる費用の中でも負担の大きい交通費・宿泊費を助成する制度です。入院治療（治験含む）のために遠隔地の病院（病院と自宅 120 キロ以上離れている場合に限る）へかかる費用を対象としています。

大学へ進学するための 奨学金制度

小児がん経験者の方で進学を希望されているにも関わらず、経済的理由により修学困難な方を支援する事を目的としています。返済不要の給付型奨学金制度です。

就労について

就労でお悩みの方や就労を希望される小児がん経験者の方へ、「職場見学会と職場体験実習」などの情報をお知らせしています。

キャンプへの助成金

小児がん患者会が企画するキャンプなどへの助成を行っています。

もうひとつの我が家。

我が子のがんと闘っているのを見守る

親の気持ちと苦しみを見てきたから、

どうしても創りたかった。

アフラックペアレンツハウス 浅草橋 (東京)

小児がんなどと闘う子どもたちと、そのご家族を支えるために。

アフラックは、アソシエイツ (販売代理店) や社員との寄付によって、子どもに付き添うご家族を経済的・精神的にサポートする施設「アフラック ペアレンツハウス」を設立、運営支援しています。

私たちにできる応援を。

アフラックペアレンツハウスに関する詳しい情報は、www.aflacparentshouse.jp/ まで。

アフラックペアレンツハウス 亀戸・浅草橋 **03-5825-6387** 受付時間：10:00～18:00 (月～金 祝日を除く)

アフラックペアレンツハウス 大阪 **06-6263-1415** 受付時間：10:00～18:00 (月～金 祝日を除く)

Aflac
アフラック

〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル
当社保険に関するお問合せ・各種手続き
コールセンター 0120-5555-95