



オトコ同士の情報交換会“チャールズクラブ”の活動と役割

小園香奈子 さん マギーズ東京 看護師

■ 「マギーズ東京」について

東京都江東区豊洲にある「マギーズ東京」は、がんに直面したご本人やご家族、友人が、予約なしに無料で立ち寄れる相談の場です。水辺の静かな環境に佇むこの施設は、がんに影響を受ける人々にとっての「第2の我が家」を目指しています。



マギーズセンターの原点は、イギリス人女性マギーさんの体験にあります。彼女は乳がんの再発と同時に余命宣告を受けましたが、動揺を抱えつつも、早々に診察室を出なければなりません。無機質な病院の廊下で「病気であっても、患者ではなく一人の人間に戻れる、こじんまりとした家庭的な居場所が欲しい」と強く感じました。

その思いを受け継いだ人たちが「マギーズセンター」を開設し、この活動は、今ではイギリスのみならず、世界各国に広がっています。



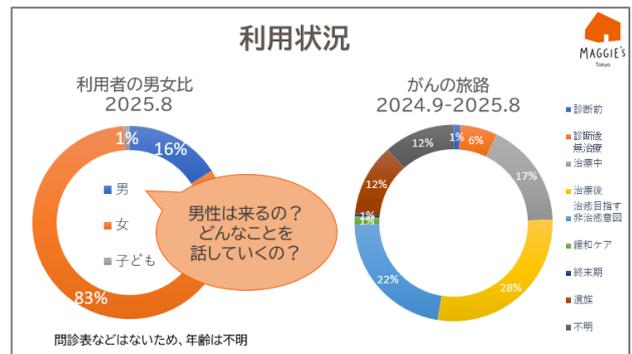
日本ではマギーズ東京がその願いを継承しています。

ここでは、看護師や心理士といった専門職も、普段の生活と変わらない服装で、友人のように寄り添いながらお話を聴きすることを大切にしています。

■ 個別相談とグループプログラム

活動の柱は二つあります。一つは、予約不要で利用できる「個別相談」です。専門スタッフが対話を通じて、利用者が自分の気持ちを整理し、自分なりの歩み方を見つけていくプロセスに寄り添います。もう一つが、共通の関心事を持つ方々が集う「グループプログラム」です。食事やリラクゼーション、あるいは特定のテーマについて語り合う場など、多様なプログラムを用意しています。

個別相談で自分の心を整えた方が、次の一歩として「他の人の経験も聞いてみたい」と希望するとき、こうしたグループが繋がり場の場となります。



マギーズ東京の利用状況を見ると、女性が約8割を占めており、男性の利用は2割に満たないという現状があります。センターを訪れる男性利用者からも、「男性は他に来ますか?」「男性同士で気兼ねなく集まれる場が欲しい」という声が多く聞かれました。

■ チャールズクラブ

こうした背景から、2019年5月に「チャールズクラブ」が発足しました。名称は、マギーさんを支え続

けた夫、チャールズ氏に由来しています。

2026年からは、毎月第4木曜日となりますが、マギーズ東京にて対面形式で開催しています。1時間ほどのセッションでは、呼ばれたい名前での自己紹介に始まり、近況報告や皆さんに聞いてみたいことなどから話を始めます。スタッフはファシリテーターとして同席しますが、基本的には皆さんの対話を静かに見守る役に徹します。そして、60分のセッションが終わるとスタッフは退席します。その後は残った男性同士で自由に声を掛け合い、さらに話を深めたりと、参加者たちが直接つながれる時間を設けています。

チャールズクラブ



- ・ 目的： ネットワーキンググループ（つながりを作る場）
- ・ 開催日程： 毎月第3木曜日 10:30～11:30
- ・ グループの流れ
呼んでもらいたい名前
話してもいい範囲での自己紹介
近況報告や皆さんに聞いてみたいこと
- ・ 看護師や心理士のスタッフが同席
- ・ 60分のグループのあとはスタッフは退席話してみたい方同士で自由に



語り合われる話題は、治療の後遺症や副作用と付き合う工夫、医療者とのコミュニケーションなど、日常の経験に基づいたものばかりです。なかでも「働くこと」が話題にのぼった際には、次のような率直な声が共有されました。「やらなければならない仕事はあるけれど、正直言うと治療のことが気になり仕事をやる気になれない」「仕事に行くと、がんと聞いただけで周りから必要以上の配慮をされてしまい、どう接していいか悩む」「職場での会話が以前の半分以下になってしまった」これに対し、同じ立場を経験した仲間から「自分もそうだった」という共感や、それぞれの工夫が返ってくる。そうしたやり取りが、参加者一人ひとりの力になっています。

■ 世代を超えた交流と適度なゆるさ

これまでに10代から80代まで、幅広い世代の男性が参加してきました。20代の方が参加された際、「経験豊富な先輩たちに囲まれて、大人の雰囲気だと思った」という感想があったり、ほかには「皆さんの

自己紹介する姿を見て、自分ももっと自分の病気のことを主体的に知らなければと思った」と刺激を受ける方もおられます。チャールズクラブの良さは「適度なゆるさ」という声もいただいており「顔馴染みができ、心強く感じた」とか「またここで会えるということが、励みになった。また1カ月がんばれます」という声もお聞きしています。

チャールズクラブ:参加しての感想

- ・ がんの種類を問わず、年齢も超えた**出会いの場**になった
- ・ 治療についていろいろ調べていて、大人の話だと思った
- ・ 自分のがんについて皆よく知っていると感じた
医師にお任せだったけれど**自分も知識を持ってみよう**と、思った
- ・ **一人一人が違う**がんと付き合っている姿は参考になる
- ・ 顔なじみの人ができることで**心強く**感じた
- ・ 色々感じながら過ごしている話題に、自分だけではないと**ほっとした**
- ・ **ゆるさ**がちょうどよい
- ・ ちょっと前向きになれたかな
- ・ また来月ここで会おう、が励みになる




■ お待ちしています

いきなりこのようなグループに参加するのは少し勇気がいる、と感じる方もおられるかもしれませんが。

マギーズ東京は、こうしたプログラムの時間外でも、開館時間内であればいつでもフラリと立ち寄ることができます。ここでは一人の人として、ただ椅子に座り、一杯のお茶を片手に、庭を眺めながら過ごすこともできます。まずはひと息つきにお越しください。私たちは、皆さんが、自分自身を取り戻せるような場所と時間を準備して、いつでもお待ちしております。

(要約：後藤昌之)

