

がん化学療法科 ニュースレター

## ほほえみ 第6号



## ニュースレターのタイトル決定！！

がん化学療法科ニュースレターは、2010年12月から発行して第6号となります。途中、東日本大震災もあり、タイトルは決まらないまま仮称で発行してきましたが、「ほほえみ」としようと思います。

人の表情研究の第一人者であるポール・エクマン博士によれば、人の表情は感情とリンクするため、たとえ、作った表情であったとしても、自然に幸福感が得られるものなのです。試しに微笑んでみて下さい。少し幸せな気持ちになれると言われていました。また、幸せな気持ちを含めた様々な感情も、理性的な認識のスピードを超えて伝わると言われています。化学療法を受けている方も、それに関わるスタッフも、少しずつでも「ほほえみ」を増やしていければという願いを込めて、ニュースレターを送り出しています。

日常の中で、ふと気づいた楽しい事柄や、家族との団欒、旅行に出かけられたお話など、ジャンルは問いませんので、皆様の御寄稿をお待ちしています。

## 微表情について

ポール・エクマン博士が出てきたので、補足で微表情についてお話しします。そもそも、エクマン博士は何を研究していたかというと、人類にとって表情は人種や生活習慣に依存するのか、それとも、生まれつき固有のものなのかという課題を解決するためでした。普通は住む社会によって、肯定の意味のジェスチャーなどは決まっておき、習得するものと考えられています。しかし、表情はどうでしょうか。当初は博士自身も、表情も親の表情を真似たりして、習得されるのではないかと考えていたようです。



しかし、結論から言うと、表情は全ての人類に共通した、先天的なものなのです。このことを証明するために、彼はパプア・ニューギニアの未開の部族の表情を研究しました。そして、未開の部族でも表情の作り方の基本が、その他の人類の表情の作り方と同じ、すなわち表情が普遍的であることを証明しました。彼の書いた本は翻訳されていて、「顔は口ほどに嘘をつく」という変わった邦題が付けられています。一見、推理小説の題名のように見えますが、本を開いてみると、表情を研究した本であることがわかります。また、最近、アメリカのテレビ・ドラマにもなっていて、「Lie to Me 嘘の瞬間」というタイトルで、本邦でもDVDが出たり、深夜に放送されたりしているようです。

さて、例題ですが右の二つの笑顔は、どちらが本心からの笑顔でしょうか。写真を撮るとき、「はい、チーズ、カシャ。」とかしますよね。誰でも笑顔を作ったことはあると思います。この時、どんな風に表情を作りますか？解説はいろいろ書いてあったのですが、最も簡単に見分ける方法をお教えます。これは、私がエクマン博士の著書の内容から推測したので、科学的ではないかもしれませんが。AとBの写真の表情を実際に真似てみてください。写真のポーズのときに使う表情はニセモノの笑顔です（そうでない方が本物！）。

日常生活で微表情の判別を習得する必要性は、さほど無いような気がしますが、実社会では嘘を見破るのには有効なようで、米国では捜査官や入国審査官が、実際に微表情を判別するトレーニングを行っているそうです。このことを知ったとき米国という国の科学研究の懐の深さを強く感じましたが、皆様いかがお感じでしょうか。

## 東日本大震災の被災者の方へ 支援物資が届いています

先日、J-CANの担当の方から、東北大学医学研究科の石岡千加史教授を介して、岩手県の東日本大震災で被災されたがん患者さんに、支援物資を送りたいという趣旨の申し出をいただきました。J-CANとはJapan Cancer Action Network の略称で、複数の患者会が集まって結成された組織だそうです。具体的には、J-CANの有志で結成された、One Worldプロジェクトという団体から、ご支援をいただいています。

4月18、19日に、計ダンボール9箱からなる、第一弾の支援物資が届きました。ウィッグやケア帽子、化粧品など様々な物資が送られてきており、今後、病院間の連携を通して、沿岸地域のがん患者さんの元にも、支援物資が届くように働きかけているところです。

支援物資のリストは、外来化学療法室、がん化学療法科外来、乳腺・内分泌外科外来などにありますので、お声をかけていただければと存じます。

J-CAN ホームページ <http://jcan.e-ryouiku.net/oneworld.html>



## チームオンコロジー・ワークショップ（院内開催）について

昨年11月に、第4回チームオンコロジー・ワークショップ（博多）に参加したことをお知らせ致しましたが、その後、院内でも2011年1月から4月まで、4回にわたってチームオンコロジー・ワークショップに準じたセミナーを開催しました。平日の夕方の開催で、集まりにくい時間ではあったのですが、各回とも活発な討論があり、無事終了することができました。4回とも皆勤した方が2名あり、6階西病棟の佐藤友香看護師、がん化学療法科の福田耕二医師には、当院の佐々木院長からの修了証が手渡されました。

チームオンコロジーは、トップダウンのものではなく、有志が集まって行うものですので、院内の各部署で色々な臨床上の問題点を提起しながら、活動が深まっていくことを祈っています。

## 燻製の楽しみ

アウトドアの一環なのですが、我が家では野外で料理を気軽に行えるように心がけています。自然に触れるという本来の意味合いと、災害時のサバイバル能力を高める目的です。その中で、燻製作りというのがあります。

基本は塩漬け→塩抜き→乾燥→燻煙なのですが、チーズの燻製などは、単に燻煙するだけなのですぐに出来ます。燻煙材はホームセンターで売っていますが、おがくずを固めた棒のようなもので、大型の線香のように、燃やすと大量の煙が出てくるという仕掛けです。チーズだと2時間ぐらい燻製すれば、ものすごく美味しいものが出来上がります（加藤）。



## MEMO 5月のがん化学療法科の予定

- 5月4日 外来化学療法を行います
- 5月5日 端午の節句
- 5月13日 柴田教授外来
- 5月27日 柴田教授外来

