

胃を切った人の情報紙

令和8年1月
第475号



ALPHA CLUB

「胃を切った人 友の会 アルファ・クラブ」は、胃を切った人が自らの努力と工夫で術後の後遺症を克服していくことを支援しています。Web サイトもご活用ください。

胃を切った人 検索

<http://www.alpha-club.jp>

- 代表理事
青木照明 (東京慈恵会医科大学 客員教授)
- 理事
足達洋六 (アルファ・クラブ 個人会員)
上西紀夫 (東京大学名誉教授)
鈴木 裕 (国際医療福祉大学病院 院長)
高山美治 (医学ジャーナリスト)
梨本 篤 (新潟西浦メディカルセンター 病院)

経験から訪問看護の道へ

16歳のときに父を進行胃がんで亡くした経験から思い立って看護師の道を目指し、秋田から東京の聖路加看護大学で学び、看護師・保健師・助産師の資格を得ました。

病院での臨床経験のあと、関西で看護教員の経験を重ねていたときに、神奈川県に住む2つ上の41歳の姉が原発不明の転移性肝臓がん

と診断されました。「二気に広がったもので手の施しようがない。余命1カ月」と宣告され、思いきって家に連れてきて看る体制を試みました。

1980年代の終わりの頃で、がん緩和医療も在宅医療も緒に就いたばかりの時代でした。姉は子供たちと密度の濃い時間を過ごし、4カ月半を生き抜いてくれました。このときの経験から、これからは病院ではなく家で暮らしながら療養を続けたい人に看護を届ける仕事をしたと、訪問看護の道に飛び込みました。

それから20年近く、在宅ケア、

あるふぁ随筆

「マギーズ東京」へようこそ



あきやま まさこ
秋山 正子

ことに在宅ホスピスケアに関わりました。この間のがんの診断技術の進歩、治療法や治療薬の開発には目を見張るものがあり、諦めずに、がんとともに生き切る人々の姿に感動しながら、最期を迎えられる方々への短い間での訪問看護を精一杯実践してきました。

治療を続けて頑張ってきたのに、これ以上の治療法はない、後は十分な緩和医療をといわれ、病院ホスピス等待わずかな時間における訪問看護の依頼が増えてきたのは2006年頃からです。もう少し早く相談窓口につながり、これからの生きる

時間の過ごし方を一緒に悩み、考えることができました。考

発祥の英国に学ぶ

外来中心のがん医療の姿に対して新しい提案はないかと模索していたときに出会ったのが、英国で始まっていた「マギーズキャンサーケアリングセンター」の実践活動でした。2008年、英国からゲストスピーカーとして来日したエ

ジンバラにある同センターのアン・ドリユー氏の話には魅せられ、4カ月後に渡英しました。2010年2月にはCEOのローラ・リー氏を招聘して東京、金沢での講演会で多くの方に知ってもらう機会を得ました。

マギーズセンターの目指すところは、ゆったりとした家庭的な雰囲気の中で予約なしでも医療知識を持った看護師や心理士が話を聞き、問題の整理を手伝ってくれる伴走型のサポート団体です。

落ち着いて考えられるようになり、自分の力を取り戻すということ、つまり、病気になることも患者としてではなく、一人の人間として尊重される、それに相応しい建物や庭のある自然環境も大切であるということを知り、2016年10月に東京都江東区に「マギーズ東京」を開設しました。すべてをチャリティーで運営し、9年間で4万8000人弱の方が訪れています。患者さん本人だけでなく、ご家族、友人も相談に訪れています。皆様のご利用もお待ちします。

認定NPO法人マギーズ東京
共同代表理事・センター長
<https://magiestokyo.org>



米国で胃を手術、抗がん剤治療を克服

—今はトランプ政権に戸惑いながらの生活—

アルファ・クラブ会員 別宮 敏文（75歳）



胃を4分の3切除、3日後退院

私は日本の大学を卒業後、米国の銀行で東京、香港、ロスアンゼルス、ニューヨークに勤務し、その後、4大会計事務所のコンサルティング事務所のニューヨーク本店に21年間勤め、16年前、60歳で定年退職しました。米国に移って43年になります。

2016年1月にゲップが続き、医者の勧めで胃カメラを飲

み、生検の結果、3月に胃がんの告知を受けました。私はニューヨーク市から列車で1時間ばかりのコネチカット州郊外の街に住んでいて、がん治療を受けたのは近くのがんセンターです。米国でも著名なメモリアル・スローン・ケタリングがんセンターと提携している病院でした。

胃の幽門部に確認されたがんのタイプはアデノカルチノーマ（腺がん）で、ステージⅡBと診断されました。抗がん剤でがんを小さくしてから手術をし、その後さらに抗がん剤治療を行うといわれました。胃がんの告知を妻とともに受けた際、医者が5年生生存率は50%といったのを受け、妻が反対をしたところ、医者は目をパチクリさせて75%に変えたことには驚きました。

7月の末に4時間半にわたる胃切除手術が行われ、胃の4分の3と13個のリンパ節が切除され、ルーワイ法で再建、入院から3日後に退院しました。

抗がん剤の副作用は人並みに経験しました。口内炎が最初で、その後、極度の疲労感、激しい下痢、ついには脱水症状になって救急病院に運ばれる経験もしました。抗がん剤の治療中では



エベレストベースキャンプにて（2012年）

きるだけ平常の生活をしようと、それまでの生活を続けました。なるべく1週間の内5日間は水泳、ヨガ、筋トレ、エアロビックスダンシングの運動を続けました。水泳は特にリラックスできるので、ひと泳ぎ後の爽快感は格別です。

医者に食欲がないと相談すると、運動をして食欲を促すように勧められ、治療中にも術前にしていた社交ダンスを継続しました。抗がん剤の注入を受け、ふらつとしながらも、稽古に臨んだものでした。体重はがん告知前は63kgでしたが、治療中に55kgまで落ちました。

なお、私は米国の公的医療保険と民間の医療保険に加入し、月約6万円を納付していました。手術と入院費用は、当時の為替レートで約2千3百万円でしたが、保険に入っていないと大変な負担になる場所でした。

趣味の登山に没頭

山登りは私の趣味の一つで、定年退職後、本格的に登ってきました。がん治療の前には、エベレストベースキャンプ、キリマンジャロなどに登りました。

がんの治療後は肉体的、精神的にも高い山はもう無理かと思っただのですが、治療終了の翌年、妻とヨーロッパの最高峰モンブランを一周してきました。

ペルーのアンデス山脈にも2週間行ってきました。この2週間の間、3000mの山谷を歩き、7つの峠(平均標高4600m)を越えました。

イタリアのアルプスにも行きましたが、かなりきつい歩きで、なんとか無事に下山しました。

最近では山登りというよりはハイキングで、モロッコ、イタリアの保養地サルデーニャ、コルシカ島、メキシコに行ってきました。将来、できればコーカサス山脈に行ければと思いを巡らせています。

2016年に胃の4分の3を切除して9年がたちますが、幸いがんの再発もなく過ごしています。本来は、がんを体験した後の生活を詳しく述べるべきかと思われませんが、この場を借りて、私が心配になっている事を述べてみます。

トランプ政権に翻弄される

私は2016年にトランプが

大統領に就任するまでは米国内政には興味がありませんでしたが、彼の行政執行を見るにつけ、否応なく米国内政に興味を持たざるを得なくなりました。というのも、彼のやる事なす事すべてが今までの規範と違い、全世界から孤立するような政策に首を傾げたからです。彼の行政執行は混乱を生み出して、国を分断するような政策ばかりでした。

▼イタリア側でアルプスの山々を望む (2022年)



▼モロッコにて (2023年)



いる米国内政とあまりにもかけ離れていました。その結果、私の妻はトランプのいる米国内政から離れて英国に移りたいという始まりました(妻は米国内政と英国に二重国籍を持っている)。私は米国内政に永住権を持っており、再び新しい国で一からやってみようという大変だから考え直してほしいと妻に頼み、思い留まってもらっています。

数多くの違法?な大統領令

昨年の1月にトランプが再度大統領に選出されました。今回は明らかに彼は独裁政権の構築を進めています。トランプ政権の最初にやったことは連邦政府職員の大量解雇です。既存の職員の約8人に1人、およそ30万人が解雇されるだろうといわれています。トランプの最大の選



イタリア・フロレンスにあるミケランジェロのダヴィデの彫像の前にて (2025年)

挙確約事項は不法移民の摘発でした。大量の不法移民として法的な手続きもないまま逮捕された人たちが刑務所に入れられ、場合によっては国外に追いやられています。

トランプが政権に就くまでは関税には誰もあまり見向きがなかったのですが、トランプが関税を盾に全世界に脅しをかけ始めました。この8月だけで4兆円を超える関税収入増で、これが最終的には国民に負荷されることを考えると、国民の反対、また米国内政の先行きを心配する人々が多くなります。

米国内政における中央銀行ともいえる連邦準備制度は、その役割からも大統領に対して政府機関中、最も強い独立性を有するものでした。しかし、トランプはその統括責任者に対して圧力をかけて金利の引き下げを迫っています。このような動きは今までの大統領においてはあり得なかったことです。

トランプは大統領就任後、昨年だけで25の大統領令を出しており(12月26日現在)、その数は第2次世界大戦中のルーズベルト大統領令の数に