

くつろぎサロン通信

2010年6月9日 第4号
発行 十和田市立中央病院内
がん患者と家族の会事務局

サロン2年目活動にむけて

視野を広め活動を広げたい

副会長 宮崎 義久

1年目は予想以上の活動が出来ました。

院長はじめ、看護師、薬剤師、心理士等からの協力のもと医療の知識が学べました。またお互いの体験交流から苦痛や悩みなどが共有でき参考になりましたし、ケア帽子作りの講習を受け作品の展示、販売を始めることが出来たり、医療情報センター内の図書コーナーの整備を手伝い今年の5月10日からはボランティアで本の貸し出しも行うようになりました。2年目の今年は前年の活動を継続しながらよその会との交流や活動の場を山野の散策や森林浴などで自然からの恵みを受け治癒力・免疫力をアップできるような内容に出来たらいいと考え予定を組みました。



フィトンチットってなあに？

森の中に入ると森独特の芳香がして空気が美味しく爽快な気分になる。

それは植物から発散される化学物質によるものです。

植物は自分を守るために細菌を殺す力を持っていて、その働きがフィトンチットです。これが大気中の最近を殺して森の空気をきれいにし森を大きな殺菌室にしてしまうのです。

最近これの入った入浴剤が出回っている～わが国では昔から端午の節句のショウブ湯や冬至のユズ湯などはこれである。

西洋でもアロマセラピーなどの香を利用した療法が盛んである。

平成22年 活動計画

4/14	リマンマ相談・試着会	4/28	H22年度総会
5/12	会員紹介 体験を語る	5/26	女性会員の日
6/9	上手な医療者との付き合い	6/30	語りの会
7/14	当地域での在宅医療	7/28	女性会員の日
8/11	「声と癒し」講演会報告	8/25	女性会員の日
9/9	抗がん剤について学ぶ	9/22	女性会員の日
10/	野外活動	10/27	病棟訪問
11/10	ハーモニカと朗読	11/	市健康まつり
12/8	クリスマス会	12/22	女性会員の日
1/12	医学講演会	1/26	女性会員の日
2/9	こころがあたたかくなる笑い	2/23	女性会員の日
3/	一年間の活動のまとめ	3/	

リマンマ相談会から

去る4月14日当院ではじめてのW社によるリマンマ下着相談・試着会が情報センターで行われました。当日は専門アドバイザー2人が東京から来院され対応してくれました。年々乳がん患者も増え術後にどの時期から、どのような下着をつけたらいいの一人で悩んでいる方も多いです。そんな地方の患者の声に答えるべく一人ひとりに30分くらいの時間をかけていただき計測、装着指導を丁寧にさせていただき、大変好評を得ました。「来年も是非また来て欲しい」との要望が相次ぎましたので企画を優先できればと考えています。

お知らせ

昨年の11月からがん相談員に高野真弓さん加わりました。多くの部署でがん患者や家族の方との係わりを持たれ、また緩和ケアチームにも所属され看護師経験31年のベテランです。どうぞよろしくお願いいたします。

病院患者図書室のご案内

入院中の疾病による不安やストレス、患者様ご家族の心労、外来の待合い時間などの解消に、本を借りて気分転換を図ってみてはいかがでしょうか？くつろげる雰囲気ですので、気軽にお立ち寄りください。



利用の仕方

- ・室内利用は自由です
 - ・医学書・専門書もあります
 - ・インターネットを利用し、医療情報を検索できます
- 貸出
- ・小説・一般図書・雑誌(一部は不可)一人5冊まで、期間は2週間です
- 返却
- ・受付の返本箱に入れて下さい

開室時間

平日 9:00 ~ 15:00

休室日

土日・祝日・年末年始

別館1階

医療情報センター

☎(内線) 3141

編集後記

今年のゴールデンウィークは最高の桜が見られましたね。4月の不順な天候や寒さでやきもきした人も多かったと思いますが一斉に咲いてくれました。さくらは自然界の力に逆らわず咲き頃を知っていて華やかさと力強さを人々に与えてくれるとの事、患者会のメンバーも魅了されました。

問い合わせ先 十和田市立中央病院 地域医療連携室 (0176-23-5869 新谷明子)