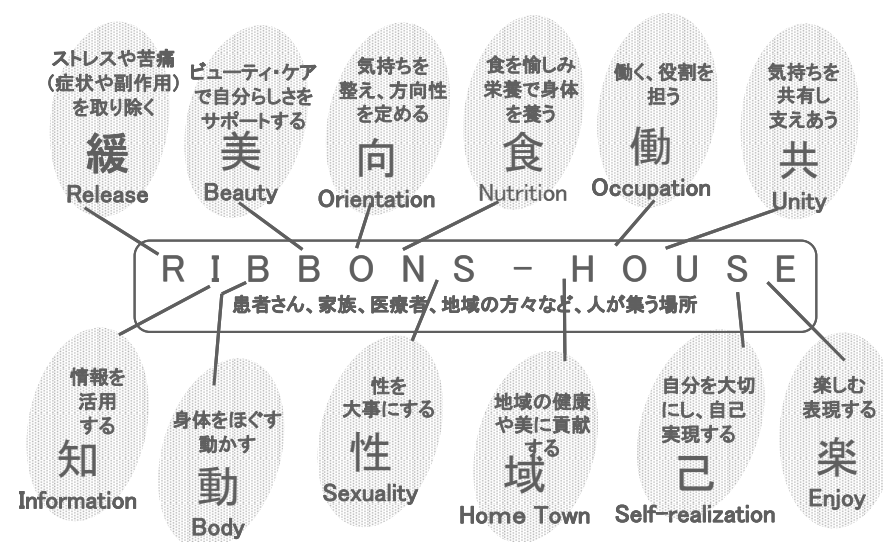


NPO法人キャンサーリボンズの主な活動 (2008～2021年)

2008年の発足以来、がんサバイバー、がんを治療する様々な領域の専門医、精神腫瘍医、産業医などの医師、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士、生活シーンの専門家、企業などが協働しています。
「がん治療と生活をつなぐ」というコンセプトのもと、下記の3つを柱として活動しています。

- ①がん支えあい啓発活動
- ②がん情報とケア体験の場「リボンズハウス」づくりとネットワーク化
- ③テーマ別のコンテンツ開発と発信です。

医療者への情報提供やセミナー等を通じたサポートや、医療の専門家以外の人材育成などにも取り組んでいます。



1. がん情報とケア体験の場「リボズハウス」

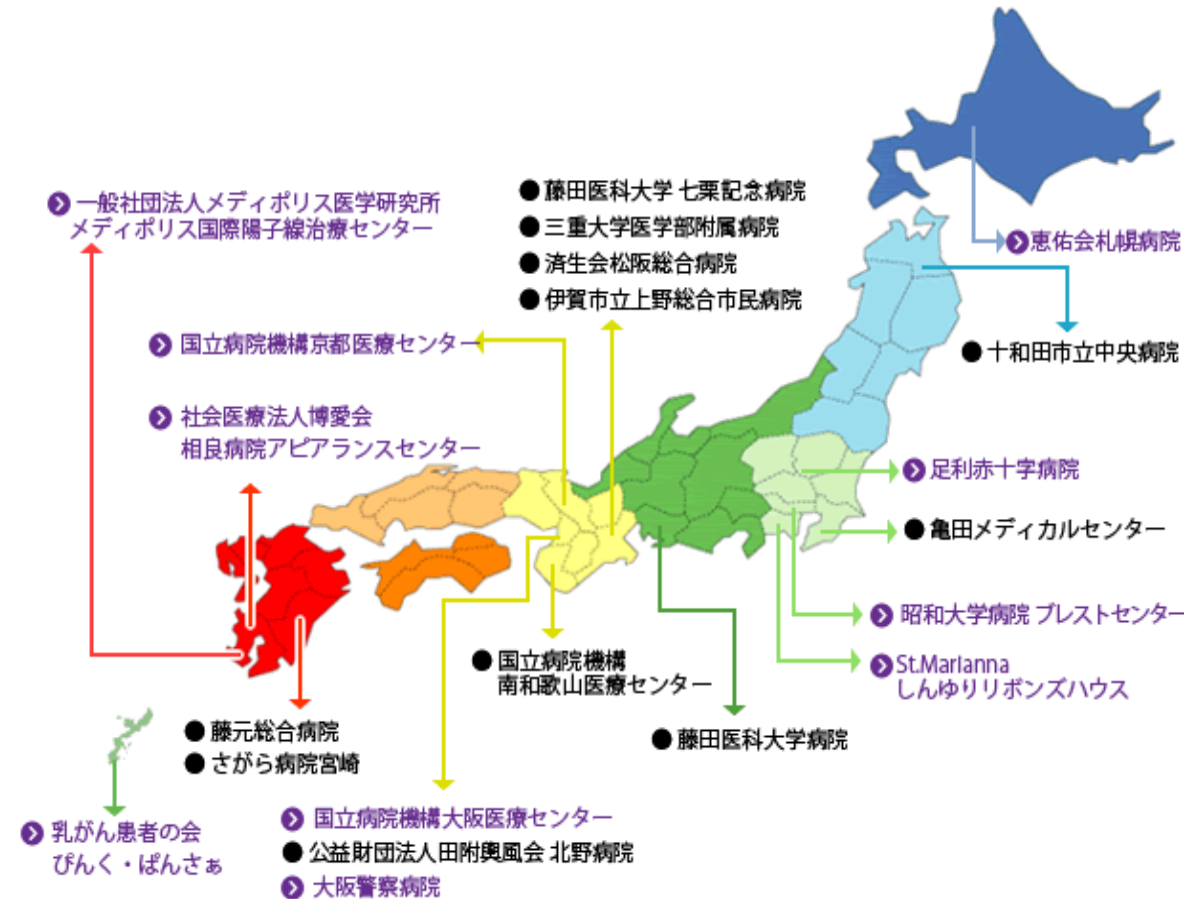
◆リボズハウス・ネットワーク

NPO法人キャンサーリボズが目指す「がん治療と生活をつなぐ」場づくりに賛同し、現在21か所の医療機関や患者会などが、リボズハウス・ネットワークに参加しています（2022年4月現在、参加を検討中の医療機関あり）。ピアサポーター、医師、看護師、MSW、公認心理師などが活動しています。

年に1回、「リボズハウスネットワーク」会議を開催し、お互いの活動報告や情報交換をしています。

また、2021年のオンライン「がんの治療と暮らしフェア」では、企画・運営を担う実行委員会に7か所のリボズハウスが参加、メンバーは、プログラムづくりや企業も交えた生活支援のための情報交換会への参加し、セッションでの講師やパネリストもつとめました。それ以外の多くリボズハウスにもご協力いただきました。

今後、地域で暮らす当事者やご家族、周囲の人が、緩やかに集うリボズハウスのような場の必要性はますます高まると考えられます。特に、一人暮らしの人への支援は今後の課題です。



2. キャンサーリボンの土台「こころのケア」の新しい形

◆グループカウンセリング

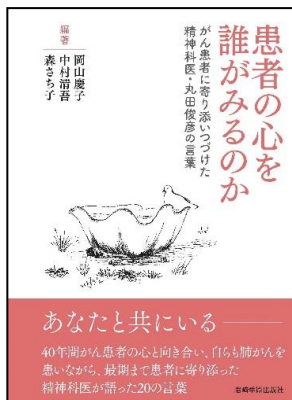
NPO法人キャンサーリボنز発足と同時に、故丸田俊彦理事によるグループカウンセリングがスタートしました。（丸田俊彦理事は、米国メイヨ・クリニックで、長くがん患者さんの心のケアに携わってきた腫瘍精神科医。帰国後、キャンサーリボنزに参画）

精神に不調をきたした場合のケアではなく、がんを抱えながら「自分らしく生きるとは？」「自分にとって少しでも心地よい生活とは？」を再発見するための気づきの場であることが特徴です。専門家のガイドのもと、参加者同士の語り合いを通じて、自分と治療、家族や生活、さらにがんとの関係を見直すことができます。当事者の「語り」は、ご本人や周囲の人の治療や生活に向かう前向きな構えを引き出す力をもっています。

これまでもがん体験者、その家族、医療従事者など多様なメンバーで、多様な体験、多様な気持ち、多様な言葉を瞬間瞬間でファシリテーターが受け止め、非常に深い交流が生み出されてきました。

精神腫瘍医や臨床心理士らが、その手法を引き継いでいます。
（コロナ禍により中断中）

また、丸田先生が遺してくださった言葉は、書籍『患者の心を誰がみるのか』
（岡山慶子、中村清吾、森さち子編著）で読むことができます。



2022年の、茨城県立医療大学の
入学試験問題（小論文）の素材と
して、使用されました。

がんになった後、私は自分の世界に引きこもり続けていた。でもこのままでは……と思い、思い切って参加した。自分について話し、人の話を聞くうちにそれまで自分が不自然な生き方をしていたことに気づかされた。無理をして人に話を合わせ、心の中で反対していてもNOがいえなかった。カウンセリングを重ねていくうちに、もっと自分に素直に生きたいと思うようになった。自分を発見すると、周囲の人たちに対する見方も変わってきました。甘える時にはそうすればいい。実は、周囲の人もそれを望んでいることが発見できた。それまで重いグレーだった世界が明るいオレンジ色に変わってきたように感じる。

今まで一人で自問自答し、ぐるぐると停滞していた自分の気持ちや考えを言葉にすることができて、一歩前に進むことができました。

不安や苦しかったこと、嫌なことも含め考えたり振り返ること、頭の中の靄が少し明るくなってきたような感じで、とても安心できる空間でした。

サポーターとして、自分に何ができるかを考えるきっかけとなりました。充実した大切な時間となりました。

（参加者の言葉）

2. キャンサーリボンの土台「こころのケア」の新しい形

◆朗読ワークショップ

病気という共通の体験をした人どうしが、声を出して(身体を使って)、同じ本を読む楽しさを体験するとともに、朗読を通して感じたことや、自身の病気体験、思い、悩みを共有し、傾聴される喜びも感じることができる交流の場です。

「ここには、内なるものを引き上げる力があります。一人の作家が真剣に書いた文章・言葉には、とてつもない真実が含まれています。朗読における言葉は読み手その人の身体から出てくる主体性の発露です。これまでの体験や気持ちが「今読んだ言葉」に誘われて出てくることもあります。

ファシリテーターの道案内に沿って、自分の内なる世界を見つめ、自分の心の土壌を掘り起こし、他の人の土から掘り起こされた言葉を聴くことで、さらに自分を掘り下げ、いろいろな考えが心の中に噴出してきます。そのような、内なるダイナミックな体験を共有することで、共感の扉が開かれます。そして、一人ひとりの違いがぶつかり触発されて出てくる「この場で感じた特別なもの」が、「自分自身がここにいる」「ここにいていい」というという実感につながることを願っています。」(朗読家・青木裕子さんの言葉より)



乳がん、喘息、糖尿病という同じ病気を
持つ人のグループごとに実施。
その後、朗読ワークショップを拡げるための
看護師対象のファシリテーター養成講座を
開催。

◆いのちのダンス

セルフ・コンパッション(自分への慈しみを意味し、他者を思いやるように、自分自身のことを大切に思うこと)を高めることによって、「いのちを呼びさます」ことにアプローチします。「からだがひらけば、こころがひらく。呼吸とからだをつなぐ。からだからこころをみつめる。決して無理をしないで、あなたがしたいように。ここでは、あなたが一番大切。」
(舞踏学会会長・猪崎弥生さんの言葉より)

【エビデンスづくり】医師、看護師、サバイバーらと研究チームをつくり、効果測定を実施。学会発表も。

「お気持ちの変化に関するアンケート」を朗読ワークショップの前後で実施し、精神的ストレスを総合的に評価した結果、下記の6つの気分状態全てで得点が有意に改善。

- ・ 2015年 日本サイコオンコロジー学会(ポスター発表)
- ・ 2015年 日本癌治療学会学術集会
がん患者・支援者に向けた「Patient Advocate Leadership」PALプログラム(ポスター発表)
- ・ 2015年 図書館総合展 シンポジウム(ブース出展)
- ・ 2016年 日本がん看護学会(口演)

解析結果

POMS	N	Pre		Post		t	d	p
		M	SD	M	SD			
TMD	142	20.11	20.45	1.92	12.45	11.53	1.05	0.000
緊張-不安	167	6.80	4.68	3.31	3.24	10.93	0.87	0.000
抑うつ	172	5.04	4.50	1.77	2.42	9.93	0.91	0.000
怒り-敵意	169	3.42	3.59	0.84	2.13	9.97	0.87	0.000
疲労	170	6.07	4.80	2.09	3.07	10.74	0.99	0.000
混乱	171	5.71	3.27	4.01	2.61	6.80	0.58	0.000
活気	163	7.12	3.98	9.83	3.97	-8.61	0.68	0.000

M, mean; SD, standard deviation; TMD, Total Mood Disturbance.



猪崎弥生さんの動きにあわせて、
多くの人がいのちのダンスを体感
しました。
(2019年「がんの治療と暮らしフェア
@昭和大学上條記念館」)

2. キャンサーリボンの土台「こころのケア」の新しい形

◆朗読CD『あなたには、明日、生きる意味がある』



NPO法人キャンサーリボنز発足の前に、アメリカのイリノイ州にあるがん専門病院を訪ねました。その病院では、ひとりのがん患者さんのために、外科医・内科医・精神科医・薬剤師・栄養士・運動指導士・カウンセラー・料理人・聖職者など15職種にもものぼる専門家がサポートしていました。それら専門家が共通して最も大切にしていたのが、「あなたには、明日、生きる意味がある」ということを患者さんに伝えることでした。それ以来、このようなメッセージを日本のがん患者さんにも伝えたいと思い続けていました。

それを受けて、NPO法人キャンサーリボنزと軽井沢朗読館（館長；元NHKアナウンサー青木裕子さん）のコラボレーションによって生まれたのが、こちらのCDです。多くの患者さんとそのご家族が、生きる意味を考え、生きる希望や勇気につながるよう、各分野で活躍中の方々の温かなメッセージが込められた短編の文章を収録しています。患者さんだけでなく、不安や悩みを抱えている一般の方々にもぜひ聞いていただきたい1枚です。

朗読CDに文章をお寄せくださった皆さま（敬称略）

日野原 重明	医師
木下 晋	画家
ひがしの ようこ	楽団あぶあぶあ代表
藤井 信吾	医師
吉武 輝子	作家・評論家
樋野 興夫	医師
三門 健一郎	絵門ゆう子さんの夫
堀 文子	日本画家
大西 暢夫	写真家
坂田 明	サクソ・クラリネット奏者
岡山 慶子	キャンサーリボنز副理事長
（朗読： 青木 裕子 軽井沢朗読館長）	

印象的なエピソードをひとつ、ご紹介します。

がんと診断され余命を告知された一人の女性が、お子さんへの読み聞かせのために朗読を教えてほしいと、青木さんの元を訪れました。それは女性のご両親の希望でもありました。読みたい本を探して実際に青木さんと朗読をした時間は、女性にとってもご両親にとっても、かけがえのない時間となったそうです。



2012年9月
「国立がん研究センター50周年記念イベント」にて
朗読会を開催。患者さんから募集したメッセージも朗読

3. 世の中に先駆けた新規テーマへの取り組み

◆治療と仕事の両立

- 2008年 NPO法人キャンサーリボンス発足と同時に、プロジェクトもスタート
がん診療連携拠点病院相談支援センタースタッフへの調査＆患者調査 ※(独)労働者健康福祉機構と連携
- 2009年 2008年の調査結果を受けてプレスセミナー開催
- 2011年 **「がんと働く」リワークノート 制作・販売開始、現在まで継続**
- 2012年 看護師向けセミナー開催（会場：北野病院）
2013年 **「がんと働く」リワークノートのほかに、2種類のツールを追加**
看護師対象セミナー開催（会場：大阪警察病院）
帝京大学医学部附属病院帝京がんセンター外来化学療法室において、「がんと働く」リワークノートを使った看護介入調査実施
- 2014年 帝京大学医学部附属病院の看護師による、第52回日本乳癌学会学術大会での演題発表
第18回日本看護管理学会学術集会内で、シンポジウム開催
- 2015年 第53回日本癌治療学会学術集会 Cancer Month Kyoto 2015
イベント「がん治療と暮らしフォーラム」内で、一般市民対象「がん治療と仕事の両立セミナー」開催
- 2016年 「がんと働く」リワークノート改訂
鳥取県立図書館との共催セミナー開催
- 2017年 **一般社団法人日本産業カウンセラー協会東京支部との協働事業がスタート**
「がん治療と仕事の両立」サポーター育成事業スタート ⇒ 2022年現在も継続中（2021年からオンライン）
大阪府、大阪府立中之島図書館との共催セミナー開催
「がん暮らしフェア」内で、一般市民対象「がん治療と仕事の両立セミナー」開催（於：厚生中央病院）
- 2018年 岐阜県立図書館との共催セミナー開催
「がん治療と仕事の両立」サポーター育成のセミナーに加えて、アドバンスセミナー開催⇒2022年現在も継続中
企業からの委託を受け、管理職研修を出張開催 ⇒ 2022年現在も継続中
- 2018年 「制度だけでは進まない、がん治療と仕事の両立～当事者、企業、社会……求められているものは何か～」就労支援フォーラム NIPPON 2018
- 2019年 **「がんと働く」リワークノートシリーズに、新ツール追加**
- 2021年 サステナブル・ブランド国際会議において、セッション「人生100年時代の「働く」を考える 支える・支えられるために何が必要か」開催
(一社)日本産業カウンセラー協会東京支部主催「社会貢献カフェ」第1回

2012年6月「第2期がん対策推進基本計画」分野別施策として、がん患者の就労を含めた社会的な問題」が組み込まれる

2016年2月「事業場における治療と職業生活両立支援のためのガイドライン」、同年12月「改正がん対策基本法」、2017年10月「第3期がん対策推進基本計画」など、両立支援が加速化

修了者が400人超。うち、NPOへのメンバー登録150人。

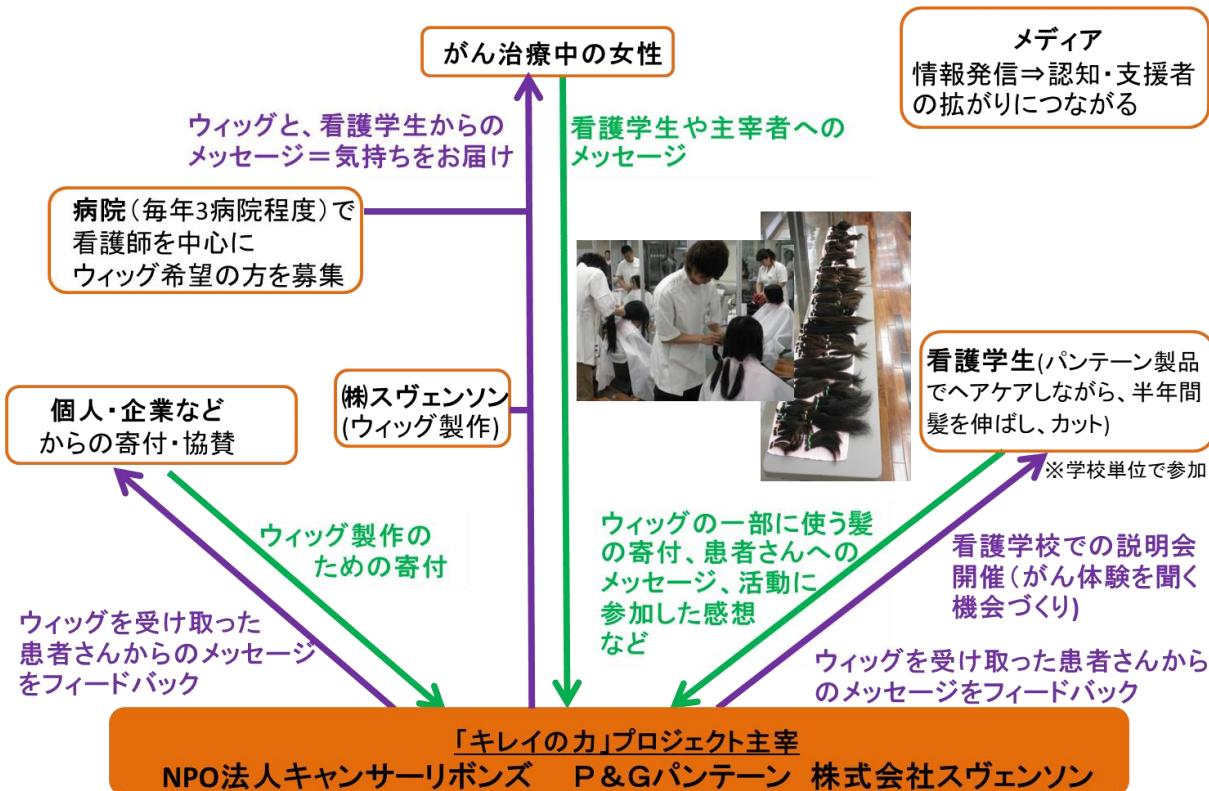
3. 世の中に先駆けた新規テーマへの取り組み

◆「キレイのカ」プロジェクト（ヘア・ドネーションによるウィッグ制作・贈呈）

がん治療の副作用である脱毛に悩むがん治療中の女性が、少しでも自分らしい笑顔のある生活を送れるようサポートするためウィッグを贈る活動で、発足以来これまで、社会やメディアからの注目を集めています。プロジェクトがスタートした2008年当時、まだ一般的ではなかった「ヘア・ドネーション」の日本での草分け的存在と自負しています。

さらに当プロジェクトのもう一つの大きな目的であり特徴は、看護学生がヘア・ドネーションをすることです。将来看護職に就く学生の、半年に渡るヘア・ドネーション活動を通じた患者さんへの理解や共感を深めることです。それによって、ウィッグをお贈りできる目の前の患者さんだけでなく、将来のより多くの患者さんの療養環境の改善につながると考えています。

◎さまざまな立場の人の協働



◎看護学生と、ウィッグを受け取った女性との交流も大切にしています。（対面orメッセージの交換）



＜看護学校での説明会の様子。多くの場合、授業の中で開催＞



＜病院にご協力いただき、患者さんにウィッグ贈呈（～2019年）＞
看護学生もいっしょに記念写真

- ・説明会参加の学生数：8306人
- ・ヘア・ドネーションした看護学生数：886人
- ・ウィッグを贈呈した女性の人数：383人（2021年12月現在）

3. 世の中に先駆けた新規テーマへの取り組み

◆「図書館連携」プロジェクト

2011年にプロジェクトが発足。「課題解決型図書館」を目指す公共図書館と連携した、がん医療情報の発信活動。当時、医療と図書館の連携は社会的にも新しい取り組みであり、さまざまなテーマ、方法を試みてきました。

図書館連携プロジェクトの歩みー主な活動ー

- **公共図書館で、企業と協働し、がん医療情報発信**（2011年～2018年）
 - * <がんと暮らす情報コーナー>を14の図書館に設置
 - * 図書館でのイベント支援として、キャンリボンスで制作した「がん医療情報についてのパネル」を貸し出
- **医療者と図書館関係者が会したワークショップ**（2013年）
- **『図書館総合展』（パシフィコ横浜で毎年開催され、約4万人の図書館関係者が集う）に、参加**
（2012年、2015年、2016年、2017年、2019年、2022年(予定)）
 - * シンポジウムやパネルディスカッションなど、セッションの開催
 - ◎ 市民の健康を守る図書館の役割ー「2人に1人はがん」時代をむかえて
 - ◎ 「朗読ワークショップ」による患者サポートグループの取り組み
 - ◎ 『がんによる離職は、図書館がくい止める！』
 - ー行政・企業・NPOと連携した、新しい両立支援の試みー
 - ◎ 医療・健康情報の架け橋となるために、図書館ができること～がんを事例に考える
 - * このほか、ブース出展やポスター展示で参加
 - * 図書館総合展以外にも、全国図書館大会やビジネス支援図書館推進協議会、地域の図書館などでセッションや講演を実施
- **地域の図書館との協働による「がん治療と仕事の両立」をテーマとしたセミナー開催**
（2016鳥取、2017大阪(大阪市も共催)、2018岐阜）
- **医療情報の分類と、『がん医療情報の「選び方・利用の手引き」』の作成**
（2019～2020年、薬剤師、看護師によるワーキンググループ）
- **特別講演【図書館とともに創る地域の未来】持続可能な社会を担う図書館の役割（2021年）**
（文部科学省 国立教育政策研究所 社会教育実践研究センター2021年度図書館司書専門講座）

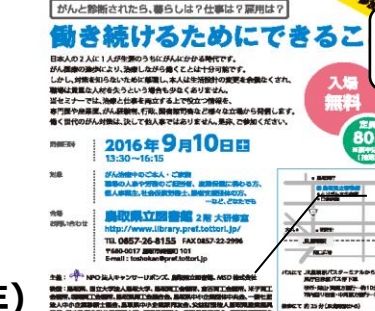
がんと暮らす
情報コーナー



図書館総合展
でのセッション



地域の図書館での「がん治療と
仕事の両立」をテーマとしたセミナー



鳥取図書館との共催。地元の商工会議所や商工会連合会、中小企業団体中央会、中小企業診断士協会、中小企業家同友会、産業振興機構、日本政策金融公庫などからも後援および告知協力を得た。

3. 世の中に先駆けた新規テーマへの取り組み

◆「アートとケア・いのちの対話」プロジェクト

医療が、病気を治すだけでなく、病気とともに生きていくことをも支える場となり、全人的ケアが求められている今だからこそ、いのちへの態度、ケアへの構えを自分の内面に深く落としこむことが、患者さんをサポートする者に求められているのではないのでしょうか。

いのちへの感性の窓を開いてくれる鍵のひとつがアートだと、私たちは考えています。

アートは、「いのちが呼びさまされた状態」と深くつながっているからです。言い換えれば、アートは、ケアの本質に触れようとする、新しいアプローチです。当プロジェクトを通じて、一人ひとりの「いのちが呼びさまされること」を大切にし、支えあう医療の場づくり、社会づくりに貢献できれば幸いです。

●東京都看護協会会館にアート展示（2019～2020年）



●医学書院『看護管理』に連載／アートとケアーアール・ブリュットから受け取るもの』（2020年1～12月）

アール・ブリュット：美術教育を受けていない人の生の芸術。心身に障害をもつ作家も少なくない。あるがままの作家の内なる世界とのやりとりを迫る作品は、私たちに何をもたらすだろうか。

●【対話的講演会】の開催（2022年6月）

『いのちの対話－天に向かって、地に向かって、脱皮する生』

2020年以降、今なお世界を覆いつくしている新型コロナウイルスの感染拡大は、死と生、主観と客観、秩序と混沌、個人と社会…さまざまな価値観の衝突を露わにし、私たちに、いのちをどう考え、守るのかを突き付けました。

一方で21世紀の科学や医学は、人間がゲノムを取り扱い、病気の治療や延命、倫理的な課題をはらみながらも誕生にさえ関わることを現実のものとしつつあります。

いのちを巡る時代の転換点ともいえるこのときに、昭和大学臨床ゲノム研究所はスタートいたします。そして、アートとケアの「対話」を通して「いのち」とは何かに近づき、その場を皆さまと共有したいとの思いで、このたびの対話的講演会を企画いたしました。なぜ、「アート」なのか？アートは「いのちを呼びさますものであり、いのちの発露でもある」からです。

皆さまのご参加を心よりお待ち申し上げます。

昭和大学臨床ゲノム研究所所長(2022年4月より) 中村清吾
NPO 法人キャンサーリボンス副理事長・
「アートとケア・いのちの対話」プロジェクトリーダー 岡山慶子

【対話者】

中村桂子さん（生命誌研究者、JT 生命誌研究館名誉館長）

－私とはなにか。私はどこから来てどこへ行くのか－

1990年代より、生命誌(博物誌と進化論、DNA、ゲノムという考え方、クローン技術など、人類の「生命への関心」を歴史的に整理し、生きものすべての歴史物語を読み取る学問)を提唱。三菱化成生命科学研究所人間・自然研究部長、早稲田大学人間科学部教授、大阪大学連携大学院教授などを歴任した後、JT 生命誌研究館副館長、同館長を経て、現在に至る。

木下 晋さん（鉛筆画家）

老人やホームレス、最後の瞞女小林ハル氏、元ハンセン病患者、難病の妻らを写実描写し、「いのちを刻む」画家と評される。木下さんの、「いつの時代でも、アートはいのちそのものを見つめる牽引者であり、アートに携わる者には高い志が必要である」という言葉は、アートと医学ががボーダーレスであった時代の、ダ・ヴィンチやミケランジェロに通じている。

4.（当事者・市民向けイベント）がんの治療と暮らしフェア

NPO法人キャンサーリボンのコンセプト「がん治療と生活をつなぐ」を総合的に表す、患者さんやご家族、医療者、市民に向けたイベント。

病院や学会と協働したリアルイベントや、コロナ後はオンラインイベントを実施してきました。

いずれも、がん治療中のセルフケアや生活に役立つ製品やサービスを提供する企業、製薬企業などに、ご参画いただいています。特に生活役立つ製品やサービスについては「何を使えばよいのか」に迷う患者さんに対して、具体的な選択肢をお示していることが特徴です。

2012年：国立がん研究センター50周年記念イベントへの協力（東京）

2013年：国立がん研究センター中央病院「がん患者さんの暮らしが広がるアイデア展」共催（東京）

2014年：国立がん研究センター中央病院「がん患者さんの暮らしが広がるアイデア展」共催（東京）

2015年：第23回日本乳癌学会学術集会（東京）

第53回日本癌治療学会学術集会 Cancer Month Kyoto 2015（女性誌『クロワッサン』共催）（京都）

2016年：藤田保健衛生大学病院（愛知）

2017年：全国土木健康保険組合厚生中央病院（東京）

2018年：公益財団法人がん研究会有明病院（東京）

2019年：昭和大学創立90周年記念上條記念館グランドオープン記念（東京）

2021年：オンラインイベント

これまでの参加企業例： ※がん治療薬の製薬企業以外

味の素(株)、イーエヌ大塚製薬(株)、(株)エンサイクロ、(株)大塚製薬工場、花王(株)、キッコーマンこころダイニング（株）、グンゼ(株)、(株)KEA工房、サンスター(株)、(株)スヴェンソン、東レ・メディカル(株)、ニチバン(株)、ネスレ日本(株)ネスレヘルスサイエンスカンパニー、P&Gパンテーン、(株)ベル、(株)マエダモールド、株式会社明治、ロート製薬(株)、(株)ワコール lululemon athletica JP など

このほか、キャンサーリボンがネットワークしている「リボンズハウス」（病院や患者会が設置）が主体となって、患者さんや市民向けイベントを開催しています。

4-1. (当事者・市民向けイベント) がんの治療と暮らしフェア・リアルイベント (～2019)

共



スター混声合唱団 がん支えあいコンサート
山田 邦子さんほか

コンサートでは必ず、山田邦子さん作詞作曲の
がん支えあいシンボルソング『あなたが大切だから』を、
参加者と共に合唱

楽



体験コーナー



知

セミナー



食

超！簡単クッキング



美

メイク＆
ファッションショー



動

いのちのダンス
(こころとからだを動かす)

域



委員が所属する病院での、
1 day リボズハウス

食



食の相談コーナー
患者さん・家族・医療者のためのが
ん暮らしフェア 治療と生活をつな
いで、少しでも快適な毎日を
第23回日本乳癌学会学術総会
内 (2015年7月)

昭和大学創立90周年記念上條記念館グランドオープン記念
がんの“治療と暮らし”フェア～みんなで知ろう！体験しよう！楽しもう～ (2019年9月)

4-2. (当事者・市民向けイベント) がんの治療と暮らしフェア・オンラインイベント

共

2021年は、「がんになった時のことについて」「納得して治療を選択するには」「からだを整えよう」「生活の知恵や工夫がいっぱい」「仕事やお金を考える」の5つのテーマで全20セッションを4日間に渡って開催（共催：がん療養生活情報室）

9/4 土	13:05 がんと診断されたすべての人に伝えたい、こころのこと	清水研さんほか がん研有明病院 腫瘍内科部長	共催：武田薬品工業株式会社	9/18 土	13:05 いつでもあなたの傍らにいたいということ～響き合うこころ～	森さち子さんほか 慶應義塾大学 総合政策学部教授(臨床心理学/精神分析学)	
	13:55 後悔しない治療選択のための基礎知識～薬物療法を中心に	横山智央さんほか 厚生中央病院 腫瘍内科部長、外来化学療法センター長			13:55 自分らしい治療と生活の両立をめざして～乳がんを例に～	川野純子さん 相良病院 乳腺・甲状腺外科医長、臨床研究センター副センター長	共催：BD
	14:45 治療を乗り切るからだづくりのための食事と栄養	佐藤典宏さんほか 産業医科大学病院 第一外科講師、外来医長	共催：ネスレ日本株式会社ネスレヘルスサイエンスカンパニー		14:45 適切なケアで「リンパ浮腫」を乗り切ろう	宇津木久仁子さんほか がん研有明病院 健診センター 検診部部長、リンパケア室長	共催：株式会社encyclo
	15:15 治療中こそ知っておきたいスキンケア	有働みどりさんほか 大阪警察病院 看護副部長、がん化学療法看護認定看護師	共催：花王株式会社		15:15 簡単!治療中の自分らしさを支えるメイク術(女性・男性対象)	山崎多賀子さんほか 美容ジャーナリスト、がんサバイバー	共催：株式会社スヴェンソン
	15:50 医療に関する情報の適切な選択と活用のために	望月真弓さんほか 慶應義塾大学 名誉教授、日本薬学図書館協議会会長			15:50 手抜きでも美味しい!超簡単クッキング実演	村岡奈弥さん 料理研究家	共催：キッコーマンこころダイニング株式会社
9/11 土	13:05 コロナ禍の中で、がん向き合う人に	藤澤大介さんほか 慶應義塾大学 医学部 准教授(医療安全管理部/精神・神経科/緩和ケアセンター)		9/25 土	13:05 患者さんにご家族に伝えたい、ご自身のこころをケアすること	大西秀樹さんほか 埼玉医科大学 国際医療センター 精神腫瘍科 教授	
	14:00 お家時間の上手な過ごし方、筋力低下防止運動とストレッチ	浪田真希さん 大阪警察病院 理学療法士			13:55 自分らしい暮らし・生き方を継続するための在宅医療	蘆野吉和さんほか (一社)元日本在宅医療連合学会代表理事・会長、NPO法人日本ホスピス・在宅ケア研究会理事長	
	14:30 怖がりすぎない、適切な感染予防を学ぶ	安城千春さん 大阪警察病院 感染管理認定看護師			14:45 治療と暮らしを支える制度と病院の相談窓口	鈴木志保子さん 三重大学医学部附属病院リポズハウス、医療ソーシャルワーカー	
	15:15 治療と仕事の両立-体験者から学ぶ-	村田里依さん 会社員(がん治療中) 荒木葉子さん 荒木労働衛生コンサルタント事務所所長、産業医			15:15 治療中こそ知っておきたい口腔ケア	上野尚雄さん 国立がん研究センター中央病院 歯科医長	
	15:50 山田邦子さんトークショー つながろう。一緒に歌おう。あなたが大切だから。 山田邦子さん				15:50 納得の治療と人生を～医療者と共に話し合う“ACP”を知っていますか?	江口恵子さんほか 相良病院顧問(前・緩和ケア支援センター長)、看護師	

暮らしお役立ちルーム
9月4日～12月末日

栄養、食事、スキンケア、口腔ケア、医療用ウィッグ、メイク、下着、ウェア、術後のケア、治療と仕事の両立などに関する情報や動画、お役立ちグッズをご紹介します。

全セッション
250～350名が視聴

キャンサーリボنزの特徴のひとつは、「こころ」を土台にしているところです。「こころ」の健やかさが、治療継続やQOLを支えると考えられます。4 日間に渡る今回のフェアでは、毎日、最初のセッションを「こころ」をテーマに行いました。

①9/4「**がんと診断されたすべての人に伝えたい、こころのこと**」

共 催：武田薬品工業株式会社

清水 研（がん研有明病院腫瘍精神科部長、NPO法人キャンサーリボنز委員）

池内利行（武田薬品工業株式会社日本オンコロジー事業部、パシエントアドボカシー & コミュニケーション）

岡山慶子（NPO法人キャンサーリボنز副理事長こころプロジェクトリーダー）

②9/11「**コロナ禍の中で、がんと向き合う人に**」

藤澤大介（慶應義塾大学医学部准教授（医療安全管理部／精神・神経科／緩和ケアセンター）、

NPO法人キャンサーリボنز委員）

畑亜紀子（公認心理師、京都医療センターリボنزハウス京都医療センター緩和ケアチーム所属アロマセラピスト）

岡山慶子（NPO法人キャンサーリボنز副理事長、こころプロジェクトリーダー）

③9/18「**いつでもあなたの傍らにということ～響き合うこころ～**」

森 さち子（慶應義塾大学総合政策学部教授（臨床心理学／精神分析学））

与儀淑恵（NPO乳がん患者の会ぴんく・ぱんさありボنزハウス、がんサバイバー、ピンクリボンアドバイザー）

岡山慶子（NPO法人キャンサーリボنز副理事長こころプロジェクトリーダー）

④9/25「**患者さんのご家族に伝えたい、ご自身のこころをケアすること**」

大西秀樹（埼玉医科大学国際医療センター精神腫瘍科教授）

山本真土（聖マリアンナ医科大学常任理事）

岡山慶子（NPO法人キャンサーリボنز副理事長こころプロジェクトリーダー）

4-2. (当事者・市民向けイベント) がんの治療と暮らしフェア・オンラインイベント

セルフケアや暮らしに役立つ商品や情報、サービスを、具体的にご紹介しました。患者さん、ご家族の「じゃあ、何を使えばいいの？」に対して選択肢を示し、ご自身の状況や好みにあわせて選んでいただき、セルフケアや工夫を継続していただくことが大事です。

◆ オンラインイベントの中や、特設サイト『暮らしお役立ちルーム』でのご紹介例)

◆ 7つのリボズハウスでの、展示や試供品の提供

食

がんの治療と暮らしフェア
おいしく健康に食べる・栄養を補う



糀入りもちもち玄米
(キッコーマンころ Dining)

おうちで炊けない、もちもちレンジで2分で簡単に！

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

食

がんの治療と暮らしフェア
からだ・症状をケアする



医療用弾性ストッキング MAEÉ
(株式会社encyclo)

乳がん・婦人科がんの治療後などに発症し、腕や脚に慢性的な浮腫み（むくみ）が出てしまう後遺症、「リンパ浮腫」。

MAEÉ（マエエ）では、「ケアと美しさを両立した」医療用弾性ストッキングなど、リンパ浮腫とともに生きる方の気持ちを「前へ」進められるような商品・サービスを展開しています。

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

休憩

がんの治療と暮らしフェア
からだ・症状をケアする

医療用弾性ストッキング MAEÉ
(株式会社encyclo)

乳がん・婦人科がんの治療後などに発症し、腕や脚に慢性的な浮腫み（むくみ）が出てしまう後遺症、「リンパ浮腫」。

MAEÉ（マエエ）では、「ケアと美しさを両立した」医療用弾性ストッキングなど、リンパ浮腫とともに生きる方の気持ちを「前へ」進められるような商品・サービスを展開しています。

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

食

がんの治療と暮らしフェア
おいしく健康に食べる・栄養を補う



糀入りもちもち玄米
(キッコーマンころ Dining)

おうちで炊けない、もちもちレンジで2分で簡単に！

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

食

がんの治療と暮らしフェア
からだ・症状をケアする



医療用弾性ストッキング MAEÉ
(株式会社encyclo)

乳がん・婦人科がんの治療後などに発症し、腕や脚に慢性的な浮腫み（むくみ）が出てしまう後遺症、「リンパ浮腫」。

MAEÉ（マエエ）では、「ケアと美しさを両立した」医療用弾性ストッキングなど、リンパ浮腫とともに生きる方の気持ちを「前へ」進められるような商品・サービスを展開しています。

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

休憩

がんの治療と暮らしフェア
からだ・症状をケアする

医療用弾性ストッキング MAEÉ
(株式会社encyclo)

乳がん・婦人科がんの治療後などに発症し、腕や脚に慢性的な浮腫み（むくみ）が出てしまう後遺症、「リンパ浮腫」。

MAEÉ（マエエ）では、「ケアと美しさを両立した」医療用弾性ストッキングなど、リンパ浮腫とともに生きる方の気持ちを「前へ」進められるような商品・サービスを展開しています。

がん治療中の暮らしに役立つ情報をご紹介します。
詳しくはイベントサイト内「暮らしお役立ちルーム」をご覧ください。

パートナー企業のツールや製品を詳しく掲載。一部、インビュー動画も。セッションの合間に紹介も行いました。



病院内の化学療法相談室にて商品のご説明・試供品のお渡しすることも。

5. コンテンツ（ツール）開発

◆書籍(出版)

全テーマ

向

2017年3月末までの特別価格（税込・送料込 2000円）

がん治療中のQOL(生活の質)支援の実用書できました！
患者さん理解から症状ケア、就労支援まで、基礎知識をまるごと学べる

2017年2月発行

がんの治療と暮らしのサポート実践ガイド
—通院・在宅治療の継続を支える—

NPO法人キャンサーリボンズ 編集

本書は患者さんがどのような状態であれど、生きようとする力を互いの関わりで引き出すと確信しています。この本は、支え方を理論的ではなく実践的に解説している。患者、大切な家族の支えにしたい。

監本 すが（東京医科歯科大学 助教授）

◆SMS

■本書の特徴■

暮らしのシーン別に具体的に解説し、患者さんご本人やご家族が、日常生活でのセルフケアに取り組み上でも有用です。

項目によって事例（ex:化学療法後に口内炎を発生した大腸がんの1さん）を用い、ポイント整理

図や写真の多用などわかりやすさに配慮

■コンテンツ■ ※各分野のスペシャリストが集結し執筆しています（A4版212頁）

はじめに／中村清吾

I 暮らしをサポートする

- 患者さんの考え方を／安井久晃ほか
- サポートするということ／荒木葉子
- セルフマネジメントを支える／山田みつぎ

II 暮らしのシーン別にサポートする

- よりよく食べる／三輪敦子
- 暮らしと運動習慣／小松喜喜
- 暮らしの中での感染予防／辻村秀樹
- 元気を支える容貌ケア：脱毛編／有働みどり
- 元気を支える容貌ケア：メイク編／山崎多賀子
- がん治療と働くこと／荒木葉子
- 一人ひとりの妊娠・出産／鈴木直
- 家族との関係を再構築する／田中登美

III 治療と暮らしをつなぐ

- 抗がん薬治療と副作用／田中登美ほか
- 抗がん薬治療と感染症／辻村秀樹
- がんの痛みへの対応／安井久晃
- 吐き気・嘔吐への対応／山田みつぎ
- 口腔ケア／山田みつぎ
- スキンケア／山崎直ほか
- リンパ浮腫ケア／佐藤佳代子ほか

IV 役立つ資源を知る・活用する

- 制度を知る・活用する／村田庄司
- 正しい情報を知る・活用する／小林隆志

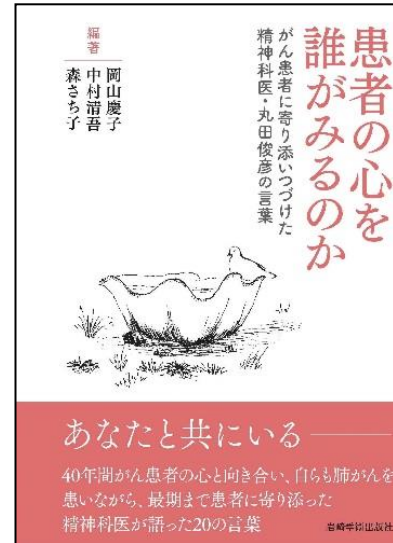
V ところをみる、ところを支える

- 丸田俊彦の選んだ言葉から／岡山慶子

おわりに／藤井信吾

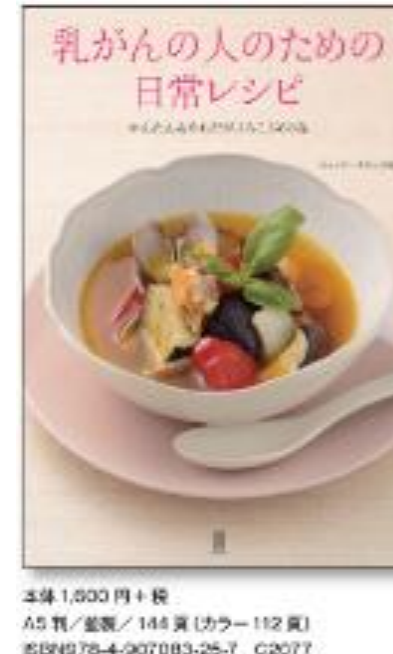
NPO法人キャンサーリボンズ <http://www.ribbonz.jp/> TEL03-3546-6101

「がん治療と生活をつなぐ」ための、場面ごとのケアの方法や工夫をまとめた、ひとつの集大成ともいえる書籍。同様のテーマで、「がん治療と生活サポーター」育成も行い、主に看護師のスキルアップに貢献した。



2022年の、茨城県立医療大学の入学試験問題（小論文）の素材として、使用されました。

このテーマで、「がんの治療と暮らしフェア」での鼎談の実施や、7～8名の当事者とのグループカウンセリングなどを行っている。



乳がんの人のための日常レシピ

かんたん＆からだがよろこぶ60品

キャンサーリボンズ 編

乳がん体験者の声をもとに、治療を食からサポート

本書は、いままさに治療中の方、治療が一息落した方、ご家族がれた方、乳がんが心配な方、そんなみなさまからのアンケートをもとに、食の専門家チームが書き下ろした一冊です。

レシピだけでなく、生き生きと暮らすための10か条、食材選び、新しい制度など、食を通して治療を応援する、さまざまな情報を満載！

治療中のからだに配慮し、誰でもかんたんに作れる料理を厳選。体調の悪いときは「手抜き」の裏技も。また、どんな野菜やスパイスを選べば活力が得られるか、その「秘訣」をマイスターが紹介。基礎知識編では、医師や栄養士ほか、第一線で活躍する医療と食の専門家が、治療に役立つ最新の情報を伝えます。

Copyright © 2022 Cancer Ribbons All Rights Reserved.

食

発刊の際には、クックパッドに会場を借り、試食付きの記者発表会を実施。その模様は、NHK「おはよう日本」で取り上げられました。

5. コンテンツ（ツール）開発

◆DVD（製薬企業と協働で制作し病院等に配布）

緩 美 向

◆冊子『「がんと働く」リワークノート』シリーズ 働

リリースしたテーマ

- ・美容のノウハウ（メイクの仕方など）
- ・皮膚症状対策（日常のスキンケア）
- ・口腔ケア
- ・病気のことを子どもに伝える

- ・感染予防
- ・吐き気予防とケア
- ・体験者から伝えたいこと
- ・家族にできること、知っておきたいこと

<例>

Chapter1 治療に伴う皮膚症状とは
『出やすい症状』『出やすい部位』『初期症状』

Chapter2 治療中のスキンケアのポイント
『治療中、皮膚にどのような変化が起こるのか』
『スキンケアとは何か』『なぜ治療開始時からスキンケアが必要なのか』というスキンケアの必要性と、具体的なスキンケアのポイントを解説。
アニメーションも使って、患者さんの理解を促す

Chapter3 実践！簡単スキンケア
『洗う、保湿する、保護する(UVケア)』のシンプルステップを順を追って説明。市販のスキンケア商品の選び方のポイントも紹介、日常生活にとり入れやすい内容に。

Chapter4 治療に伴う爪の症状とスキンケア。
爪に出やすい症状と対策をまとめて紹介。

Chapter5 皮膚症状が出たら症状が出はじめたら具体的にどうすればいいのか、
患者さんの疑問に答える。

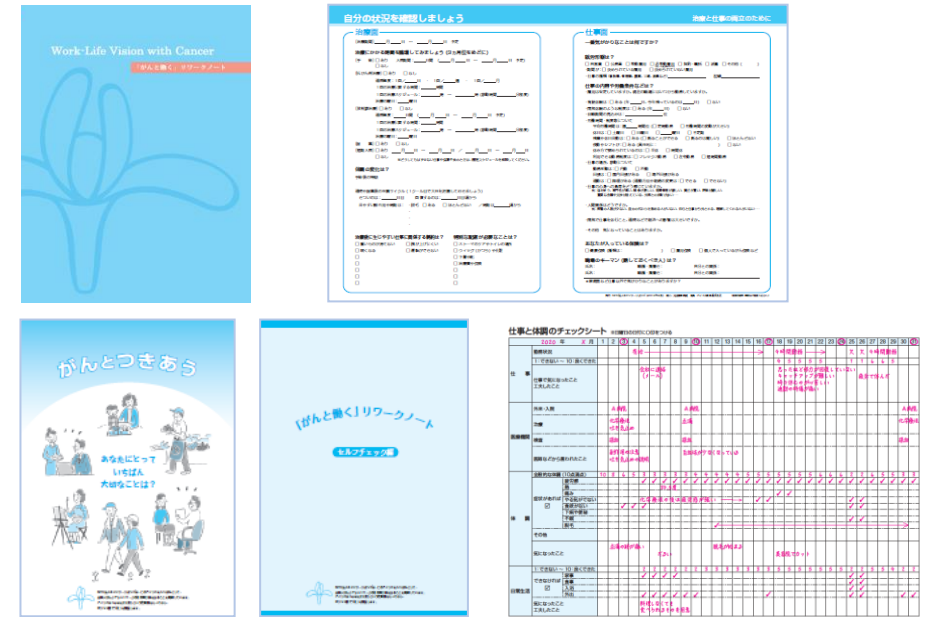
皮膚科医師、看護師、
薬剤師が登場

<例>



精神腫瘍医、乳腺外科医、看護師が登場

がん対策推進基本計画に「がん治療と仕事の両立」が盛り込まれる前から当テーマに着手。ツール制作と並行して、当初は治療の場での支援者である看護師へのセミナーを実施。
現在は、企業の人事労務担当者など職場の支援者を対象とした「がん治療と仕事の両立」サポーター養成講座を実施しています。

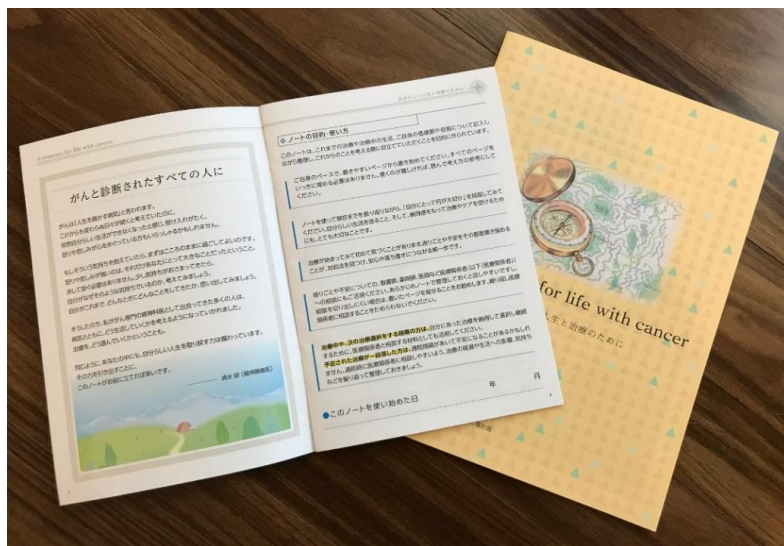


産業医、がん治療医（呼吸器、消化器、乳、婦人科、皮膚）、看護師、
薬剤師、MSWなどがワーキングチームを作り、編集した。
がんサバイバーへのヒアリングも実施。

5. コンテンツ（ツール）開発

◆冊子『A compass for life with cancer 自分らしい人生と治療のために』

（製薬企業の資材として制作し病院等に配布）



向

「がんと診断された患者さんが、納得して、自分らしさを大切にしながら治療や生活に取り組めるよう、自分自身の人生を再構築する力、困難から立ち直る力(レジリエンス)を引き出すことをサポートする」ことをコンセプトにした、ノート形式の冊子。

がんサバイバー、精神腫瘍医、看護師、薬剤師などがワーキングチームを作り、編集した。

※コンセプトが新しいため、「使ってみよう」と思っていたくために、医療者向けのドラマ形式の動画を制作し、ポイントをお伝えしています。

◆シート『がん医療情報の「選び方・利用の手引き」』

知

がん医療情報の「選び方・利用の手引き」

2020 年 NPO 法人キャンサーリボンズ

健康や医療に関する情報を探し・理解・評価・活用する力（医療リテラシー）を上げ、よりよい意思決定を行うことを目指し、健康・医療情報（書籍）を選ぶためのポイントを整理しました。

1. 質の高い情報を探す

【著者】・専門分野において科学的エビデンス（根拠）に基づいた発言や著作をしていて、評価が定まっている。
・学会や医療機関等が発行する情報は、信頼できるものが多い。

【出版】・出来る限り新しい情報が望ましい。発行は少なくとも 5 年以内を目安とする。
・新版を選ぶ。改版していなくても、刷の回数が多いものは定評がある。

【構成】・目次がある。
・情報は新しく科学的な根拠に基づいており、その科学的根拠の出典が記載されていることが望ましい。

【内容】・宣伝目的でない。
・漢方、ハーブ、アロマテラピーなどの代替医療は作用・副作用を記載している。

2. 治療に関する情報の注意点

※受診を遅らせないように注意する。情報収集は受診と並行して行う。

※タイトルや表紙にまどわされず、内容の質に注意する。（“〇〇でがんが治る”は特にあやしい）

※5 年生存率などのデータは過去の治療に基づくものであり、がん治療の進展が著しい今日では、状況も時々刻々と変化していることを前提とした上で参考にする。

※気持ちが落ち込んでいる時はネガティブな情報に目が行きがちなので、情報収集は冷静に取捨選択ができる時に。

※すぐに知りたいことは、信頼できるネットで情報検索する。（web は特に、冷静に情報を取捨選択するスキルが必要）

■私見でなく、客観的な科学的根拠（エビデンス）に基づいていることを確認する。

■治療に関する情報は、短期間でアップデートされることに注意する。できる限り新しい情報（2 年以内に出版された本。2 年ごとのガイドラインの更新が目安）を選ぶ。

■「がんになったら手に入るガイド」（国立がん研究センター・がん情報センター編著）は必ず並行して読む。

3. 医療情報を利用する上での注意点

■複数の本を読んで、比較検討する。（同じ著者は傾向が似る場合が多いので、著者が違う本を選ぶようにする。）

■情報を鵜呑みにせず、主治医や看護師、薬剤師など、専門家に相談する。自分の現状と照らし合わせ、自分に
とって有用かどうかの判断を仰ぐ。

⇒疑問や質問事項は予めメモしておき、効率的な情報取得を心掛ける。

⇒生活の中で大事にしたいこと、どのような状態でいたい、などを明確にしておく、より具体的な相談ができる。

■病状も含め治療は人それぞれ違うため、情報通りに「〇〇しなくては」「〇〇できない自分はダメだ」等の思いにとらわれないようにする。（闘病記も医療情報。すべてを自分と比較したり当てはめたりせず、適切な距離感をもって読むことを心がける。書かれた時期によって治療も今とは違うことに留意する。）

4. 健康・医療情報を探する際は、「い・な・か・も・ち」を確認

（出典：聖路加国際大学研究センター PCC 実践開発研究部 ヘルスリテラシー学習拠点プロジェクト）

いつの情報？ 誰の目的？ 聞いた人は誰？ もとネタは何？ ちがう情報を比べる

薬剤師、看護師などがワーキングチームを作り、編集した。
図書館司書にも協力を依頼。

6. がんサバイバー・家族や市民と医療者をつなぎ、医療者のエンパワーメントにつながる啓発活動

◆医療者への感謝の手紙

新聞広告や患者団体へのチラシの配布を通じて、がんサバイバーやご家族から、お手紙—家庭生活や仕事など暮らしのなかで、がんの治療を続けるうえで医師や医療スタッフが支えになったこと、その言葉や支援に勇気づけられたエピソード。今あらためて伝えたい、ありがとうの気持ち—を募集しました。患者さんと医療者のよりよい関係性づくりを目指しています。

がん患者さんと医療者を、言葉の力でつなぎたい。

～「医療者への感謝の手紙」を募集します～

家庭生活や仕事など暮らしのなかで、がんの治療を続けるうえで医師や医療スタッフが支えになったこと。その言葉や支援に勇気づけられたエピソード。いまあらためて伝えたい、ありがとうの気持ち。そうした「医療者への感謝の手紙」を広く募集します。

寄せられたお手紙をもとに、江國香織さん、中川圭さん、がん治療の第一線に立つ医師に、がんと共に生きる社会、患者さんの社会生活や人生観を大切にする環境づくりについて語り合ってもらい、その内容を朝日新聞広告内でご紹介する予定です。たくさんのお手紙をお待ちしています。

※医師や医療スタッフ



江國 香織 さん
小説家



中川 圭 さん
認定NPO法人
乳がん患者会の会から 理事員

主催  がん治療と生活をつなぐ NPO法人キャンサーリボンズ  中外製薬

「医療者（医師や医療スタッフ）への感謝の手紙」応募要項

目的	がん患者さんが、医療者と心を通わせながら治療に取り組むことができるよりよい療養環境や、がんと共に生きる社会の実現に向けて、そのヒントとなるような、患者さんやご家族から医療者に向けた手紙を募集します。
応募対象	がんと診断された方、またはそのご家族（治療中・中後は問いません）
募集テーマ	・医療者が、「人生観や社会生活に寄り添ってくれたこと」 ・医療者が、「ライフスタイルや仕事、趣味など、生活上の希望や大事にしていることを尊重してくれたこと」 ・医療者からの、「勇気をもたらした言葉や、思いがけない配慮」 ・その他、上記に準ずる内容
文字数	400文字以内
応募方法	①氏名（ふりがな）／②年齢／③住所／④電話番号／⑤病名（がんの種類）／⑥ご本人・ご家族の別を明記の上、郵送、FAX、またはWeb申込フォームにてご応募ください。 医療者個人への手紙のお届けを希望される方は、医療者のフルネーム、職種、病院・診療科名（または病棟名）、病棟の所在地（市区町村まで）、治療を受けた時期（例：2015年頃）をご明記ください。先着100名様の手紙を当選者から医療者に、手紙を書いた方のお名前を入れてお届けします。ただし、賞状・賞状等で現在の所属が不明の場合、手紙をお届けできない場合がございます。ご了承ください。

応募先

- ◎郵送 〒104-0045 東京都中央区築地4-14-19-501 「医療者への感謝の手紙」事務局
- ◎FAX 03-5550-2007
- ◎Webフォーム <http://www.thankletter.net/form.html>

締め切り 2018年11月5日（月）必着

発表

- ・ご応募いただいたお手紙から数点を主催者が選定し、朝日新聞広告内にてご紹介いたします。（12月中旬ごろを予定）
- ・ご応募いただいた全ての手紙（下記注意事項に鑑み、無効になったものを除く）は、NPO法人キャンサーリボンのホームページに掲載します。（2019年2月予定）

※いずれの場合も応募者ならびに医療者の個人情報に関わる内容は公開いたしません

【注意事項】

- ①具体的な医療者が書かれているもの、特定の個人や施設の誹謗中傷が含まれるもの、他者の権利やプライバシーを侵害する恐れのあるものは、応募を無効とさせていただきます。
- ②応募が無効の場合の通知はいたしません。
- ③手紙は自作のものに限ります。また、返却は行いません。
- ④手紙に関する一切の権利は主催者に帰属し、主催者は、応募者の許諾なしに新聞等で公表・使用することがございます（個人情報に関わる内容を除く）。その際、誤字・脱字の訂正等の掲載を修正をお願いします。

主催 NPO法人キャンサーリボンズ、中外製薬株式会社

NPO法人キャンサーリボンズ

患者支援団体として、「がん治療中の、自分らしい少しでも心地よい生活」と「誰もが支えあう社会」の実現を目指して活動しています。当企画の原点は、NPOの理事であった故・丸田俊彦医師の言葉「わからないから、もっと聞かせて」（岩崎学術出版社「患者の心を聴くのか」）にあります。今回お寄せいただく手紙が、「患者さんを理解したい、寄り添いたい」という医療者の姿勢をこれまでに引き出し、より信頼しあえる関係づくりにつながると考えています。 <http://www.ribbonz.jp/>

中外製薬株式会社

がん領域のリーディングカンパニーとして、「患者さんが希望を持って、前向きに立ち向えるがん医療の実現」を目指し、治療法の開発・提供にとどまらず、患者さんやご家族、一般の方に向けた多面的な支援活動を展開しています。

がんと共に生きる社会づくりに向けて、当企画が、患者さんの暮らしや社会生活を踏まえた治療選択と治療継続を可能にする環境づくりへの架け橋になることを願っています。

お問い合わせ先
「医療者への感謝の手紙」事務局
TEL: 03-5550-2007 (10:00～17:00・土・日・祝日を除く)
<http://www.thankletter.net>
E: thankletter@ellesnet.co.jp

【個人情報の取り扱いについて】 応募において記載いただいた個人情報（氏名、住所、電話番号等個人を特定できる情報）は、主催者であるNPO法人キャンサーリボンズが手紙の募集・管理業務を委託する朝日エールのみに提供し、手紙の受領および医療者に手紙を届ける際の連絡にのみ使用します。NPO法人キャンサーリボンズおよび朝日エールの個人情報保護方針等につきましては、下記ウェブサイトをご覧ください。個人情報、事前の了承なくその他の目的で使用したり、第三者に譲渡することはございません。
◎NPO法人キャンサーリボンズ ⇒ <http://www.ribbonz.jp/policy/index.htm>
◎朝日エール ⇒ <http://www.asahiell.net/about/privacy.html>

お寄せいただいた手紙をもとに鼎談を行い、その内容を新聞に掲載。また、すべてのお手紙は、NPOのホームページでご紹介しているほか、個別にお礼を伝えたいという要望にお応えし、該当する医療者にお手紙を届けることもいたしました。（2018年）

7. 調査研究

キャンサーリボنزでは、これまで、さまざまなテーマの定性調査、定量調査を実施してまいりました。その一部を紹介します。

- 「がん治療と仕事の両立」の実態調査 …… がん診療連携拠点病院相談支援センタースタッフへの調査＆患者調査
※(独)労働者健康福祉機構（現在の労働者健康安全機構）と連携
- がん治療中の痛みとQOLについての調査…… インターネット調査会社のパネルを活用。
調査には、医師、看護師が参加し、学会発表や論文投稿も。
- がん医療情報の収集についての意識調査 …… キャンサーリボنزのイベント参加者
- 乳がん患者さんの食に関する調査 …… リボنزハウスを通じた、患者さんへの調査
- がん治療中の食事・栄養に関する意識調査（製品の試用あり）
…… キャンサーリボنزに登録している方や、連携しているwebサイト「がん療養生活情報室」が連携している患者団体に所属している方へのアンケート
- がん治療中のセルフケアや暮らしに役立つ製品についての、患者さん意見交換会
…… キャンサーリボنزのサバイバーボードメンバーを中心に
- 患者さんの家族への、患者さんとのコミュニケーションについてのデプスインタビュー
…… キャンサーリボنزのメンバーや、周囲の人で、家族の立場経験者へのインタビュー
（これをもとにツールを企画制作）
- ひとり暮らしの患者さんの悩み・困りごと調査（進行中） ※一般財団法人一柳ウェルビーイングライフとの協働
…… キャンサーリボنزのピアサポート経験者、医療者へのヒアリングからスタート