

令和 5 年度 沖縄県委託事業

## がん ピア・サポーター養成講座

### 開催報告

実施日：令和 6 年 2 月 17 日（土）

主催：沖縄県地域統括相談支援センター

## 【名称】

令和5年度 第10回 がんピア・サポーター養成講座

## 【目的】

- ①これから「ピアサポート」を始める方が、1対1での対応に関する基本事項を学ぶ。
- ②受講生同士に仲間意識を持ち、今後のセンター及び個々の活動が互いに連携できる環境をつくり、コミュニケーション技術向上を目的とする。

## 【概要】

- 1.日 時 令和6年2月17日(土) 9:00~17:00
- 2.場 所 おきなわクリニカルシミュレーションセンター  
(琉球大学医学部キャンパス内)
- 3.対 象 下記①~⑤すべてに該当する方
  - ①がん患者およびがん患者のご家族、ご遺族
  - ②現在病状の安定している方
  - ③事前学習プログラム(講義動画)を視聴できる方
  - ④講義ならびにロールプレイ(面接技法)参加出来る方
  - ⑤受講後は治療や仕事、生活に支障がない範囲で当センターの  
がんピアサポーター(ボランティア)として登録し活動できる方
- 4.主 催 沖縄県地域統括相談支援センター(令和5年度 沖縄県委託事業)
- 5.参加費 無料
- 6.課 題

講義動画(受講前までに学習プログラムを視聴し、事前課題を提出)  
厚生労働省委託事業 がん総合相談に携わる者に対する研修事業  
「ピア・サポーター養成テキスト 2020年度版」のテキスト等に準拠し、  
サイコオンコロジー学会、ご提供頂いた動画を使用。

- ・ピアサポートとは
- ・ピアサポーターの役割と活動指針
- ・相手を大切にすること、自分を大切にすること
- ・よりよいコミュニケーションのために
- ・がん診断の基礎知識と情報提供の注意点
- ・行政や医療機関が支援できること

事前学習動画内において、学んだことや感想を原稿用紙に各テーマ  
100文字~200文字にまとめ、事前学習に関する質疑についての課題  
提出あり。

## 第10回 がん ピア・サポーター養成講座 プログラム

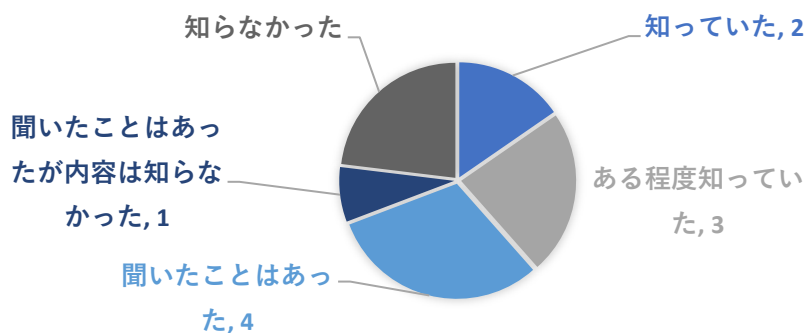
開始時間	終了時間	所要時間	項目	担当者	備考
8:30	9:00	30分	受付	スタッフ	
9:00		開会			注意事項の案内
9:00	9:05	5分	開会のあいさつ	がんセンター長 増田	
9:05	9:10	5分	講師およびスタッフ紹介	講師・相談員・スタッフ	
9:10	9:20	10分	アイスブレイク	齋藤 円先生	受講生参加型
9:20	9:50	30分	ピアサポートについて	齋藤 円先生	
9:50	10:20	30分	事前学習の復習（ピアサポートとは・役割と活動指針・コミュニケーション）	野田 真由美さん	
10:20	10:30	10分	休憩		
10:30	11:00	30分	相手を大切にすること、 自分を大切にすること バウンダリーについて	齋藤 円先生	
11:00	11:10	10分	休憩		
11:10	12:10	60分	自分の体験を語る	野田 真由美さん 齋藤 円先生	受講生参加型 *2グループ編成
12:10	13:00	50分	お昼休憩		各自
13:00	13:20	20分	オリエンテーション（ロールプレイ）	野田 真由美さん	
13:20	13:50	30分	ロールプレイ第1セッション		各グループにて参加 *5グループ編成
13:50	14:00	10分	休憩		
14:00	14:30	30分	ロールプレイ第2セッション		
14:30	14:40	10分	休憩		
14:40	15:10	30分	ロールプレイ第3セッション		
15:10	15:20	10分	休憩		
15:20	15:30	10分	グループ振り返り	各グループ	
15:30	16:00	30分	全体振り返りロールプレイの講評	講師・相談員	相談員各グループの振り返り発表 講師及びセンター長より全体の講評
16:00	16:05	5分	休憩		
16:05	16:10	5分	がん対策について	増田 昌人	
16:10	16:25	15分	沖縄県のピアサポート事業について	相談員 中山 富美	
16:25	16:35	10分	質疑応答	講師・相談員	司会が指名
16:35	16:45	10分	アンケート記入	受講生各自	紙面記入
16:45	16:50	5分	受講修了書	がんセンター長 増田	
16:50	16:55	5分	記念撮影	全員	
16:55	17:00	5分	閉会のあいさつ	がんセンター長 増田	
17:00		閉会			

## 令和6年度 がん患者会意見交換会アンケート集計（13名分）

### Q1.養成講座に参加しようと思ったきっかけは何ですか？

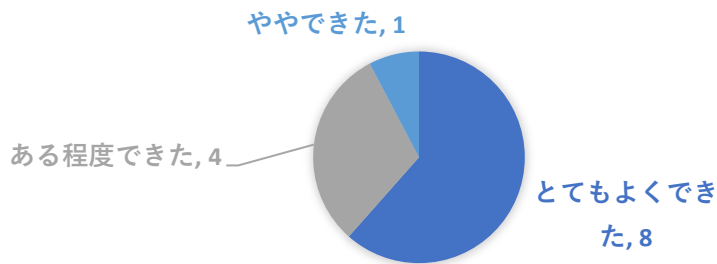
- 1 自分ががんと診断された時、同じがんの仲間と情報交換したいと思った。  
（出来なかった）今は誰かのために役立ちたいと思い参加しようと思った。
- 2 寄り添う時への学びになると思って
- 3 誘われたので
- 4 ぴんくばんさあの与儀さんにお声がけいただきました。
- 5 病院勤めなのですが、緩和ケア看護師さんより声掛けがあり参加させて頂きました
- 6 R5産業まつりでポスターを見たこと
- 7 がんピア・サポーターがどのような学びをして活動している（する）のか知りたかった
- 8 私は抗がん剤の治療をしています。その影響でたまにめまいをします。それでもボランティアグループでラジオ体操をしたり、子どもの父母会に参加したりと毎日忙しく過ごしています。がんのことはほとんど考えたことがありません。がんでも楽しく過ごせると少しでも伝えられたらと思っています。
- 9 ネットで見つけて。タイミング的に受講できる時だった。がんになった経験を誰かのために生かせればいいなと思いました。
- 10 相談室を利用したことがあり、当日助けられた。自分が元気になったら、他者のためになることがしたかった。
- 11 県のホームページをみて
- 12 かかりつけの病院地域連携室ナースよりピア・サポーターにならないか？と声をかけていただいた。
- 13 自分ががんになって患者会で話をするとても楽になれました。話すこと、聴いてあげることで楽になれるので、誰かの声になれるならと思った。

### Q2.ピア・サポート活動（またはピア・サポーター）を知っていましたか？



### Q3.講義「ピア・サポートについて」の内容は理解できましたか？

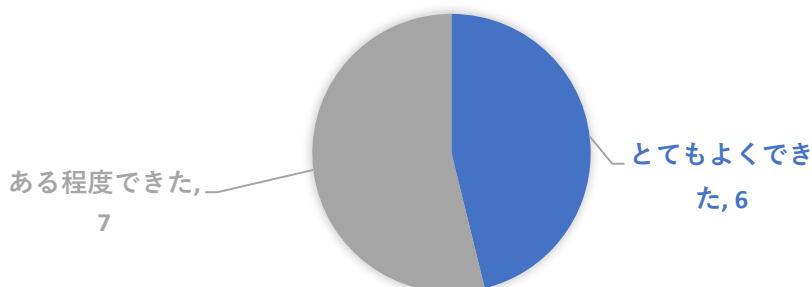
Q3.講義「ピア・サポートについて」の内容は理解できましたか？



#### 理由

- 1 動画を事前に観ているので理解しやすかった
- 2 難しいです
- 3 事前課題プラス当日で腑に落ちた感じでした
- 4 がんを経験した私だから話せる体験談がある事、仲間がお互いにサポートすることであること
- 5 活動をスタートさせてから学ぶこともあると思う
- 6 「同じ体験をした仲間が互いに助け合う」医療者がフォローできない、生活者としての悩みを分かち合う大切な存在だと痛感しました。
- 7 対面で聞くと分かりやすかった
- 8 座学→ロールプレイ→振り返りが理解しやすかった
- 9 ロールプレイで演習できたこと

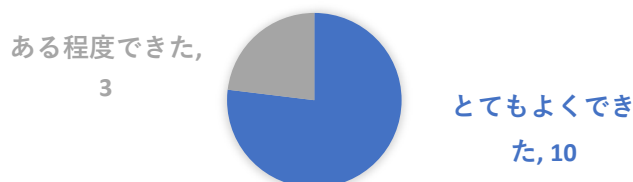
Q4.講義「事前学習の復習」の内容は理解できましたか？



## 理由

- 1 スライドでポイントを押さえていたので分かりやすかった
- 2 とてもためになりました
- 3 事前課題のスライドがもう少しづつ短いとありがたいかなと思いました。
- 4 「診断の基礎知識と情報提供の注意点」が医療の内容で難しかった
- 5 ボリュームがあったので（申し込みがギリギリだったが）少し駆け足気味でしたが、今日の講習でもとまったと思います。
- 6 事前に視聴しているので再確認ができて良かった
- 7 対面での講義は頭に入ってきやすかった。
- 8 分かりやすい書き方、まとめ方だった
- 9 予習としてとても良かったと思います。

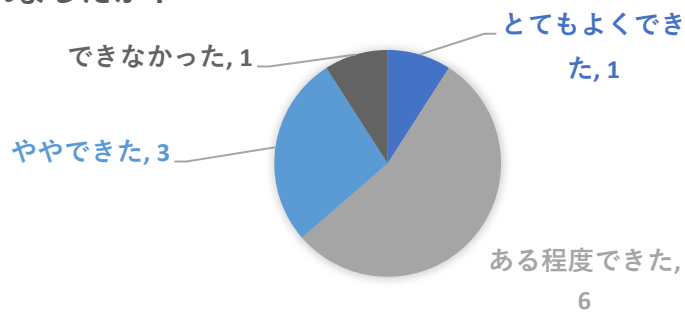
### Q5.講義「相手を大切にすること、自分を大切にすること バウンダリーについて」の内容は理解できましたか？



## 理由

- 1 初めて聞く言葉だったが、「境界」という事、大事だと思った。「自分も相手も大切にする」事心がけていきたい
- 2 無理なくていい、相手に感情をあわせたくて良いと知り、安心の自分がいいます
- 3 自分がしんどくなってしまうのは、人の話は聞けないがとても印象に残りました
- 4 話を聞くことは、思った以上に疲れてしまうので相手を大切にすることも大事だけど、自分も大事にすることはとても大切だと感じた
- 5 サポーター活動のみならず、生きていく上で全ての人が必要なものと感じました。
- 6 自分も相手も大切に（境界をしって）する。医療者としてピア・サポーターが無理をしすぎていないかサポートしていきたいと感じた
- 7 自分をないがしろにながちなので、自分を大切にすることも学べた。
- 8 お互いがしんどくならない様にする
- 9 境界は大切にしていきたい、自分と相手のテリトリーを

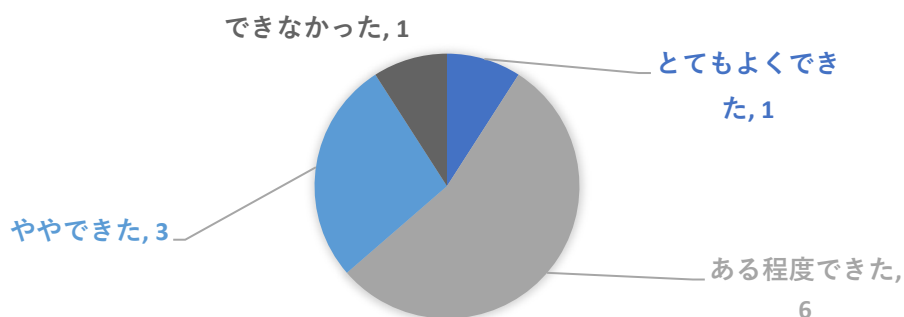
Q6.ワークショップ「自分の体験を語る」では、自分なりに語れましたか？



理由

- 1 事前に自分の体験を（頭の中で）まとめていたので、3分以内で一番話したいことはある程度出来たと思う
- 2
- 3 難しい。7年目ですが始めて他人に話しました
- 4 まとめきれなかったので、短く語る練習が必要なことに気づけました
- 5 ある程度、話す内容とかまとめておく必要があると感じた
- 6 事前組立ては必要だったと。今後活かそうと思う。
- 7 オブザーバーとして参加しました。自分の体験を語る場面で、辛くなったり
- 8 する方もいるのか心配でしたが、今回はいらっしやなず良かったです。
- 9 しかし、そういう状況になるかもしれないと理解が必要と感じた。
- 10 まとまりのない話になったかも
- 11 緊張したが話せた方だと思う。
- 12 1分・3分と時間の感覚が難しかったがなれてくると体の感覚で分かりそう
- 13 ちょっと話し足りないこともあったかな？

Q7.ロールプレイでは自分なりにできましたか？



## 理由

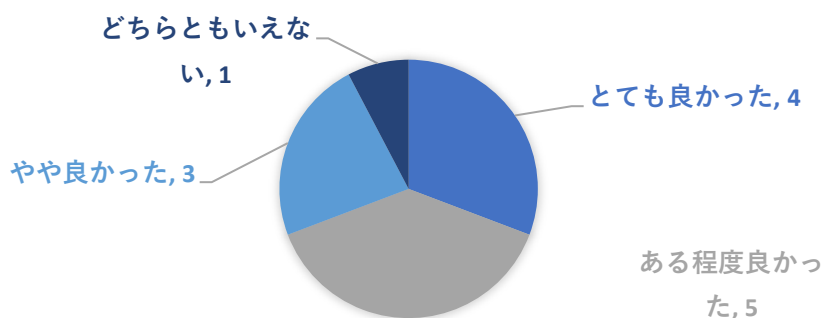
- 1 「聴く」ということを意識しながら参加した。3回の役割をこなしていくことで少しずつやりやすくなった
- 2
- 3 思ったことと声にして話すことはまだまだ練習が必要
- 4 「これを言ったらどうなるかな、どう思われるか」を考えすぎると忸度というか、「作られたもの」に寄りすぎるかなとも思った
- 5
- 6 頭が真っ白になるくらい緊張してしまい、きちんと話を聴けていなかったのではないか。情報収集を行いながら、知識を高め話す引き出しを作って
- 7
- 8 真っ白にならないようにしたい
- 9 ロールプレイは苦手ですが…
- 10 とても緊張したが実践形式でためになった。
- 11 話題を見つける事が出来た。
- 12 お題に枝葉をつけたり。ピア・サポーター側になった時、相手のことを知らないなので、まず知っていくところから難しい
- 13
- 14 緊張して上手く出来なかった

## Q8.ロールプレイでは自分なりにできましたか？

- 1 難しいと感じたが、実際の活動を通して経験を積んでいきたい
- 2 相手の現状を知る余裕が大事なのか分かりました。
- 3 すごく必要だと思いました。トライして良かったです。
- 4 実際はもっと緊張してしまうのであろう、様々な内容のお話が聴けるのか心配ではあるが、話し方、家族構成等聞きながら話を進める方法や沈黙になった時の対応方法等なるほどが多かった。
- 5 難しかったが、全体として楽しかった。
- 6 ファシリの方の進め方や声かけも見させていただき、勉強になりました。色々な研修のファシリテーターをしますが、ファシリは難しいですね。
- 7 最初にピア・サポーター、2番目に利用者をしましたが、最初より2番目の方がよくできてたように思えました。
- 8 患者役は想定外で難しかった
- 9 難しさを感じました
- 10 女性特有のがんは相手からすると女性の方が良いと思った
- 11 全ては、コミュニケーションの基本が大切。相手のことを思い傾聴することの大事さを知りました。
- 12 素晴らしい演習になった。アクターになった気分でした。



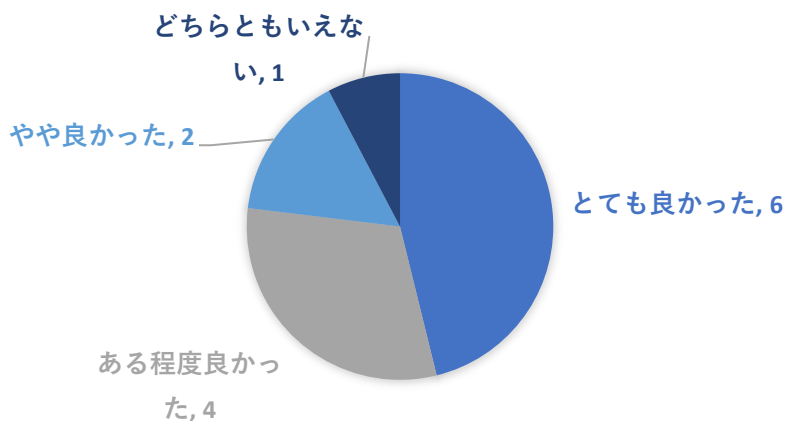
Q9.「がん対策について」の内容はいかがでしたか？



理由

- 1 県のがん医療の連携体制が理解できた
- 2 よく分からないです
- 3 思っていたより簡潔で良かったです
- 4 大まかにしか分からない
- 5 沖縄県が積極的であると感じた

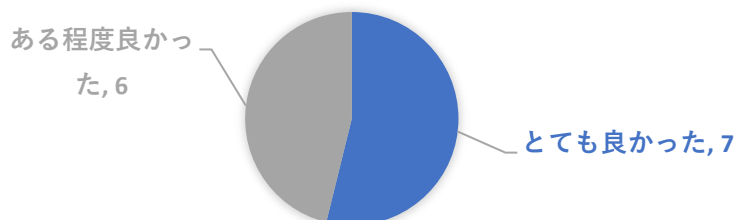
Q10.沖縄県のピア・サポート事業の内容はいかがでしたか？



理由

- 1 患者サロン・ゆんたく会開催。地域での活動（がんピア・サロン）キャラバンなど活動内容が分かりやすかった。出張ピアサポート等できる範囲内で活動していきたい
- 2 よく分からないです
- 3 助成があることで「やってみよう」と思う人は増えると思います
- 4 実際に活動しているピア・サポーターさんのお話が聞けて良かったです。
- 5 具体的などころまでは分からなかった
- 6 力を入れている感があった
- 7 もっと周知が必要ではないか？入院中や退院の際に「支援センター」と言うのはどこかで聞いたが内容までは理解できていなかった。患者のフォローに繋がる周知がもっとあれば。

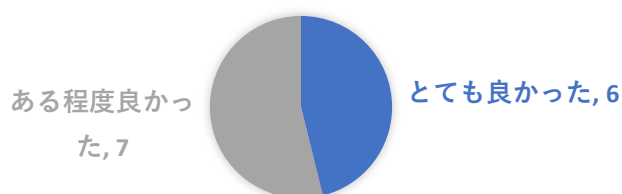
Q11.1日を通して、本講座の科目構成や日程（事前課題提出や時間帯）はいかがでしたか？



理由

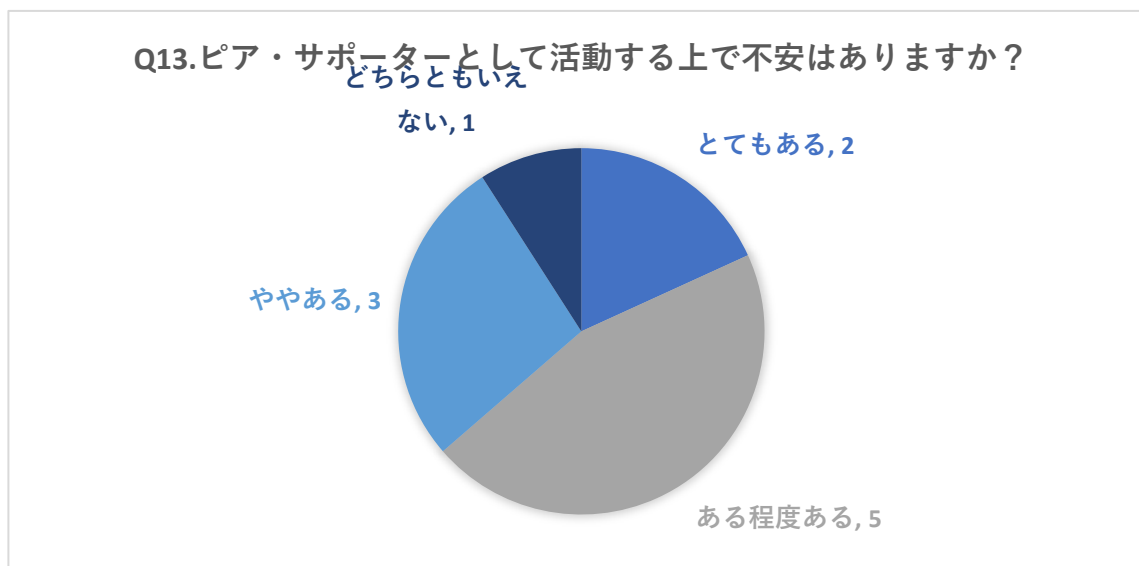
- 1 事前課題提出に時間がかかった。1日の時間帯は良かった。
- 2 少し長いですね。（一日持つかな？と思いましたがなんとか終了できました）
- 3 内容がギュッと集約されていて良かったです
- 4 医療関連が難しかった
- 5 初めは長いと感じたが、終わってみたら有意義でした。
- 6 長い1日でしたが、座学からロールプレイまで濃厚な時間を過ごすことができました。ピア・サポーター同士同じ仲間と出会える良い機会だったのかなと感じました。
- 7 1日ハードでしたが、2日に分けるとそれはそれで大変だったと思います。事前学習も時間を取るのが大変でした。久々に勉強した感じです。
- 8 事前課題は結構難しく、3時間程かかった
- 9 ロールプレイと講義の時間バランスが良い
- 10 久々の終日講義だったが、あっという間に過ぎたので充実したと思う。

Q12.1日を通して、ピア・サポート活動について理解できましたか？



理由

- 1 ありがとうございます。
- 2 実際にされている人の声が聞けて良かったです。
- 3 Zoomでも行っていると今日知りました
- 4 事前課題を自分でよみこむより、やはり対面できく方が分かりやすい
- 5 具体的な活動方法が理解出来た



理由

- 1 まだ、様子を見ながらですね
- 2 どんな人が来るか、どんな相談か、常に緊張感をもっていきたいと思います。
- 3 お話をちゃんと聴いて、情報を伝えられるか不安
- 4 話を聴くのは得意だが、話をする方は苦手。緊張をどう乗り越えるか。
- 5 時間がどれくらい取れるか
- 6 もちろん不安はあります。でも、話すことで気持ちが楽になれることを知って欲しい

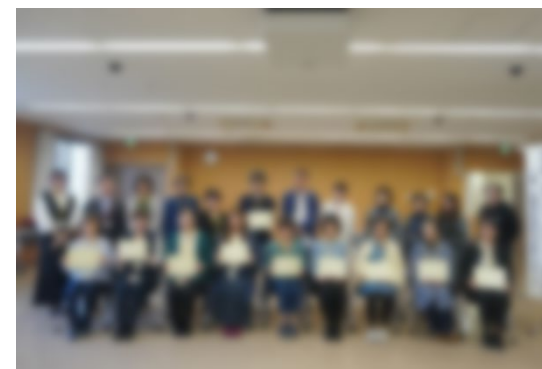
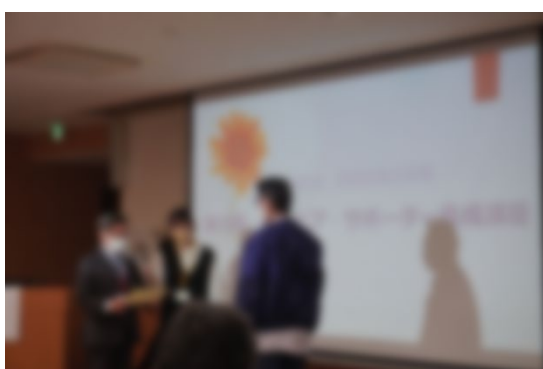
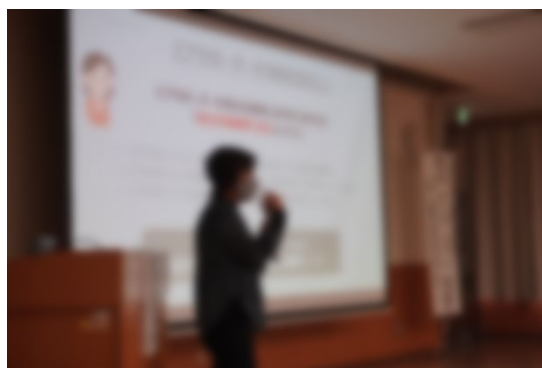
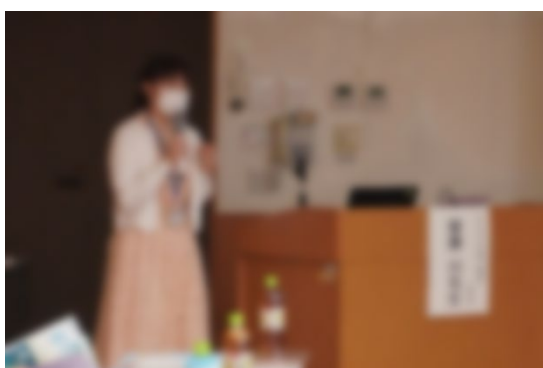
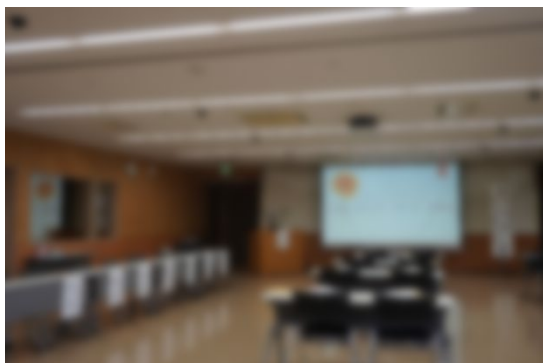
**Q14.ピア・サポーターとして活動する上で、どのようなフォロー体制があると安心ですか？**

- 1 実際の活動の場を最初は教えて（紹介）してもらいたい
- 2 ピア・サポーターの相談窓口
- 3 フォロー体制は知らなかったです
- 4 ある程度慣れるまでは、あまり期間をあげすぎずに実践できると継続的に関われると思います。
- 5 フォローアップ研修があるので安心
- 6 活動する時が仕事の一部として認めてもらえたら嬉しいです。
- 7 困りごと、迷いことなど、相談できる方がいたら良い
- 8 同じがん種の連携体制？

Q15.本講座へのご意見、ご感想をお書きください

- 1      ロールプレイは難しいけれどとても学びになりました。
- 2      普通お会いすることもない先生方とお話をできることは光栄です。
- 3      主催される側の人たちがいてこそこの会でありがたかったです。
- 4      自分が患者として相談したとしてもきちんと研修して対応して頂けると知っていたら、相談していたらと今さらながら後悔…素晴らしい出会いに感謝いたします。ありがとうございました。
- 5      とても楽しく参加できました。今後の活動も楽しみです。
- 6      ピア・サポーターが何を学び、実際の活動も伺うことが出来て大変良かったです。オブザーバーとして参加させていただきありがとうございました。離島でもがんピア・サポーターの認知度を上げていき、悩んでいる方の助けになれる活動が出来たらと思います。お力添えよろしく申し上げます。
- 7      今回の講座に参加することで、サバイバー仲間に出えたというのも嬉しい
- 8      様々な人がいてとても勉強になり、有意義な時間でした。
- 9      とても充実した1日でした。たくさんの癌種、性別、年齢のピア・サポーターがいればもっと良いと思いました。
- 10     ないような濃い良い内容だったと思います。

【当日の様子】





あなたの経験を活かしませんか？  
がんを体験したあなた、ご家族のあなただからこそ、  
がん患者やその家族に寄り添うことができます。

# 第10回 がんピア・サポーター 養成講座

## 2024.2.17(土) 9:00-17:00

**受講無料**

\*離島から受講される方は  
旅費の助成があります。  
※沖縄本島内の移動は交通  
費等の助成はありません。

申込締切

1/31



**場 所** おきなわクリニカルシミュレーションセンター  
(琉球人学医学部キャンパス内)

**受講対象** 下記の①～⑤の全てに該当する方

- ①がん患者さんおよびそのご家族、ご家族
- ②現在、病状が安定している方
- ③事前学習プログラム（講義動画）を視聴できる方
- ④講義ならびにロールプレイ（演技練習）に参加できる方
- ⑤受講後は治療や仕事、生活に支障がない範囲でセンターの  
がんピア・サポーターとして登録し活動できる方

\*基本約に上記の①～⑤の全てに該当する方を対象としており  
ますが、状況によっては受講対象とさせていただきます。  
お気軽にご相談ください。

**申込方法** 左記のQRコードからお申し込み

【問い合わせ】 琉球人学病院 がんセンター内 沖縄県地域福祉相談支援センター  
TEL: (098) 942-3407 (直通) 担当: 青柳 MAIL: info@gansoudan-okinawa.jp

# 第10回 がんピア・サポーター養成講座 カリキュラム



**事前学習プログラム（動画視聴）**

養成講座に先立って、基礎知識の習得のために、以下の  
6項目については動画視聴をお願いしています。

1. ピアレポートとは
2. ピアサポーターの役割と活動方針
3. 相手を大切にすること、自分を大切にすること
4. より良いコミュニケーションのために
5. がん患者の基礎知識と情報提供の注意喚起
6. 行政や医療機関が支援できること

\*動画の視聴や課題提出方法等については、お申し込み後  
にメールにてご案内します。

**養成講座プログラム 2月17日(土) 9:00 - 17:00**

8:30 - 9:00 (30分)	受付
9:00 - 9:20 (20分)	開会のあいさつ・オリエンテーション
9:20 - 9:50 (30分)	ピアサポーターについて 斎藤門先生
9:50 - 10:20 (30分)	事前学習の振り返り 野田真由美さん
10:30 - 11:00 (30分)	バウンダリーについて 斎藤門先生
11:10 - 12:10 (60分)	自分の体験を語る
13:00 - 13:20 (20分)	ロールプレイオリエンテーション
13:20 - 13:50 (30分)	ロールプレイ① (1組3名グループ)
14:00 - 14:30 (30分)	ロールプレイ② (1組3名グループ)
14:40 - 15:10 (30分)	ロールプレイ③ (1組3名グループ)
15:30 - 16:00 (30分)	全体振り返り
16:05 - 16:20 (15分)	沖縄県のピアサポーター事業について 相談員 (調整中)
16:20 - 16:35 (15分)	質疑応答
16:35 - 17:00 (40分)	終了式・閉会

\*受講後に修了書をお渡ししますが、資格として認定されるものではありません  
ので、ご了承ください。

**【場 所】**

おきなわクリニカルシミュレーションセンター  
〒903-0215  
沖縄県中頭郡読谷町字上原207番地  
(琉球人学医学部キャンパス内)

**【問い合わせ】**

沖縄県地域福祉相談支援センター  
琉球大学病院 がんセンター内  
TEL: (098) 942-3407 (直通) 担当: 青柳  
MAIL: info@gansoudan-okinawa.jp