

## メンバー経験者からの声

たった今、この患者・市民パネル募集要項を目にされた「あなた」。私はラッキーな方だと思います。とてつもなく辛い体験をされた方。今も続いている方もきっといらっしゃるでしょう。パネルとして、その体験を、今の気持ちを、身内にさえあまり話したことがないことまでも、人に伝えると落ち着きを取り戻すかもしれません。この活動が患者と家族などへの直接的・間接的なサポートに繋がると信じています。まずは、応募してみようじゃありませんか。「あなた」のことです。 (広島県 男性)

この活動期は、がんサバイバーにとって一区切りの「5年」と重なることになり、思い入れ深い活動となりました。参加して良かったことは闘病経験、職業上得てきた知見を提供できたことですが、提供できた事柄よりも、パネルそれぞれの方の病気に対する向き合い方に共感し、励まされ、触発されたことが何よりの私自身の財産となり、寛解後の月日乗り越えてきた礎となりました。これからもパネルを見守り、これをご縁に知り合った方々と関係を続けていきたいと思います。 (兵庫県 男性)

がんと告知された際、私は、病気への認識がほとんどありませんでした。患者・市民パネル活動に参加して大勢の方々の体験・意見を拝聴できましたこと、大きな私の「財産」です。最初、患者・市民パネル参加申込書を見た時、「私には無理」と思いましたが、パネルの皆様方と接する中で、自分の「病気に対する考え」・「心の成長」が向上できたと思います。ピアサポート活動をしていますが、患者・市民パネル活動に参加した経験をいかして、これからも相談者に寄り添って活動を続けたいと思います。 (山梨県 男性)

患者・市民パネルをしてよかったことは、全国各地の患者さん、ご家族の方、医療関係者の方などと意見を交わすことができたことです。リーフレット配布やパンフレットの原稿チェックなどに協力でき、わずかですが自分の経験を他の方のために還元できたことは喜びでした。がん罹患後1年未満での参加でしたが、いろいろな方にお会いし、自分のがん経験の意味をとらえなおすことにも役に立ったと思います。ぜひ、みなさまも挑戦なさってください。 (宮崎県 女性)

がん治療の傍ら、そろそろ復職の馴らし出社を始めた2012年初、「患者・市民パネル」に応募した私は、今から振り返るとまだまだ受け身のがん患者でした。任期中、関心領域の高いものには自らの意思で手を挙げられる「参加型」の仕組みは、仕事との両立が可能でした。活動に参加するうちに、そこで得られた素晴らしい仲間たちとの交流にも大きな刺激を受けて私自身の成長につながりました。活動に参加できて本当によかったです。ありがとうございました。 (東京都 男性)

患者・市民パネルに参加する前、がんに関わる「何か」活動をしたいと考えていました。しかし、自分で何ができるかわからず、「何か」を見つける意味もあって、パネルの活動に関わりました。そこで全国の多くの患者活動をしている方々と出会い、それをきっかけに地元で若年のがん患者さんの会を立ち上げることができました。パネルの活動への参加が無ければ一歩を踏み出すことはできなかったのも、パネルの活動に参加して良かったと思っています。

(愛知県 女性)

患者・市民パネルの活動を通して、全国でさまざまな活動をしている患者仲間と出会いました。年齢も性別も超えた仲間が同じ思いで活動している姿は、私に新しい生き方を歩む勇気を与えてくれました。患者・市民パネルは医療の専門家と患者の間を橋渡しする重要な活動です。困っている患者さんのためにも、そしてあなた自身のためにも最初の1歩を踏み出してみませんか。私にとってパネルの経験は生涯の財産になりました。本当にありがとうございました。

(千葉県 男性)

2009年にがんと診断されました。当初頭の中は真っ白で、死が突然目の前に現れ、以来片時もそばを離れることはありませんでした。今はお友達のような関係です。何の知識も情報もなく、探すすべさえははっきりしない時に、「がん情報サービス」を見ていると精神的、がん・治療、経済的、療養・リハビリなど自分が抱えている不安に対する情報が掲載されていることに気づき、有効な知識と情報を得ることができました。2013年には、別のがん（転移）の手術を受けましたが、その間の患者・市民パネルとしての活動で得た知識と情報のおかげで、余裕さえ持つことができました。正しいがん情報の持つ力は、抗がん剤以上に効果があります。今は、“がんとゴルフとハッピーライフ”を生きるテーマとしています。自分ががんになったら、今度は他の人のためにサポートしてあげませんか。がん情報難民、がん難民を少しでも減らすために、一緒に頑張りましょう。

(埼玉県 男性)

仕事を辞めて社会とのつながりが断たれたような気がしていた時、患者・市民パネルの募集を見つけて、がんを抱えていてもできることがあることが分かり応募しました。様々な活動をしている全国の仲間との交流で得たことは、これから生きていく上での糧となりました。サンキューバトンの動画撮影に参加したり、「がんになったら手にとるガイド」の患者の手記として自分の体験を載せていただいたりしたことなど、楽しい思い出ができました。

(秋田県 女性)