



# りんりん通信 No. 117

Rin Rin  
2020.10 月発行

りんりんの会（乳がん体験者の会）

\* 凛(りん)として自分のために！ \* 輪(りん)として仲間のために！ \* 鈴(りん)として社会のために！

## \* 10 月は「ピンクリボン(Pink ribbon)月間」です！ \*

毎年、10 月になると、全国各地でピンクリボン運動（乳がんに関する啓発活動）が行われ、スマイルウオークやピンクリボン講演会、公共施設のライトアップなど様々なイベントが開催されてきました。りんりんの会でも毎年「スマイルウオーク」に参加、仙台の街中をみんなで歩いたことが楽しい思い出として残っていますが、現在ではスマイルウオークはお休み、更に今年はイベント等も次々に中止になっており、「ピンクリボン月間」とは言え、皆さんと一緒に集いながらの啓発活動が出来ないのがとても残念に感じています。

**ピンクリボン (Pink ribbon) とは**・・・乳がんの正しい知識を広め、検診の早期受診を推進することなどを目的として行われる世界規模の啓発キャンペーンです。ピンクリボンの始まりは、アメリカの乳がんで亡くなられた患者様のご家族が「このような悲しい出来事が繰り返されないように」と願いを込めて作ったリボンでした。その想いが今や世界規模でのピンクリボン運動となっています。日本人女性の 9 人に 1 人になるという乳がん。もし、周りの方にお話しできるタイミングがありましたら・・・、是非お伝えしてほしいこと。\* 身近な病気の乳がんを予防するには「検診」を受けること。「検診」を 2 年に一回の習慣にしましょう！

\* 月に一度のセルフチェックで小さな変化に気づきましょう。(自分の胸に関心を持ちましょう！)

「家族や友人に自分と同じ思いをしてほしくない」という願いを込めて、

自分で出来る「小さなピンクリボン運動」、始めてみませんか？

## \* 「第 16 回りんりん研修会」中止のお知らせ \*

\*りんりんの会では年に一度、啓発活動として「りんりん研修会」を開催し「体験者からのメッセージ」を送り続けてきました。

16 回目となる今年度、11 月にはコロナも落ち着いてくれることを期待して「研修会開催」に向けて万全の準備を進めてまいりましたが、県内での感染者が日々増えつつあり、**大勢の患者様方が一堂にイベントに集うことへの危険性を考慮し、止む無く「中止」という決断**を致しました。

\*2 月の定例会以降、りんりんの会の活動も休止となり、皆様とのつながりはこの通信のみとなっております。研修会で「皆さんとやっとお会いできる！」とその日を楽しみにされていた会員の方々、HP やブログ等で情報キャッチされていた皆様、本当に申し訳なく、この状況がとても残念で悔しい思いであります。

\*開催中止にはなりますが、吉田先生からの嬉しいご提案がありまして、**次回「りんりん通信増刊号」として先生から研修会で話しいただく予定だった内容を掲載**させていただくことになりました。先生にもお会いできずガッカリされている方もいらっしゃると思いますが、どうぞ楽しみにお待ち願います。

●今後のりんりんの会の予定につきましては、**当面の定例会(毎月一回・土曜日に開催)は未定**となります。

(大崎市民病院 HP・りんりんの会ブログ・ツイッター等でご確認ください。)

●**大崎市図書館での「りんりん相談室」(毎月第 4 水・PM1:30~3:00 2 階研修室)**は継続して開催しております。

※11/25(第 4 水)は都合によりお休みとなります。

●**りんりん通信は、会員の皆様のお手元に定期的に郵送**致します。

\*お問い合わせについて・・・**りんりん携帯**にて対応致します。

●**りんりん携帯 : 090-6259-9205**

●**アドレス : rinrin-heart2004@ezweb.ne.jp**

## \* 補整用手作りパッド講習会 今後の開催日程 \*

●大崎市民病院がんサロンにて  
PM1:00～3:00  
★12/9(水)  
★2021年2/10(水)  
※参加人数：3名

●大崎市図書館2階研修室にて  
※毎月第4水・PM1:30～  
★10/28(水)  
★12/23(水)  
※参加人数：6名以内

●石巻赤十字病院がんサロンにて  
AM10:00～・PM1:00～  
★11/16(月)  
★2021年3/22(月)  
※参加人数：AM・PM3名ずつ

### 【講習会参加を希望される方へ】

- \* 参加希望日の1週間前までに予約をお願い致します。(材料キットの事前作製・準備が必要なため)
- \* 講習会参加費は当日をお願い致します。(全摘の方用:1,000円・温存の方用:600円 2L以上は+200円の金額になります。今後の物価高変動により、価格も変更する場合があります。)
- \* 裁縫セット(針・糸・はさみ)などはこちらで用意致しますが、糸通しや使い慣れているものがありましたらご持参ください。
- \* りりんハンドメイド倶楽部が対応致します。一緒に楽しく作りながら、皆さんといろいろなお話も出来ます。  
●りりん携帯：090-6259-9205 ●アドレス：rinrin-heart2004@ezweb.ne.jp

### 参加された患者様より

- ★ 自分に合ったパッドがないまま月日が経過していました。手作りパッドができて今日は楽しかったです。ハンカチやタオルでは全摘した胸がかわいそう…とずっと思っていました。早速、使ってみます。
- ★ こういう場があることが嬉しい。みんなと一緒に作れてよかった。
- ★ 自分に合うパッドが無かったので嬉しかった。
- ★ (完成後すぐにつけてみたら)自分の胸になじみ、感激しました。
- ★ 思い切って参加してとても良かった。
- ★ お話も出来て最高の日になりました。

### 秋田県の患者様より

- ★ 3年前、秋田県で講習会を開催、その場に参加された患者様から最近お電話をいただきました。「市販のものより「りりんパッド」がぴったり！購入したいのですが…」とのこと。嬉しくて飛び上がりそうになりました(笑) “使っていただいてありがとう！” 感謝です♪

## \* R2.10/3 河北新聞夕刊記事「記者ログ ピアサポーター」より

「人間関係に悩み、中学生の頃は学校に行きたくても行けなかった。苦しかった」

先月、仙台市内の通信制高校に通う女子生徒(15) の話を聞く機会を得た。生徒は「同じ思いをした友達と出会い、共感できた。今は学校に通うのが楽しい」とも言った。同校では、この生徒を含む有志 20 人がピアサポーターの肩書で、転入生や入学希望者らの話し相手になっている。大半が過去に不登校を経験した生徒という。

同様の取り組みは、がん患者支援の一環として広く取り入れられている。

「気持ちを共有することが安心感や生きる力につながる」。

約 20 年前に乳がんを患った女性(64)と 5 年前に交わした取材のやり取りを今も覚えている。

忘れがたい痛みも、傷つき、迷える人たちの支えや道しるべになり得る。

ピア(仲間)を思い、言葉を紡いだ彼女たちが教えてくれた。(報道部：肘井大祐)

©河北新報社

## ～りんりん通信に寄せて No.45～

### 医薬連携

大崎市民病院 乳腺外科科長 吉田 龍一

先日、大崎市民病院周辺の院外調剤薬局さんと意見交換する機会がありました。医薬連携が叫ばれている中、院外薬局さんではどのようにして患者情報を得ているのか、そして、どのように患者さんに薬の説明をしたり服薬状況を訊いているのか尋ねてみました。

医薬連携とは、医師と薬剤師、あるいは病院（医院）と薬局間で連携（情報交換）することをいいます。

つまり、薬剤師さんが患者さんに服薬指導をするとともに服薬状況や副作用などを確認して、医師にそれを伝えることでよりよい患者サービスを提供するというものです。患者さんが安心して服薬でき、何かあったら薬剤師に相談し、必要に応じて医療機関に情報提供することで、きめ細かい医療を提供できるようになります。

現在、外来処方ほとんど院外処方となっています。医薬連携は必然的に医療機関と市中の調剤薬局との連携になります。院内薬局との違いは、患者情報に触れられるか否かです。院外薬局ではカルテを見られるわけではないので、患者さんの情報、つまり、病名、治療内容に関する情報は患者さんを通して得るしかありません。患者さんの立場からすれば、院内薬局の方が便利だし、自分の病気について知っていて処方してくれるから安心と思うでしょう。

そもそも、なぜ院外処方が推進されているのか。かつて、薬価差益（薬剤の納入額と売値の差で儲けること）のため不必要に処方が多く医療費の増大につながるという理由から、国の方針で医薬分業が推進されるようになりました。院外処方は病院側としては薬剤購入費が減り、薬剤を置いておくスペースも減らすことができ、薬剤師の数も少なく抑えられることがメリットとしてあげられます。一方、薬局側は薬がたくさん売れ、薬の専門家が服薬指導をするメリットがあります。

しかし、デメリットとして、先に述べたように薬剤師側（特に院外薬局）では病名や治療内容の情報が得られないため、いったい何の病気で医療機関にかかっているのかわかりません。来店した患者が何の病気か処方から推し量るしかありません。

医薬連携は非常にいい理念だとは思いますが、本質的な問題は、薬局側が患者情報を持たずに調剤しており、より患者に寄り添った接し方が難しいことです。院内処方であれば、カルテを見れば何の病気でどんな治療をしているのかが把握できるので、処方薬以外のことについてもアドバイスが可能ですが、院外処方では処方された薬の説明がせいぜいではないかと思われます。このことは患者にとってのメリットが不十分だと思います。残念ながら、守秘義務、個人情報保護の観点から、患者さんの病状を薬局に知らせるわけにはいきませんし、逆に薬局側にしても患者さんに訊きづらい事柄だと思います。

風邪などの軽微な疾患であれば問題になることはないでしょうが、がんや難病で抗がん剤や免疫チェックポイント阻害剤などの治療を受けている場合には、副作用も多彩で注意が必要です。チーム医療の一環として、院外薬局から患者さんの状況のフィードバックがあればよりよい医療につながると思いますし、患者さんのためになると思います。そのためには自分の病状や治療に対する不安など薬剤師さんに相談してみるのもいいと思います。

院外薬局さんいろいろ努力していて、問診票に記入していただいたり、直接病状を訊いたりしているようですが、中にはやはり話しながらない方もいるようです。点滴の抗がん剤などは薬剤名を患者さんが覚えていることは少ないため、どんな治療がなされているか把握が困難な様です。また、処方内容の変更や中止の理由が、体調の変化によるのか副作用によるのかわからなかったり、家族が薬を取りに来るので服薬状況など日頃の詳細がわからない方がいるとのことでした。患者さんがよりよいサービスを受けるためには、かかりつけ薬局を持ち、自ら薬局に自分の病状や治療内容をお知らせすることが大切だと思います。また、化学療法中の方には当院で作成した「私のカルテ」という冊子がありますので、直接言いにくかったり、治療の詳細がわからないときにはお薬手帳と共に「私のカルテ」も提示するのもいいと思いますし、医師に詳細を訊いたメモでもいいですから、患者さんの情報を与えることで、調剤だけじゃない薬剤師さん本来の姿も見えてくると思います。

\* 協力医療機関：大崎市民病院 地域医療連携室 \*