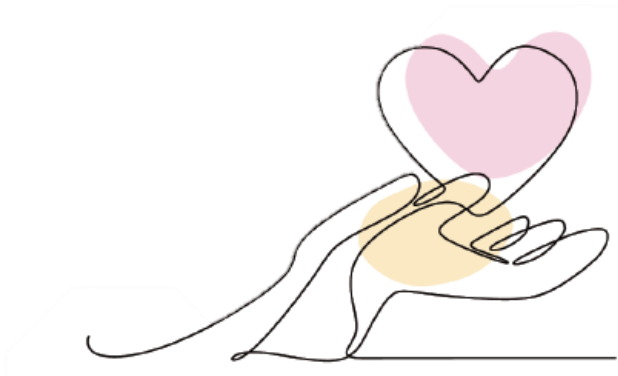


JAPAN CANCER SURVIVORS DAY 2026

開催報告書

がんとともに生きる
— 一处处とからだの痛みを考ふる —



【主催】 公益財団法人日本対がん協会

【後援】 厚生労働省 国立がん研究センター 東京都 中央区

一般社団法人日本がんサポーターズケア学会

一般社団法人日本サイコオンコロジー学会

特定非営利活動法人日本緩和医療学会

ごあいさつ

公益財団法人日本対がん協会は、がん患者さん・ご家族が必要な支援につながる情報をお届けするイベント「**JAPAN CANCER SURVIVORS DAY 2026**」を、2026年6月7日（日）国立がん研究センター 築地キャンパス 研究棟（東京都中央区）を会場に開催いたしました。

9回目の開催となる今回は、「こころとからだの痛み」をテーマに掲げました。

会場には、患者さんやご家族をはじめとした335名が訪れ、心と身体、社会的な孤立や不安、そしてスピリチュアルな側面まで、がんとともに生きる一人ひとりが抱えるさまざまな「痛み」とそのケアについての理解を深め、自分も誰かも大切にするケアについて、共に考える機会となりました。

本イベントは、多くの皆さまからお寄せいただいたご寄付と、がん患者会・支援団体、医療機関、企業、ボランティアをはじめとする関係者の皆さまのご協力により開催することができました。ご支援、ご協力、そしてご来場いただいたすべての皆さまに心より御礼申し上げます。ここに開催のご報告を申し上げます。

2026年8月吉日

公益財団法人日本対がん協会
がんサバイバー・クラブ

JAPAN CANCER SURVIVORS DAY とは？

日本対がん協会の患者支援事業のひとつ「がんサバイバー・クラブ」では、がんになっても希望とともに生きることのできる社会の実現を目指して、さまざまな活動を行っています。

2018年からは毎年6月の第1日曜日に、がん患者さんやご家族のために、がん治療や療養生活に関する情報をお届けするイベント「**JAPAN CANCER SURVIVORS DAY（ジャパン キャンサー サバイバーズ デイ）**」を開催しています。講演プログラムやブース出展、企画展示などを通して、がんとともに生きる日々を支える情報に触れ、多様な立場の方との交流から、気づきや安心を持ち帰っていただける機会となることを目指しています。

近年は、がんを経験する方がご家族やパートナー、ご友人など大切な方と来場されるほか、医療・介護や職場などで支える立場の方の参加も見受けられるようになり、支え合いの輪が広がる様子を感じられる場所となっています。



過去の開催レポートはこちらより

<https://www.jcancer.jp/gscclub/jcsd>



開催概要

テーマ	がんとともに生きる -こころとからだの「痛み」を考える-
開催日時	2026 年 6 月 7 日（日）10:30～15:30（開場 10:00／閉場 16:00）
開催形式	現地開催（後日 YouTube で配信）
会場	国立がん研究センター 築地キャンパス 研究棟 1 階 東京都中央区築地 5-1-1
参加費	無料
講演プログラム数	4
参加者数	335 名（事前申込有 298 名／当日受付 37 名）、参加率 58%（事前申込 514 名）
ブース出展数	16 団体・企業（ブーススタッフ数 84 名）
資料スペース	33 団体・企業
ボランティア	13 名
アンケート回答	224 名 / 回答率 66.9%
イベントページ	https://www.jcancer.jp/gclub/jcsd2026
開催レポート	当日ご参加いただけなかった方や、講演内容を改めて振り返りたい方のために、当日の写真やアンケート結果を交えながらイベントの様子をまとめたイベントレポートと、各講演のアーカイブ動画をご用意しました。 ▼レポートページ https://www.jcancer.jp/gclub/jcsd2026/report ▼アーカイブ（YouTube 再生リスト） https://www.youtube.com/playlist?list=PLsCOKJBkboMduYqW5FsROXleLyXeShCum
後援	厚生労働省 国立がん研究センター 東京都 中央区 一般社団法人日本がんサポーターブケア学会 一般社団法人日本サイコオンコロジー学会 特定非営利活動法人日本緩和医療学会



講演プログラム

がんに伴う「痛み」は、身体だけでなく、不安や孤立、仕事や家族への心配など、さまざまな苦しさが重なり合う「全人的苦痛（トータルペイン）」として捉えられることが紹介されました。つらさを一人で抱え込まず、言葉にして周囲へ伝えることの大切さや、支援につながるための考え方について、参加者とともに理解を深める時間となりました。

基調講演

**がん患者さん・ご家族のこころとからだの「痛み」
～がまんしないために知ってほしいこと～**

佐伯吉規氏（がん研究会有明病院 腫瘍精神科 医長）

さまざまな痛みが複雑に関係しあうトータルペインの考え方を、具体的な事例を交えてわかりやすく紹介。「痛みやつらさの相談先として、精神腫瘍科や緩和ケアもあることを頭の片隅においてほしい」とのメッセージがあり、受診のタイミングについても話されました。



トークセッション

ひとり暮らしのがん治療を考える

共催：NPO 法人がんノート

「ひとり暮らしでのがん治療」をテーマに、3名のがん経験者に登壇いただきました。専門家の視点も交えながら、治療や生活で感じる不安や工夫を共有し、社会とのつながりを考えました。登壇者からは、『ひとり暮らし』と『ひとりぼっち』は別物。自分を孤立させないで」というメッセージがありました。



リフレッシュ

椅子に座ったままできるストレッチ

協力：一般社団法人 BCY Institute Japan

講演の合間、長い時間同じ姿勢でいたからだをほぐす、椅子に座ったままできるストレッチを行いました。ヨガならではの呼吸も取り入れたどなたにもやさしいストレッチで、午後のひととき、リフレッシュタイムとなりました。



総括講演

**“いのち”と“スピリチュアリティ”と“わたし”
～全人的ケアを再考する～**

儀賀理曉氏（埼玉医科大学総合医療センター 緩和医療科・呼吸器外科 教授）

がんという病気が出てきた時に、病気や治療のことが人生の大部分を占めて主役になりがちだが、「私という物語」の中における病の意味・意義を考える必要があると話し、病気が治ることと同じくらい人生に対するケアに目を向けることの重要性を強調されました。弾き語りのギター演奏も披露され、一緒に口ずさみ涙する参加者も見受けられました。



参加者の声

（一部紹介・原文のまま）

講演内容が現在の私の状況に希望を与えてくれた。

佐伯先生のお話から、全人的苦痛について学びました。抱え込まずに生活する事の大切さを痛感しました。

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。押さえていたものが少し出せたのかなと思いました。

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。

ずっと自分が普段かなり頑張っていた（「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ました。

ブース出展／資料スペース

患者会、支援団体、医療機関、企業などによる全 16 ブースの出展にご協力いただきました。また、33 の協力団体等より資料をご提供いただき、自由にお持ち帰りいただける「資料スペース」も設置しました。各ブースや資料コーナーでの相談や情報収集、交流を通じて、「ひとりではない」と感じられるつながりが生まれる場となりました。

国立がん研究センター
一般社団法人食道がんサバイバーズシェアリングス
一般社団法人日本希少がん患者会ネットワーク
NPO 法人 Hope Tree
NPO 法人がんと暮らしを考える会
一般社団法人がんサポーターズ
一般社団法人仕事と治療の両立支援ネットーブリッジ
港区立がん在宅緩和ケア支援センター ういケアみなと
NPO 法人日本がんサバイバーシップネットワーク
認定 NPO 法人がんサポートコミュニティ
認定 NPO 法人マギーズ東京
一般社団法人 BCY Institute Japan
ピアリング/ピアリング・ブルー
資生堂ジャパン株式会社
株式会社アデランス
株式会社ポーラ

(※順不同・敬称略)



リンパ浮腫ネットワークジャパン(リンネット)
一般社団法人患者家計サポート協会
ガーゼ帽子を縫う会
一般社団法人アピアランス・サポート東京
島崎株式会社
特定非営利活動法人がんサポーターズ
ネスレ日本株式会社
頭頸部がん患者と家族の会 Nicotto
公益財団法人がん研究振興財団
Club CaNoW (エムスリー株式会社)
がん患者のための「もしもに備えるノート」制作プロジェクト
若年性がん患者団体 STAND UP!!
猫舌堂 (株式会社 michiteku)
NPO 法人腺友倶楽部
認定 NPO 法人あいおぶらす
株式会社明治
一般社団法人在宅がん療養財団



NPO 法人 GISTERS
一般社団法人 CSR プロジェクト
がんを経験した女性のコミュニティ Colorful Ribbons
胸腺腫・胸腺がん患者会ふたつば
一般社団法人がんサポーターズ
株式会社アートネイチャー
がん情報サイト「オンコロ」
市ヶ谷だいじょうぶ! カフェ
肉腫 (サルコーマ) の会たんぼぼ
特定非営利活動法人日本キャリア開発協会
公益社団法人日本オストミー協会
若年性乳がんサポートコミュニティ Pink Ring
みんなで知ろうがんのこと栃木
東北グリーフサポート
がん哲学外来市民学会 愛知大会 2026
認定 NPO 法人がんとむきあう会

(※順不同・敬称略)

企画展示

「痛みとそのケア」をテーマとした各種展示を通じて、がんとともに生きる人々の姿や多様な支援のかたちを紹介しました。がん患者さんだけでなく、同伴のご家族や一般来場者にも気軽に感じて感じられる内容としました。多くの参加者が足を止め、それぞれの展示にじっくりと見入る様子が見られました。

写真展「小さなつながり、大きなチカラ ～心が通じ合えたもの～」

協力：がんフォト＊がんストーリー



「患者さんご家族のためのガイドライン」 閲覧コーナー

協力：金原出版株式会社



「痛みとそのケア」に関するパネル展示

協力：国立がん研究センター中央病院がん相談支援センター



日本対がん協会 患者支援事業のパネル展示



リレー・フォー・ライフ 20年間の歩み

がん相談ホットラインに 届く声



ブースを訪問者の声

(一部紹介・原文のまま)

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。

多くの方とのつながりを持つことができました。

参加できる場所を複数見つけられた

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

ブース出展者の声

(一部紹介・原文のまま)

「今日はこのブースを目的に来ました」とお声をかけていただく場面もあり、大変励みになりました。

あのときは救われました、と教えてくださる患者さんが複数名おられて地道に活動継続してきて良かった、と感動しました。

出展者と参加者、そして支援者がつながるこのような場は、とても意義深いものだと感じております。

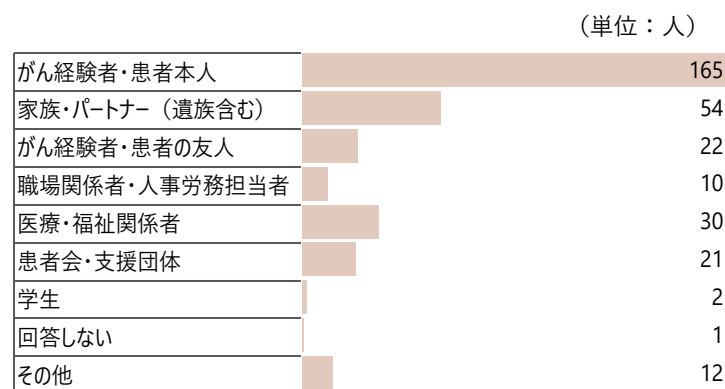


アンケート結果

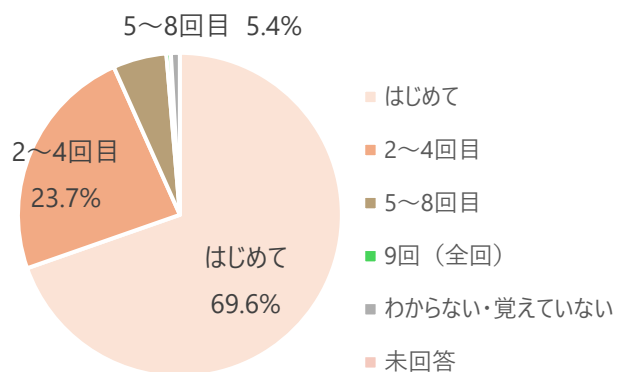
参加者 335 名のうち、224 名の方よりご回答いただきました。（回答率 66.9%）

一部抜粋してご紹介します。

■ 立場 （* 複数回答）

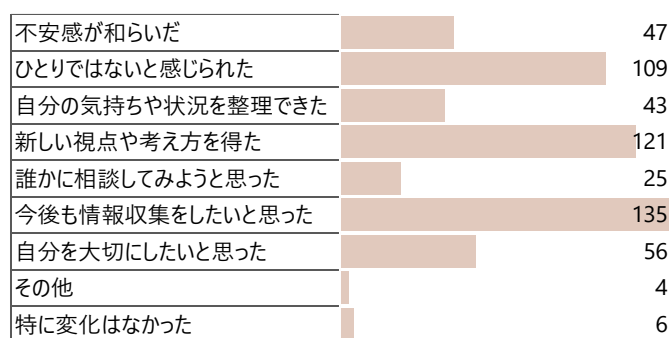


■ 参加は何回目ですか？

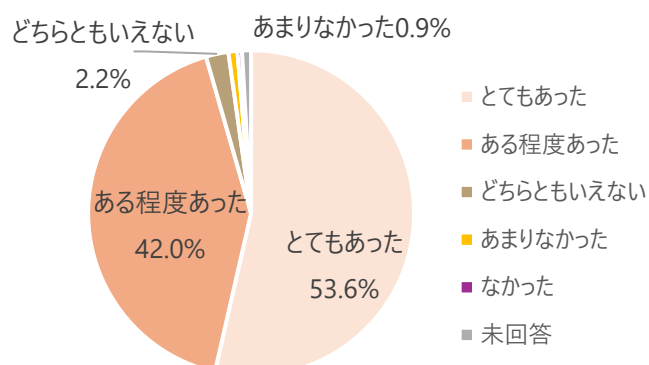


■ 参加を通じて、次のような気持ちの変化はありましたか？

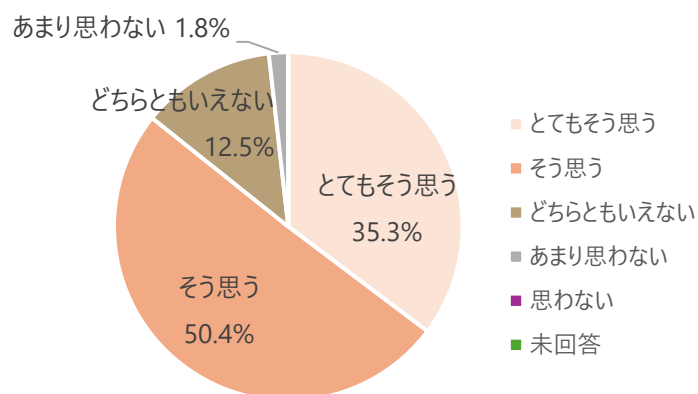
（* 複数回答）（単位：人）



■ 参考となる情報や気づきはありましたか？



■ 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？



初めて本イベントに参加された方の声

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みようと思いました。

（一部紹介・原文のまま）

参加者の声

仲間に出会えました。

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。

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。

(一部紹介・原文のまま)

つらいと思っていいのだと自分を許せる気持ちになりました。

1人ではない、をさまざまなシーンで感じ取れた

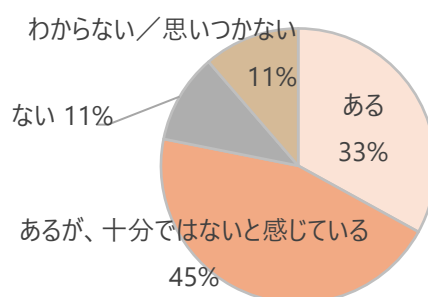
アンケート結果・事前アンケート結果は、[こちら](#)よりご覧いただけます。



事前アンケート結果 (一部紹介)

参加申込時に任意で簡単なアンケートを実施しました。「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？」という質問に対して、「あるが十分ではないと感じている」との回答が45%と最も多い結果となりました。(N=512)

■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？



ニーズと今後の展望

アンケートでは、「新しい知識や視点を得た」「今後も情報収集をしたいと思った」「ひとりではないと感じられた」との回答が多く寄せられました。本イベントへの参加を通じて、痛みとそのケアに関する理解の推進、前向きな意識の変化につながった可能性がうかがえました。一方で、「身近に頼れる人がいない場合の経験談を知りたい」「腫瘍精神科がない地域ではどうしたらよいか」「ブース出展をさらに充実させてほしい」といった質問・要望も寄せられ、それぞれの事情に応じた支援を求めるニーズも明らかになりました。また、任意アンケートで「悩みを相談できる人や場所」について、「あるが十分ではないと感じている」と回答した方が45%と最も多かったことから、困りごとや不安を抱えながら生活する方が少なくない現状がうかがえ、本イベントを継続して開催することの重要性も改めて感じられました。

今後も、当事者やご家族の声、社会のニーズに耳を傾けながら必要とされるテーマを見極め、民間・行政・医療など多様な連携を通じて、必要とする方が適切な情報や支援につながる機会を広げてまいります。誰もが「ひとりではない」と感じられ、がんになっても希望を持って暮らせる社会の実現を目指してまいります。



公益財団法人

日本対がん協会

Japan Cancer Society