

2026 年 8 月吉日

【アンケート結果】

2026 年 6 月 7 日に開催したイベント、「JAPAN CANCER SURVIVORS DAY 2026」のアンケート結果をご報告申し上げます。ご回答内容やご意見・ご要望については、重複する内容を整理・要約したうえで、一部を抜粋してご紹介しています。原文のまま掲載しておりますこと、あらかじめご了承ください。

回答者の皆さまには、貴重なご意見・ご感想をお寄せいただきましたことに、心より感謝申し上げます。

公益財団法人日本対がん協会
がんサバイバー・クラブ

【アンケート概要】

- 回収期間：2026/6/7（日）～2026/6/14（日） 8 日間
- 回収方法：紙・WEB
- 参加者数：335 名
- 回答者数：224 件
- 回 答 率：66.9%

Q1. 回答者のお立場（＊複数選択可）

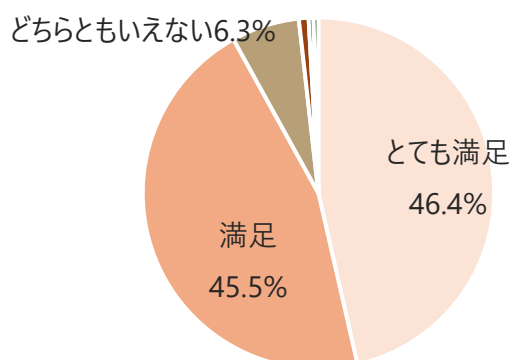
	回答数	%	
がん経験者・患者本人	165	73.7%	165
家族・パートナー（遺族含む）	54	24.1%	54
がん経験者・患者の友人	22	9.8%	22
職場関係者・人事労務担当者	10	4.5%	10
医療・福祉関係者	30	13.4%	30
患者会・支援団体	21	9.4%	21
学生	2	0.9%	2
回答しない	1	0.4%	1
その他	12	5.4%	12

※その他の内容

ピアサポーター、衣生活の側面からの外見ケアを研究しています、当事者友人、遺族、がん哲学外来の患者会、ボランティア、薬剤師、友人、兄弟ががん患者・サバイバー、友人・知人をがんで亡くした、シニアナビ、医療職でありがん看護携わっている、がん当事者

Q2. 本イベントの満足度を教えてください（＊単一回答）

n=224	回答数	%
とても満足	104	46.4%
満足	102	45.5%
どちらともいえない	14	6.3%
不満	2	0.9%
とても不満	1	0.4%
未回答	1	0.4%



Q2. 付問 そのように回答した理由を教えてください。（＊任意）

全体

- ・がんという病気に関係している人や、支援が沢山あることを知り、体感することが出来た。他にも同じ問題をかかえられる思いを知ることができた。（複数回答あり）
- ・今回のテーマはほかのセミナーやイベントでは取りあげることがあまりない内容で、これからのがん患者をとりまく状況を考えるととてもよいテーマでした。ひとり暮らしの自分にとってとても参考になりました。
- ・直接聞くことが出来たこと（複数回答あり）
- ・仲間に出会えました。（複数回答あり）
- ・がん経験者のお話はとてもリアルティがあった。全体的にとってもあたたかい雰囲気だった。
- ・会場のすべての方からの共感、受容、優しさ、温かさを感じる素晴らしい空間でした。（複数回答あり）
- ・お話を聞くだけであれば YouTube でも出来ますが、こんなに沢山の人が様々なサポート活動をされているのを目の当たりにし、1人じゃないと思うだけでなく勇気を頂けたので。これは一方通行の YouTube では不可能な事だと思います。
- ・がんサバイバーと家族、関わる支援者、すべての人びとにとって開かれた場所であったので。
- ・専門家の貴重なお話を伺えたことに加え、サバイバー仲間と再会できたから。1人ではない、をさまざまなシーンで感じ取れたから。
- ・研究結果だけでなく、実際の患者さんからの話を聴く事が出来たり、出展ブースでは、マッサージの体験をさせて頂けたりと、患者にとっては、心が緩められる 1 日でした。
- ・自分自身を大切にできた時間でした。
- ・気持ちの整理ができたから。
- ・自分の気持ちを理解してもらえる人がいると感じられた
- ・術後 4 年経過しましたが、なかなか人の輪に加われず一人で悩んでいました。今回イベントに参加し、自分は一人ではなく、いろいろな方々と思いを共有できることに嬉しさを感じました。
- ・自分の病で泣いた事はありませんでしたが今日は泣きました。ありがとうございました！
- ・いろんな情報を知れた事。自分には必要ないと思っていた事が実は必要だったり、いい機会でした。

- ・午前中だけの参加でしたが、講義を聴き、疑問に思っていたが腑に落ちる点があり安心出来ました。ブース多数出展していてそれぞれの団体毎に個性があり、楽しかったです。
- ・いたみについてより深く、改めて理解を深める機会になりました。心が熱くなる機会となり、明日からの自分がほんの少し前向きになれたように感じられる力を貰いました。
- ・多くの方とのつながりを持つことができました。メールなどでやり取りしていた方とお会いできました。
- ・私は近くにガンで戦っている人がいますが、どのように対応していけるのがいいのか迷いがありました。でもその方向がすぐずんと心におちて、わかった気がするからです。
- ・がん患者の家族です。各ブースの人達が、丁寧で優しい対応で良かったです。講義も経験者の実感が伝わり、優しい気持ちになりました。講義もわかりやすかったです。
- ・病気でもそうでなくても人の心だなと思いました　ありがとうございました
- ・何かあった時にも頼れる先があるとわかり何か安心できました
- ・医療者としてがんや様々な苦しみとむきあう時の大切な気持ちを見つけることが出来ました。その人らしく最後まで希望をもち、感情を豊かに表現できるよう共によりそっていきたいと思いました。

ブース出展・資料スペース

- ・沢山のブースがあり皆さんとても親切で良かったです。
- ・ブースで有意義な情報や得られた（複数回答あり）
- ・ポーラさんや資生堂さんのマッサージもとても癒されました。ありがとうございました。（複数回答あり）
- ・ブース参加の皆さんとの交流と聴講で有意義な時間を持てました。
- ・がん患者のコミュニティ情報を得ることができたため
- ・いくつかのブースは仲間内で盛り上がっていたので行きづらかった
- ・自分の問題かと思いますが、ブースの方とどう話して良いか戸惑いました。

講演

- ・セミナーのプログラムに全て参加しましたが、それぞれとても良かったです。基調講演と総括講演は、もっと多くの人に聴いていただきたい内容でした。（複数回答あり）
- ・がんの“トータルペイン”について新たに知ることができた。
- ・佐伯先生のお話から、全人的苦痛についてを学びました。抱え込まずに生活する事の大切さを痛感しました。苦痛には痛みのみでなく「かゆみ」もありますよ～移植後の DVHD は大変です！
- ・経験談を聞くことができてトークセッションがとてもよかった（複数回答あり）
- ・こころとからだのいたみも、ひとりぐらしのがん治療も、ともにとても自分ごと。とくにひとりぐらしについては患者会でもなかなか話題にできなかったのも、お話しが聞けて良かったです。
- ・一人暮らしのセッションを拝聴しました。登壇者の方々のお話しがとても参考になり勇気付けられました。
- ・闘病生活は身体もココロもどちらも痛い。いろいろ思い出してあらためて考えました。わたしもおひとり様闘病なので前回のアンケートで次のテーマに記載しました。取り上げていただきありがとうございました。
- ・ソーシャルワーカーさんの仕事への熱意が嬉しかった。

- ・儀賀先生のお話も素敵でした。こういうお医者さんがいることを嬉しく思います
- ・儀賀先生の話、本当聞いてよかったです。元気がでました。抗がん剤治療がんばろう、自分のために！と思いました。
- ・儀賀先生のお話と、最後皆で歌った時間はとても良かった。ずっと癌のことばかり考えてしまっていたので、久しぶりに先生のユーモアあるお話に、笑ったり、歌ったりして、何故か涙が止まりませんでしたが、押さえ込んでいたものが少し出せたのかなと思いました。
- ・最後の先生の歌で心がなごんだ、私も夫のサポートに感謝し、絶対治すんだ、と思った
- ・スピリチュアルな問題に完全ではないがヒントが得られた
- ・自分が普段かなり頑張っていた（痛みや困難が周囲に理解されなくても「仕方ない」とあきらめ、一人で頑張っていた）ことに気づくことができた。最後のセッションで音楽を聴いて涙が一気にあふれ出た。痛みは、がんに限らず身近な現象であり、今後に役立つテーマだった。

初めて参加された方の声

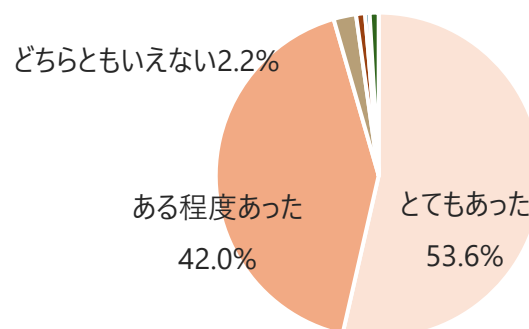
- ・コミュニティに参加しようとも思いましたが、抗がん剤治療を受けていないような者が参加してよいのか、参加する事が申し訳ないだろうと考えていました。罹患後初めて今日のようなイベントに参加させていただきました。間接的ではありますが、がん患者の皆さんと色々な痛みを共有できたような気がして心が軽くなりました。ありがとうございました
- ・このようなイベントに初めて参加させて頂きました。がん患者の皆さんやそのご家族、関係者の皆さんに対してこのような多くの支援がなされていることを知り、本当に感動しました。今回は1セッションだけの参加でしたが、今後機会があれば、もっと深く参加したいと思います。
- ・すべての講演とトークセッションの中で、患者さんを人として大切にしたい、大切にしてほしい、私が私らしく生きるために、という視点が感じられて、ケアの基本を感じられた。日々、患者さんと出会う仕事をしていて、医療のあり方に疑問を持っていたため、助けとなる講演だった。初めての参加で、多くの当事者の方々のために支援している団体があることがわかったことも良かった。
- ・このようなガンのイベントに初めて参加しました。これまで相談相手は家族や知人に限られていましたが、これを機会にソーシャルワーカーや腫瘍精神科を尋ねたり、また患者さんの集うカフェなどに行って見たいと思いました。
- ・初めてだったので回り方に少しとまどいがあった

主催・運営

- ・主催の皆さまの善意を感じ取ることができました。
- ・休けい時間も1h30mあって、ゆっくりできました。これからも続けて下さい
- ・昼休憩がながすぎた
- ・入口にそれぞれのブースがわかる地図があれば良かったです。
- ・途中入場の方が多すぎて、講演に集中しにくかったです。

Q3. 参加を通じて、参考となる情報や気づきはありましたか？（* 単一回答）

n=224	回答数	%
とてもあった	120	53.6%
ある程度あった	94	42.0%
どちらともいえない	5	2.2%
あまりなかった	2	0.9%
なかった	1	0.4%
未回答	2	0.9%



Q3. 付問

「とてもあった」「ある程度あった」を選択した方は、具体的にご記入ください。（* 任意）

- ・1 番大きかったのは、ネット上の「誰か」の情報ではなく、実際の体験者の方から経験を伺えたこと、医師の方から癌そのものではなく心の痛みもちゃんと痛みや辛さとして扱ってあげてよいものと言って頂けた点でした。やはりどうしても癌そのものを抑えて貰っているのだから、それ以外は我慢しなくてはという気持ちが大きかったのです。
- ・痛みを訴えてはいけなかったと思っていました。生きているだけマシと思わなければいけないように思えて。でも、ただただ痛みはつらいし、外見的な問題もとても不便です。当たり前の日常が奪われたことを、つらいと思ってもいいのだと自分を許せる気持ちになりました。
- ・他人に迷惑をかけることから、やって欲しいことを遠慮したり我慢したり躊躇ったりすることなく、正直に「助けてください」と伝えることが重要と感じた。
- ・講演内容が現在の私の状況に希望を与えてくれた。
- ・スピリチュアルペインが何か自分の経験をふり返りながら理解できました
- ・多くの患者さんが、「ひとり」であることで困りごとをかかえていることを知った。「がん経験者である私」がパーソナリティーの多くの部分を占めていることに気づいた。音楽がとても力になるものだとして強く感じた。
- ・最近ひとり暮らしになったので、入院手術などの心構えや対応がわかった。（複数回答あり）
- ・自分自身も一人暮らしで身寄りもない状態です。我が事と思いながら拝聴させていただきました。
- ・「1 人暮らしと 1 人ぼちは違う」という言葉が響きました。（複数回答あり）
- ・乳がん患者さんのお話がとてもよかった。参考になりました。つながりをたえないようにすることなんですね。
- ・「言ってもいいんだ」「ひとりじゃない」「何とかなる」という当事者の言葉に背中を押してもらえた。
- ・トークセッションでは 1 人 1 人の想いが自分とリンクする場面があり当時の事が思い出されました。
- ・他人に頼ってもいいんだと言うこと。手術、抗がん剤治療、放射線治療と、一人暮らしの私は、他の人に迷惑かけないように、必死に挑みました。もっと、他の人に甘えてもよかったのかなあと。
- ・ひとりで向き合うがん治療でも手を伸びせば助けてくれる機関があること、決してひとりではないこと

- ・物の見方が様々にあることを知れた
- ・佐伯吉規氏の講演でトータルペインという考え方。
- ・腫瘍精神科という所があると知って、受診されている方は思いを吐き出せる場があつてうらやましいと感じた
- ・腫瘍精神科、緩和ケアも早い内に相談しても良いなと思った
- ・腫瘍精神科を受診するタイミングのお話が参考になった。私は患者家族なのですが、患者自身がどういうことを考えているのかも具体的にイメージができた。なかなか患者本人には何を考えているのか聞きづらいので
- ・痛みのコントロールをしてもらえるところがある
- ・緩和ケアについて、なるほどと思いました。もう少し具体的なお話もうかがいたかったです。
- ・現在「いたみ」はないが、そうなったときに相談できる窓口が多々あるのだとわかりました（複数回答あり）
- ・相談先について相談支援センターの位置づけがわかり、主治医等に遠慮することなく率直に相談すべきだということが確認できた。
- ・がん相談支援センターへの相談ハードルの低下
- ・ソーシャルワーカー久村さんのお話しがとても参考になりました（複数回答あり）
- ・保障人の件で、いなくても医療が受けられると教えて頂いた事。
- ・シャドウワークの実態について学ぶことができました。
- ・スピリチュアルの意味が間違えてとらえていた事、誰も孤独にさせないことはとても大切なこと
- ・official と unofficial の両面のサポートが大切だと思った。
- ・参加できる場所を複数みつけられた（複数回答あり）
- ・支援をしてくれる様々な組織がある（複数回答あり）
- ・名前を知っていた団体の具体的な活動について詳しく知ることができました。
- ・ヨガに興味があったのですが、がんサバイバーはどのように探したら良いのかわかりませんでした。本日ブースで知ることが出来たので今後検討してみようと思いました
- ・アデランスでウィッグの使い方など色々教えてもらえて、勉強になりました
- ・爪の保護 ケアについて
- ・資生堂のカバーメイク、社労士さんとの相談
- ・患者コミュニティリーダーのオンライン研修プログラムがあることを知った。
- ・オンラインコミュニティを利用してみたいと思った。
- ・震災後のニュースで気になっていた「おの君」と言う、気仙沼の女性達による縫いぐるみに出会えた。
- ・家族や友人との関わりなど心当たりがあることばかり...今の迷いに結論は出ていないけど参考になりました。
- ・がんサバイバーでもあり医療者です。配慮のはずの一言が逆に患者さんを傷つけているのではないかと自分の言動を見直すきっかけにもなりました。
- ・一人暮らしの患者さんの悩みも個々には違っており、また同じ悩みでも考え方により濃淡があることがわかりました。自分がそのような方の相談相手になった場合は、型通りの対応にならないように気を付けて、ご本人の話されることにしっかり耳を傾けようと思いました。
- ・進みたい道が決まりました。スタッフの皆様ありがとうございました！
- ・トータルペインについて、これほど浸透していないことが来場予定者アンケートで分かったこと。

Q4. 参加を通して、次のようなお気持ちの変化はありましたか？（＊複数選択可）

	回答数	%		
不安感が和らいだ	47	21.0%		47
ひとりではないと感じられた	109	48.7%		109
自分の気持ちや状況を整理できた	43	19.2%		43
新しい視点や考え方を得た	121	54.0%		121
誰かに相談してみようと思った	25	11.2%		25
今後も情報収集をしたいと思った	135	60.3%		135
自分を大切にしたいと思った	56	25.0%		56
その他	4	1.8%		4
特に変化はなかった	6	2.7%		6

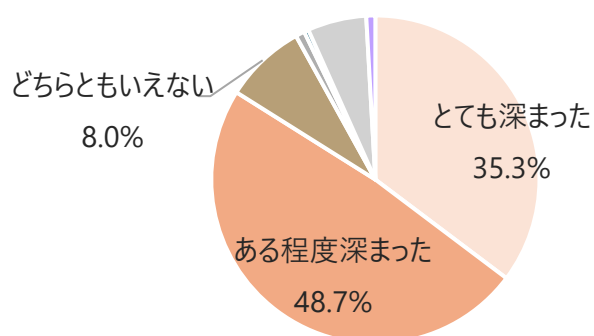
※その他の内容

自分の経験をいかせるとしたらなんだろうと考えた

Q5. 講演プログラムを聴講された方へお伺いします。講演プログラムを通して、ご自身や身近な方の痛みやそのケアについての理解は深まりましたか？（＊単一回答）

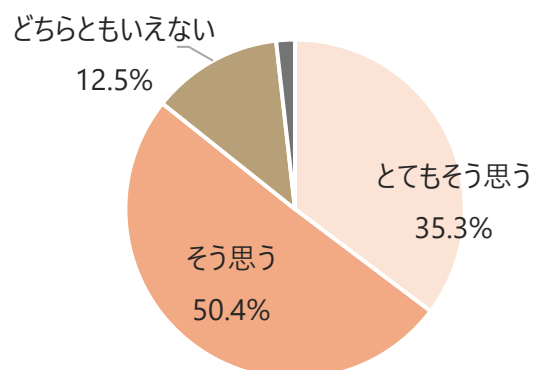
n=224

	回答数	%
とても深まった	79	35.3%
ある程度深まった	109	48.7%
どちらともいえない	18	8.0%
あまり深まらなかった	2	0.9%
深まらなかった	1	0.4%
講演プログラムは参加していない	13	5.8%
未回答	2	0.9%



Q6. 本イベントで知り得た内容や感想を、身近な方に伝えたいと思いますか？（＊単一回答）

n=224	回答数	%
とてもそう思う	79	35.3%
そう思う	113	50.4%
どちらともいえない	28	12.5%
あまり思わない	4	1.8%
思わない	0	0.0%
未回答	0	0.0%



Q6. 付問「とてもそう思う」「そう思う」を選択した方は、身近な誰に、どんなことを 伝えたいと思いますか？（＊任意）

「誰に？」（＊複数回答）

	回答数	%	
家族・パートナー	113	58.9%	113
友人	115	59.9%	115
職場の方	32	16.7%	32
主治医	17	8.9%	17
その他	26	13.5%	26

「どんなことを伝えたいと思いますか？」

- ・救われました
- ・一人ではないこと、誰かが近くにいること
- ・スピリチュアルペインとは何か？自分を大切にすることが大事であること
- ・今日あった事
- ・垣添先生の東北被災者とガンサバイバーに共通点はある。それに対しては希望を胸に闘う。
- ・(今は健康ですが)1人でくらしている娘に伝えたいと思いました
- ・相談できる場がたくさんあること
- ・一人暮らしをしている人の増加はもとより、高齢化により、親より先にがんなどの病気で入院治療が必要になってくるケースが増えるので、保障人や、家族のあれこれとはさほど意味のないことに気がついた。
- ・がん患者でも社会のつながりが大いにあること
- ・「聴す＝ゆるす」 自己肯定感 自己効力感 歌のすばらしさ
- ・その人に対して適切だと思うことを内容から選んで伝えたい
- ・見守っています

- ・何を見てきたか ピアサポート
- ・夫にはお礼を伝えたいです。いつも過剰なくらい心配してくれるので。
- ・我慢しない事を伝える
- ・こちらの“いたみ”と社会とのつながりについて学び得たことを、私が所属するコミュニティを中心に広めたい
難しい、耐えがたいこんなコトにも上手くいかない時にでも……。私を支えてくれた仲間や親友や友人
がここにいるコトに、改めて私はとても仕合わせをかみしめられました。
- ・私を感じたこと、理解したこと。
- ・病気になった時の対応
- ・最近友人がガンになったので、色々サポートしてくれる団体があることを教えてあげたい。
- ・一人でかかえこみすぎないこと、助けてと声を上げること
- ・アデランスさんのブースでウィッグや暑さ対策を知ることができて良かった
- ・がん種は違って共通のことがある
- ・このような会合がある事を伝えたい
- ・知らない情報を知れたのでしらせたいです
- ・患者だけでなく、周りの人にも支援があるよ。
- ・がんに患ってられる知人の人たちに、経験者からの立場からお話をきいてあげたい。ひとりではないと言う
ことを伝えたい。

Q7 . イベント参加中に、気になったことや過ごしづらさを感じた場面がありましたらご記入ください。（＊単一回答）

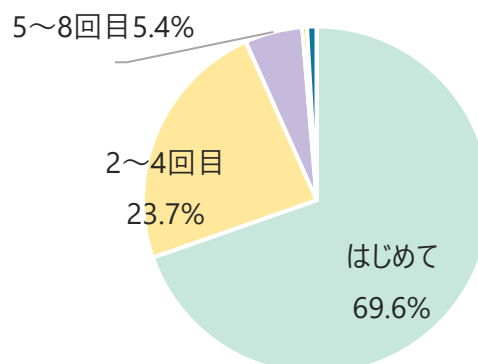
- ・ストレッチの前後にもう少し時間がほしかった（御手洗いに行く時間が...）。
- ・講演会場のエアコンが効きすぎて術後の傷が痛みました。体調も安定している人ばかりではないので、も
う少し出入りしやすいと嬉しいです。入り口付近に出入り自由にできる席を設けるのはいかがでしょうか？
- ・グループで着席された人たちによる講演イベント中の私語。
- ・しいていえば、個人の相談室みたいのがあればよかったですが、
- ・講演中、途中入場の人誘導をする人の動きが気になって集中できない場合が多々あり。
- ・休けいスペースがもう少しあるとよかったです。
- ・遠方からの参加者のために、クロークがあればありがたい
- ・セミナー会場の冷房が強かったです
- ・マスク着用が任意なことが少々に気になりました。隣の席を空けることもできなかったのも。
- ・ブースに立ち寄りづらかった。あまり話をするウェルカムな雰囲気ではなかった。
- ・会場への案内図や案内ボードが乏しく迷いました。
- ・最初は資料がたくさんありましたが、帰りにいただこうと思ったら全くなくなっていて、がっかりしてしまいました。

Q8. ジャパンキャンサーサバイバースデイへの参加は何回目ですか？（＊単一回答）

n=224

回答数 %

はじめて	156	69.6%
2～4回目	53	23.7%
5～8回目	12	5.4%
9回（全回）	1	0.4%
わからない・覚えていない	2	0.9%
未回答	0	0.0%



Q9. 本日はおひとりでしたらいましたか？どなたかいらっしゃいましたか？（＊複数選択可）

n=224

回答数 %

おひとり	169	75.4%	169
友人	36	16.1%	36
夫婦・パートナー	18	8.0%	18
親	0	0.0%	0
子ども	2	0.9%	2
回答しない	0	0.0%	0
その他	3	1.3%	3

※その他の内容

妹、ひとりで会場にきましたが患者会仲間と合流しました、同僚

Q10. 日本対がん協会について あてはまるものをお選びください。（＊複数選択可）

回答数 %

今回初めて知った	72	32.1%	72
以前から知っている	102	45.5%	102
以前から知っていたが、イベント参加は初めて	54	24.1%	54
がん相談ホットライン（無料電話相談）を利用したことがある	6	2.7%	6
リレー・フォー・ライフに参加したことがある	38	17.0%	38
ピンクリボンフェスティバルに参加したことがある	16	7.1%	16
メールマガジンを登録している	23	10.3%	23
寄付をしたことがある	17	7.6%	17
その他	6	2.7%	6

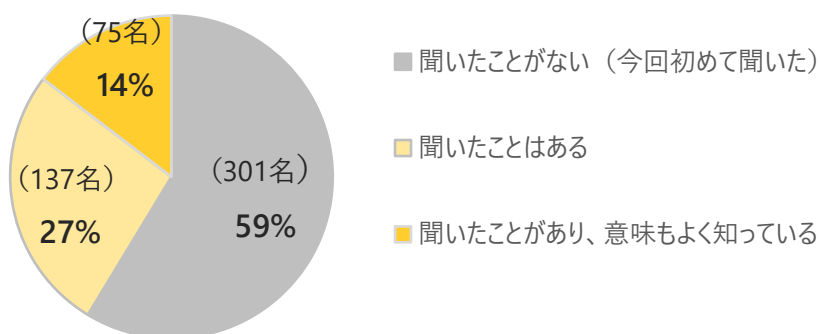
【事前アンケート結果】

本イベントでは、事前に参加者の皆さまの意識を把握し、講演内容に反映することを目的として、参加申し込み時に簡単なアンケートを実施しました。質問は3問で、回答は任意です。痛みやこころのケアに関する認知、精神腫瘍科・精神科への相談に対する心理的ハードル、がんや療養に関する悩みを相談できる人や場所の有無について伺いました。

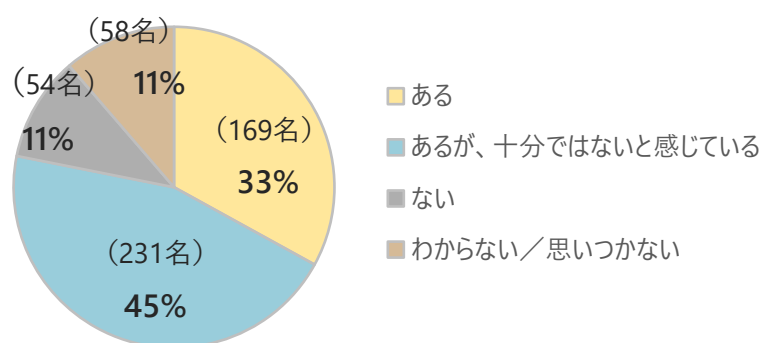
【アンケート概要】

- 回収期間：2026/4/9（木）～2026/6/1（月） 54日間
- 回収方法：WEB
- 対象者：申込者 514名

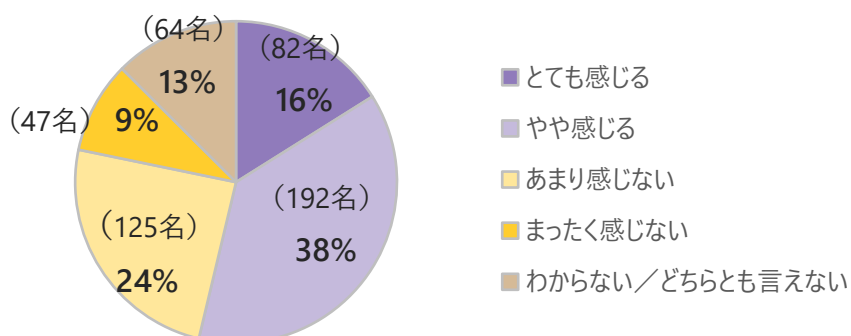
■トータルペイン（全人的苦痛）という言葉を知っていますか？ （n=513）



■あなたは、がんや療養に関する悩みを相談できる人や場所がありますか？ （n=512）



■あなたのイメージとして、がんに関する不安を精神腫瘍科や精神科に相談することに、心理的なハードルを感じますか？ （n=510）



以上