

H26年度くつろぎサロン総会にて、今年度の活動計画が承認されました。
今年度も様々な活動を通して、皆様との交流が深まりよりよいサロンとなることを期待します。

H26年度くつろぎサロン総会

H26年5月14日 平成26年度くつろぎサロン第6回総会を開催しました。
前年度の活動報告及び決算報告のあと、今年度の活動予定と予算が提案され承認されました。
また、今年度は役員改選も行われ、新会長に中野渡昭子さんが就任しました。

《今年度の活動予定》

《新役員の紹介》

月/日	内容
5/14 (水)	総会 H25活動決算報告、H26活動予定、役員改正等
5/23 (金)	おしゃべり&ヨガ
6/11 (水)	がん支え合い記念イベント 医学講演会 丹野院長「中央病院の理念と基本方針」
6/27 (金)	おしゃべり&ヨガ *ケア帽子作成
7/25 (金)	おしゃべり&ヨガ
8/2 (土)	野外活動 カワヨ牧場にてバーベキュー
8/22 (金)	ヨガ&リンパ浮腫勉強会 講師 セラピスト 新谷亨
9/10 (水)	会員交流会「最近の私の体調について」
9/ (未定)	街中交流会 ハピたのcafeにて“お医者さんと話そう”に合流
9/26 (金)	ヨガ&乳がん治療最新情報
10/8 (水)	メディカルメイクセミナー 講師 山崎多賀子
10/24 (金)	おしゃべり&ヨガ *ケア帽子作成
11/ (未定)	県主催患者フォーラム参加 ピアサポーター勉強会
11/28 (金)	おしゃべり&ヨガ
12/10 (水)	クリスマス会
12/26 (金)	ヨガ&手打ちそばづくり
1/14 (水)	「定岳和尚と語ろう」の会
1/23 (金)	おしゃべり&ヨガ
2/18 (水)	南部昔話
2/27 (金)	おしゃべり&ヨガ
3/11 (水)	活動のまとめ、反省会
3/27 (金)	おしゃべり&ヨガ

- 会長 中野渡 昭子
副会長 坂下 優
宮 真奈美
会計 田嶋 敏子
坂田 美代子
監査 中市 春美
小山田 頼子
事務局 立崎 房子
新谷 明子
平野 玲



新会長 中野渡昭子さんからのご挨拶

私は2006年春体調不良で医師の診察を受けました。1ヶ月後告げられた病名は悪性リンパ腫でした。血液のがんですが、私の場合は臓器の中に腫瘍ができたので手術できず、6ヶ月間入院して化学療法で治療しました。今は寛解状態で年に4回検診を受けております。

2007年秋に夫に胃がんが見つかりました。10月に手術を受けましたがスキルス性の末期で翌2008年10月に亡くなりました。自宅で看病し、最期を看取りました。つい昨日のこのように思い出すことができます。院長先生はじめ多くの方にお世話になりました。皆さんに心から感謝致しております。

会員の田嶋さんからこの患者会のことをお聞きし、入会しました。自分自身が患者であり、また夫をがんで失った家族の立場でもあります。

元気だった頃に比べると体力はぐんと落ちましたが、残された日々を最後まで自分らしく、前向きに生き抜きたいと思っております。

2014.7



がん支え合い記念イベント 医学講演

丹野院長による「十和田市立中央病院の理念と基本方針～その中での緩和ケアの位置づけ～」

2014年6月11日にはがん支え合い記念イベントとして、丹野院長に医学講演をお願いしました。

退職後、日課となっている新聞読書ですが、紙上に「短命青森」とか「返上しよう！短命県」という文字が目につき、医療や健康に関係する記事が数年前よりも目立って多くなってきたように思います。それだけ行政や医療などの各機関がこのことに尽力して取り組んでいるということでしょう。

十和田市の総合病院である十和田市立中央病院に今は亡き両親もそして私も、入院・通院の治療経験がありますが、十数年前と現在とに比較にならない程の印象の相違を感じておりました。

今回の例会では、現院長である丹野先生から「十和田市立中央病院の理念と基本方針」についてお話をきく機会に恵まれました。

理念は「『いのちをみまもり、いのちをささえ、いのちをつなぐ』医療の実践」。

基本方針の「生活する人間の視点に立った効率よい医療を行う（急性期医療の展開）」「がんや生活習慣病などの早期発見・予防に取り組む（健診・疾病予防の推進）」「思いやりや温かみのある医療を行う（緩和医療・在宅医療の展開）」「誰もが理解でき納得できる医療を行う（情報開示と合意に基づく医療の展開）」

「病院の理念に賛同する医療介護福祉の従業者を育てる（人材の育成）」については、お話を聞きながら、二年半前から当院での一つ一つの出会いや出来事が思い出され、その恩恵を受けてきたことを実感していました。また、「病院が提供する医療の質の向上を図り、常にその改善に努める」では「Q I」を導入し医師達の意識が高いことを知り、頼もしく、また有難く思いました。

今回、こんなに身近に感じられる空間で話を聞くことができ、改めて病院スタッフの皆様を支えられてきたことに感謝いたします。

最後に、心に残った言葉は、「健康教育を深めると自らの健康に積極的になる」でした。健康寿命と平均寿命の差を縮められるような生活を心掛けていきたいと思っております。



2014.6.27 会員 小山田 頼子

ゆるるんヨガでホッとしよう！

毎月第4金曜のひまわり部会での楽しみは、、、ヨガです！
ヨガインストラクター安斉先生のリードのもと、心地よいアロマの香りと音楽の中で、ゆったりとヨガを楽しんでいます。
心と体が柔らかくほぐれて、月1度のリラックスタイムです。

ヨガインストラクター 安斉香さん <プロフィール>

十和田市出身。自身の体調不良をきっかけにヨガの喜びを知り、2009年インストラクターに転身。首都圏のヨガスタジオで活動後、十和田市へ移住し、現在に至る。様々な場所や年齢層を対象にヨガの普及にあたる。東奥日報やATVへの出演も。



編集後記

5月の総会では役員改選がはかられました。設立後初めての改選で、中野渡昭子新会長中心に新たなメンバーの参入もありました。新たなエネルギーを充足しながら、予定されている計画が実施されると思います。

去年初めて院外活動として患者フォーラム（むつ・八戸）や、健康あおもり21ステップアップ県民大会等々への参加をして、他の患者会との交流もあり、当会の活動雰囲気もチェンジアップされてきている印象があります。今後も“他を知り己の存在意義”を深められるサロンとなるよう事務局としても頑張りたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

2014.7 新谷