

目線を合わせて 治療をサポートする

市立総合医療センター
がん化学療法看護認定看護師
岸下 陽子 さん



正しい知識を分かりやすく

「患者さんにただ寄り添うだけではなく、正しい知識を分かりやすく伝えることで、不安を取り除きたいです」

そう話すのは、がん化学療法看護認定看護師として市立総合医療センターで働く岸下陽子さん。
同認定看護師は、がんの正しい知識を伝えたり、治療の副作用を問診し医師に伝えたりするなど、化学療法（抗がん剤治療）を受ける患者さんが安心して治療に取り組めるよう、さまざまなサポートを行います。

「難しい話でも自分に医療知識の引き出しがたくさんあると、どこをかみ砕けば良いかが分かります。常に知識をアップデートして患者さんに分かりやすく伝えたいです」

患者さんの目線で考える

「化学療法は長い人だと1日がかりの受診です。同センターでは、採血や医師の診察、投薬などを全て化学療法室で行い、移動の負担を減らしています。患者さんが落ち着いて治療を受けられ、医師や看護



化学療法室

治療しながらでも仕事や趣味ができる生活が目標です」

「来て良かった」と感じてもらうたい

この病院に来て良かった、相談して良かった、そう言ってもらえる存在でありたい、と岸下さん。

「患者さんの一番身近にいるのは看護師です。先生や薬剤師さんに説明を受けたけど理解しきれなかったこと、簡単に聞いてのをためらってしまふようなこと、小さなことでも質問してください。患者さんだけが頑張るのではなく、同じ目線で一緒にサポートしていきます」

おとな子どもも 食と育つ 保健センター ☎ 072(758)4721



たっぷり野菜のさつま汁

学校給食でおすすめの季節の献立「さつま汁」は、鹿児島県の郷土料理。鶏もも肉と季節の根菜が入った具だくさんのみそ汁です。サツマイモはサトイモに代えることもあります。なお、「さつま」とは薩摩藩のことで、サツマイモのことではありません。

- レシピ提供 給食課
熱量（1人分）：128kcal、塩分：1.5g
- 材料 3人分
 - 鶏もも肉（一口大にそぎ切り） 60g
 - 干しいたけ（水で戻して千切り） 1枚
 - ゴボウ（小さめのささがき） 40g
 - ニンジン（3ミリの幅のいちょう切り） 40g
 - ダイコン（3ミリの幅のいちょう切り） 80g
 - サツマイモ（3ミリの幅のいちょう切り） 80g
 - 麦みそ 大さじ2
 - 葉ネギ（小口切り） 20g
 - サラダ油 小さじ1
 - 【だし汁】
 - 削り節 4g
 - 煮干し 2g
 - 水 480ml
 - 作り方
 - ①削り節と煮干しでだしをとる。
 - ②鍋にサラダ油を熱し、鶏もも肉、干しいたけを炒め、ゴボウ、ニンジン、ダイコンの順に加え、炒める。
 - ③②にだし汁とサツマイモを加え、煮る。
 - ④煮えたら、麦みそを溶き入れ、葉ネギを加えて仕上げる。

消費生活センターだより 消費生活センター ☎ 072(740)1167

不用品の買い取りのほが 貴金属を買い取られてしまった

安易に家に来てもらうのはやめましょう

事例 「不用品はありませんか。何でも買い取ります」と電話があった。洋服や着物ならあると話し、自宅に来てもらうことにした。

業者が来ると、約40着の洋服や着物をスマートフォンで撮影し、本部へ送った。査定を待っている間に「アクセサリーなどの貴金属はありませんか。見せてもらうだけでいいです」としつこく言われ仕方なく18金のネックレスと指輪を見せた。業者が写真を撮ると、すぐに査定が出て「合計9,000円です」と言われ、断り切れずに売ってしまった。アクセサリーは売れなくなかったため後悔している。取り戻したい。（70歳代 女性）

回答 上記は訪問購入に関する相談です。訪問購入は契約書を受け取った日から8日間クーリング・オフができます。その場合、消費者はお金を返し業者は物品を返します。しかし、業者が「すでに転売した」などと言って物品が返ってこない、業者と連絡が取れないという相談もあります。

事例のように、電話では不用品の買い取りの話だったのに、自宅に来たら売らなかつた貴金属の話になり、しつこくて断れなかつた、強い口調に怖くなり帰ってほしいと言えなかつたなどのトラブルも増えています。

業者が当初の話とは異なる物品を買い取りたいと求めることは禁止されています。売らなかつた貴金属の話が出て物品を見せず、きっぱり断りましょう。身の危険を感じたら警察に連絡してください。

生きる 人権推進多文化共生課 ☎ 072(740)1150

「意見が対立しても大丈夫」 Vol.1

意見が対立した時にとる 四つの行動パターン

家族や友人、職場で意見が対立して困ることはありません。ランチで食べたいものが違うという小さな対立から、家事分担をどうするか、休暇を取りたいのに取れないなどのしこりが残りそうな対立まで、たくさんありますよね。

脳には楽をしたがる本能があるので、無意識に同じ行動を選びがちです。かつて私は、「自分が我慢することで波風立せずに済めばいい」と思っていたので、無意識に相手に合わせるパターンばかり選び、自分の要望が満たされず不満をため込んでいました。

では、意見が対立した時にとる行動を分類してみました。例えば、1個のミカンをおあなたと妹が取り合っていると考えると、①「私が先に見つけたんだから」と強制的にあなた一人で手に入れる「強制」。すぐに結論が出ますが、こればかりでは相手に嫌われそうです。②「私のミカンなのに」と妹が大声で泣き始めてしまい、あなたが我慢する「服従」。相手に従うので自分の気持ちは満たされません。③お互いに譲らないまま時間が過ぎ、結局二人とも手に入れない「回避」。けんかにはなりません、解決もできずお互いに納得もできません。④「半分こしよう!」とカットして分ける「妥協」。平等ではありませんが、お互いに半分の不満は残ります。

よく選びがちな行動はありましたか。実は、お互いが納得できるもう一つの方法があるので、次回お伝えしますね。（会話の泉事務局長 コミュニケーション・サポーター 横山由紀子）