



## 男性がんサバイバーの語り合い “男サバトーク”

佐野潤一郎 さん

男サバトーク 主宰者

兵庫県明石市から参りました佐野潤一郎と申します。がんの妻を看取った遺族であり、私自身も膀胱がんのサバイバーでもあり、大学で教員を務める傍ら、がん患者支援活動に関わっています。

本日は“男サバトーク”というオトコ同士の語り合いの場についてお話したいと思います。

### ■ “男サバトーク”の始まり

私がこのような活動に関わるきっかけは、妻が卵巣がんを患ったことでした。妻は闘病中、自らさまざまな支援体制を周りに築いていったのですが、その一つが「マギーズ東京」でした。妻の勧めもあり、マギーズ東京の「チャールズクラブ」に参加しました。

当時、コロナ禍でオンライン開催となり、遠方からも男性患者が参加されていました。話を聞くうちに、お互いの辛さや経験の共有が支えとなり仲間意識が芽生えてきました。しかし、やがてコロナが落ち着き、リアルな対面形式に戻っていった時、私をふくめ距離的に参加し辛い人もいたので、「それじゃ、スピニアウトということで、独自のオンライン交流会をやってみよう」ということになり、3～4人で始めたのがこの“男サバトーク”になります。

### ■ “男サバトーク”の活動形態

その後、しだいに全国から参加者が増えてきました。現在は、第3土曜日の夜8時から90分間、zoomで開催しています。Facebookでお知らせし、出入りは自由、遅れての参加も問題なし。北は札幌から南は福岡まで、最大8人程度のグループで、これまでに延べ72名が参加されています。

トークの内容は、例えば、私がピアサポートをしている「神戸なごみの家」では、がんの話が中心ですが、“男サバトーク”では、がんの話に留まらず、日本対

がん協会の「リレー・フォー・ライフ」への参加や、実行委員の活動の様子。がん関連イベントの紹介。医者との関係性や治療の悩みの相談など、様々なことを話し合っています。

男性は、自分のセンチメントな部分の話だけでなく、社会的役割や存在意義を確認したいという意識が強いのかもしれません。「自分が今何をしているのか」「誰とつながっているのか」「どんなことをしたいのか」という、社会性を伴う発言が多い気がします。

### ■ 仲間の支え

ふだん弱音を吐くことがしづらい男性も、時には率直に苦しみをぶちまけることもあります。「マギーズ東京」であれば、それを受け止める専属スタッフが居て、心理的安全性が保たれていると思うのですが、ここではそうはいきません。私もつい同調しエキサイトしてしまうこともあるのですが、冷静にアドバイスしてくれる方も居られ、互いに受け止め、支え合いながら、自分たちの活動や生き方を確認する場になっていると思います。



昨年2月、私の妻が亡くなりました。そのようなとても辛かった時期に、「男サバトーク」の仲間の存在が大きな支えとなりました。

## ■ “男サバトーク” への願い

私は、妻の遺著「がんになった看護部長 病と向き合いながら生きる」を手に、日本全国で開催されているリレー・フォー・ライフに参加し、去年は31会場、今年は21会場を歩きました。さまざまなおところに出かけて行って話をする機会が多いのですが、そうした場で出会った方が“男サバトーク”に参加して下さったり、膀胱がんの大学の先輩から「お前何やってんの？実は俺も膀胱がんなんだけど」という連絡があり、急遽「男サバトーク」に加わっていただいたり、いろんなご縁が徐々に広がりつつあります。



“男サバトーク”は、男性のがん患者が孤立せず、仲間とつながりながら生きる力を得る場であり、「生きる意味」を再確認する場にもなっています。

オープンに参加でき、どなたでも、どんな話題でも、拒むことはいたしません。これを機会にぜひ一度覗いてみてください。

(要約：江尻裕亮)

**男サバトーク**：オンライン（Zoom）開催

毎月第3土曜日 午後8時から90分間

**神戸なごみの家**：

特定非営利活動人 ホームホスピス

神戸市長田区雲雀ヶ丘2丁目2-3

078-631-1630

**「がんになった看護部長  
病と向き合いながら生きる」**

著者：佐野敬子

発行所：看護の科学新社