

国立がん研究センター創立 50 周年記念イベント「がんの今と、これから」
「がんを生きる メッセージ」朗読会

選考作品

国立がん研究センターでは、平成 24 年 9 月 15、16 日に開催された国立がん研究センター創立 50 周年記念イベントの一環として、ステージイベント「がんを生きる メッセージ」朗読会を開催しました。

この朗読会は、がん患者さんをはじめとして、ご家族やご友人、医療従事者などさまざまな方からのメッセージをご紹介します。がん患者さんとご家族が、生きる意味を考え、生きる希望や勇気につながるように、思いあふれるメッセージが込められた短編の文章をご紹介します。

独立行政法人国立がん研究センター

氏名：天満 清央（滋賀県）

6年前42歳で多発性骨髄腫の宣告を受けました。末梢幹細胞自家移植で寛解を得て、メタボが心配な48歳を迎える元気なガン患者となることができました。

血液検査で異常を指摘され、まったく想像もしていなかったガン宣告でした。骨髄腫は非常に珍しい血液ガンであり、完治も難しく、そのほとんどが60、70歳以上の患者さんというガンです。平均余命3～5年という資料をネットで見つけ、頭の中が真っ白になったのを昨日のことのように思い出します。治療に入るまで怖くてネットにて病気の情報を見ることは一切しませんでした。高カルシウム血症を発症し治療に入らざるえなくなり、1年近い闘病生活を送りました。その間、元の生活、少なくとも元に近い生活に戻れるのか、不安な中での闘病でしたが、ネット上で知り合った、骨髄腫患者の会の多くの同病の患者さんと情報交換をすることで大きな力をもらいました。些細な体調の変化でも同じ治療をしてきたもの同士、経験を語ることで励まされ仲間がいると感じることで前向きに治療にあたれる力をもらいました。一度は触れることを拒んだネットでの情報が私に治療での目標を与えてくれました。ガンと聞いた時、誰もが一人思い悩むと思います。でも、仲間がいます。同じ悩み、同じ経験を乗り越えてきた先輩がきっといます。相談支援センターや患者の会には情報があります、仲間がいます。まさに、情報は命を救う！がんばりまっしょいです。

この5年、私は幸い寛解を維持できていますが、多くの仲間が再発、治療に入られているのも事実です。でも、この5年間で新しいベルケイドやサリドマイドを筆頭に治療薬がどんどん出てきています。治療薬が増えるということは、その組み合わせが増える、そして、治療時の選択肢が増えてくるということです。生きていればなんとかなるさ、骨髄腫が個性ですと言える日がくることを信じ、めいっぱい生きてみたいと思っています。

氏名：高田 英美（大阪府）

書かれた文字 先生の口が動いている。でも わたしの耳には入ってこない。

先生 こどもの受験が終わるまで入院を延期してもらえませんか？

わたしとお前さん（白血病）とのドラマチックな出会い。

くたばって たまるか！ お前さんのせいで。

中途半端な仕事しかできない奴だ なんて思われてたまるかってんだ。

この仕事 頼んだよ。頼まれちゃ 断る理由があるかい？

インターフェロンのお陰で 熱がでて 空中遊泳してるみたい。砂食べてるみたい。

言い訳なんかできるかい？

そんなこともあったっけ。

今日一日 今日一日 今日を生きる 精一杯ね。

ペンネーム：マサカ's (北海道)

告知を受けた瞬間、勝ち組のルールから負け組のルールに変わった。

「まさか」という坂を転がり落ちる感覚だった。心配した妻が一言、大丈夫よ！と声をかけてくれた。

退院して職場に戻るが居場所がない。定年まではまだ10年もある。そして気遣いの言葉攻めに合い、かえって疲れる。

さて、自分はここで何をすべきか考える。もはや勝ち組のルールには乗れない。

負け組って何だろうと考える。非生産性、つまり役に立たないということ。

妻が言う、生きてるだけで素晴らしいことじゃない。子どものためにも長生きしてと。

自分の死期は勝手に75と決めていた。でも今は定年すら迎えるのが難しい。

治療に専念し、起死回生の機会を伺うか。それとも男らしく決別して第2の人生を生きるべきか。

仕事のために生きているわけではない。仕事は生きていくための手段であった。

しかし、いつの間にか逆転していたことに気付く。大きく深呼吸。

縁あって結ばれた家族の絆組みをもっと大事にしなければならないと思った。

それは長生きというかたちではなく、感謝と思いやりというかたちで。

わがままな自分を慕い支えてくれた家族に恩返しというかたちで。

それは、負け組なりの生き方を精一杯生き抜くことに他ならない。

いじめに合い、若くして死を選択せざるを得なかった子どもたち。死ぬことの恐怖に勝る苦痛とはどれほどのものだったのか図り知れない。

自ら死を意識したときに、彼らの苦痛の大きさもまた感じる。残念なのは心の治療という選択肢もあっただろうに。

今できることは、寿命が迎えに来るまで、ひたすら生きること。彼らにもそう伝えたい。

氏名：柳生田 幹久（埼玉県）

8月5日も暑い日だった。

医師が「何かありますね。」

「えー、がんですか。」・・・そんなやり取りで、頭の中は真っ白になった。「そうか、これで最後か・・・」

「9月に手術しましょう。それまでいくつか検査が必要です。」

その後、毎週末好きなゴルフに出掛けた。

8月28日は、最後のプレー。朝から猛暑の太陽のなか、手が震えて、どうしてもボールがティーアップできない。両手で押さえてようやくティーアップできた。

「これが最後かも知れないな。」心の中で、そんなセリフが浮かんできた。

「先輩どうもがんになったようです。」「本当か。実はおれも2回手術しているが、奇跡的にがんはなくなった。入院する時は、ボールとパターを持っていけ。心配ない、また一緒にゴルフやろう。」

そんな言葉に励まされ、病院のひとになった。

病院では、毎日毎日読書三昧。全てゴルフの本ばかり。その中に、同じ病気で手術を受け、身体障害者手帳を持つ身になったクラブチャンピオンの話を何度も読み返した。「ゴルフ、やれるな。」「早くゴルフがしたい。」毎日考えることは、おなじことばかり。

ああー、ゴルフが恋しい。点滴ぶら下げて、パターを持っていると、医師も看護師もうす笑いだった。「早く良くなって、ゴルフしてくださいね。」看護師の声が、一番の薬。

病院から見える、ゴルフ場のクラブハウスの屋根、練習場のネット。「よーし、早く直して、またやるぞ。」

退院しても、クラブは振れない、ボールは飛ばない。それから1年半、なんと月例競技会で優勝し、ハンディキャップも3つ減りハンディー11に、いよいよクラブ選手権に出場の資格もできた。

しかしそうは問屋は卸さない、当日は、なんと病院から電話。「入院したので、お休みします。」という始末。

浸潤性膀胱がん、グレード3、膀胱全摘出・新膀胱増設、3年間で、手術4回（がん2回、ヘルニア2回）、さらに腎盂腎炎で入院4回、計入院8回79日。5年生存率25%。現在3年目、腎機能低下、再発・転移なし。

がんの先輩にあやかり、今年はシニア選手権競技会にエントリーします。なんとかして、予選は突破したいと。

医師、看護師、友人、知人、先輩、後輩そして家族に「みんなに応援してもらっているから、まだまだ頑張るよ。」

氏名：川瀬 ムツ子（山形県）

「がんを生きる・メッセージ」・・・自分以外の命に目をかけて

去年の晩秋、3 ヶ月に一度の定期健診を終えて帰宅したところ、エアコンの室外機にカマキリのタマゴが産みつけられているのを発見した。

金属製のものにつけられているタマゴを見たのは初めての事。そろそろエアコンをつけなければと思っている矢先だった。このままスイッチを入れたら、冷風でカマキリの命が亡くなってしまう。そんな事はとてもできない！石油ストーブで冬を過ごした。

平成 24 年 5 月 22 日・東京スカイツリー開業の日、カマキリが誕生した……でも一匹だけ宙ぶらりんになっている。人間で言えば、「へその緒」からはなれられないでいる。

私は両手で必死に介添えをして、カマキリの命を救った。

自分ながら、良かった！さすが、1000 人余りの命を取り上げた助産師の娘だ。と思った。

定期健診で病院に行く日も近い。手を差し伸べて私を親身に治療してくれる医療者の皆さんの姿が脳裏に浮かんだ。

氏名：星野 昭江（長野県）

Yoko さん。今、何をしていますか。汗を拭きながらパン生地をこねているのでしょうか。私は涼しい信州にいて、あなたのことをあれこれと考えています。

去年、私が健康に関して活動している会のホームページを見たと言って、あなたは突然、メールを下さいましたね。30代のあなたは、乳がんの手術をしたけれど転移再発して「私には生きる意味なんてありません。どうやって生きろというのですか。死んだほうがましです」と、書いてきました。もうすぐ70代になる私は、そのメールの内容の厳しさに返信する力はなく、嘆息ばかりしていました。

しかし、ある晩、私は思い切ってあなたに「今夜は月がきれいです。信州の小諸は良いところなのできつといつかお訪ねください」と頓珍漢なことを書き連ねました。顔も知らず、声も聞いたことのないあなた。そのあなたに返信をした、緊張しきったあの晩のことは、今でも記憶に鮮明です。

Yoko さん。あなたはそのあとすぐに返信を下さいましたね。少しずつ事細かな日常のあれこれも書いてくださるようになり、私は庭先で育てている野菜のことや夫が持病で困っていることなどを書いたりしました。そしてある時、乳がんに関わって職を失ったから収入がない、自分でパンを焼いて庭先で売ろうことを思い立ったと言って来たときには、ちょっとびっくりしました。週に2回、雨の日はお休みという小さなパン屋さんだけど、保健所の許可をもらうまでが大変でしたね。でも、あなたは頑張り通した。冬の最中でしたから、さぞ体がきつかったことでしょう。

パン屋さんを始めたあなたは、持病のある私の夫のために、砂糖を使わないフランスパンを試作して送ってくださった。あのパン、実に良くできていました。健康に良い新作パンを次々に考えだす Yoko さんのメール。私はそのメールを開くのが、とてもとても楽しみになりました。

夫は「Yoko さん、頂きます」とパンを頂く前に声に出して言うんです。ふだんは黙って食べる人なのに。そして「このパンは砂糖の取りすぎを心配せずに食べられる」と嬉しそうです。Yoko さん、有難う。これからもあなたのパンを、ずっとずっと食べていたい私たちです。体を労わりながら、あなたにしか焼けない美味しいパンを作り続けてください。

氏名：藤本いづみ（大阪府）

『絶対に治る。あたしらは運が良いねん。』

希望を捨てずに闘うと約束した友は、一年も経たずに旅立った。病名は進行性腎がん。腎臓がんには抗がん剤や放射線が効かない。転移すれば免疫療法しかなく、治療の難しいがんだった。しかし、私たちが治療を始める2年前に分子標的薬が使えるようになった。そして、幸運にも私は薬で進行を弱めることができている。

副作用の無い、夢の薬と言われた分子標的薬。しかし、毎日が副作用との闘いである。

時々、私は喪失感に見舞われ、辛くて治療を止めたいと思う。そんな時は彼女の頑張りを思い出す。

これまで何人の人に励まして貰っただろう……。どれだけの勇気を貰っただろう……。

その絆は薬よりも効果のある素晴らしいものだ。だから私は精一杯生きて、少しでもがん医療の役に立ちたいと思う。希望は誰の心にも無限に存在すると信じて。

氏名：宮沢 亮（群馬県）

がんを生きる ～がん患者家族より～

母は“がん”と向き合い、“がん”と生きました。

がん治療に大切なことは、“支えあうこと”だと思います。がんを理解し支えてくださる友人や同僚のみなさん、がん治療を応援してくださる病院や医療者の方々がいてくれた事で、母と私たち家族はとても心の支えになりました。

がん患者さんを支える家族や友人の方へ…

「愛する人と一緒にいる時間を大切にしてください。」

そして、がんと向き合う患者さんへ…

「家族や友人、支えてくれる方々に甘えてください。」

あなたは“1人じゃない”という事。

あなたを想い、あなたを支える“みんながいる”という事。

家族はいつでもあなたの事を想い、一緒にがんを生きています

氏名：栗田 真紀（東京都）

がんになって、たくさん「ありがとう」と言うようになりました。

体調がすぐれないのに予定通り手術してくださり、毎日朝夕回診にいらしてくださった先生、ありがとう。

目が回るほど忙しいのに、ナースコールにいつも笑顔で飛んできてくださった看護師さん、ありがとう。

母さん、手術前に怖くなって電話した夜、黙って話を聞いてくれてありがとう。

遠くにお嫁に行ったばかりで慌しいのに、飛行機でお見舞いに来てくれた妹、ありがとう。

毎日仕事でくたくたなのに、首都高を飛ばして駆けつけてくれた夫よ、ありがとう。

メールではなく電話で、電話よりも手紙で、思いを伝えることが増えました。

照れくさいけど、恥ずかしいけど、言えるときに「ありがとう」と言わなきゃ。

命の終わりを垣間見て、そう思えるようになりました。

みんながいてくれるから、今日もこうして生きていられる。

本当にほんとうに、ありがとう。