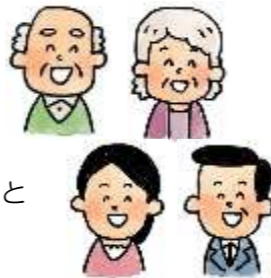


今月の合言葉：患者会はどんな薬より患者さんに効く薬

くつろぎサロンはがん患者と家族のための会です

くつろぎサロン通信

2015年 5月 13日 第13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



2015年4月22日に、H27年度くつろぎサロン総会が開かれました。今年度も親睦会や勉強会を通して、会員同士だけでなく地域の方々とも交流を図っていかれたらと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

《H27年度 くつろぎサロン活動予定》

サロン定例会 第2水曜日13:00-15:00		ひまわり部会 第4金曜日13:00-15:00	
月/日	内容	月/日	内容
4月 4/22 (水)	H27年度総会	4/24 (金)	おしゃべり&ヨガ
5月 5/13 (水)	近況報告・おしゃべり会	5/22 (金)	おしゃべり&ヨガ
6月 6/10 (水)	トータル美容ケア講習会	6/26 (金)	おしゃべり&ヨガ
7月 7/8 (水)	野外活動 鯉ヶ崎	7/24 (金)	おしゃべり&ヨガ
8月	(お休み)	8/28 (金)	おしゃべり&ヨガ
9月 9/9 (水)	ピアサポーター勉強会	9/25 (金)	おしゃべり&ヨガ
10月 10/14 (水)	リハビリorリンパ浮腫勉強会	10/23 (金)	おしゃべり&ヨガ
11月 11/11 (水)	手打ちそば体験教室	11/27 (金)	おしゃべり&ヨガ
12月 12/9 (水)	クリスマス会	12/25 (金)	おしゃべり&ヨガ
1月 1/13 (水)	お箏・詩吟鑑賞会	1/22 (金)	おしゃべり&ヨガ
2月 2/10 (水)	わの会	2/26 (金)	おしゃべり&ヨガ
3月 3/9 (水)	H27年度のまとめ	3/25 (金)	おしゃべり&ヨガ

※都合により日程や内容が変更となる場合もあります。  
※ケア帽子をつくる会も予定しています。(日時等はこれから)

～会長あいさつ～

「くつろぎサロン」はがん患者と家族のための会です。病院・居住地を問わずどなたでも入会できます。県内では会員数が最少のグループですが、存在価値は大きく活動内容も充実していると思います。  
私のがん治療を終えて退院した翌年に、夫のがんが見つかり、一年足らずで逝ってしまいました。自宅で最期を看取りました。  
どの患者も家族もそれぞれに苦しみ、悩みを体験しますが、この会の在り方が少しでもお役に立てればと思います。私自身支えられるところがとても大きく感謝しております。  
一人で悩んでおられる方が一歩でも前向きな気持ちになられますようお祈りいたします。

2015年4月  
会長 中野渡 昭子



くつろぎサロン活動紹介

★活動場所は院内だけでなく野外でも行っていますよ♪

《緑、濃かった お肉おいしかったBBQ》 2014年8月2日(土)

今年の野外活動は、8月2日(土)においらせ町カワヨグリーンロッジにてBBQで楽しみました。参加者は14人。今まで外でおもいっきり遊べなかった人や体調すぐれず参加できなかった人達も参加でき本当に良かったです。

真夏の強い日差しが少々気になりましたが、BBQそのものは屋根付きのところで大きな炭火コンロが2台で汗をかきながら焼く人、食べる人、飲む人それぞれ必死です。「こんなに汗をかいたの久しぶり!」とか「やっぱり外でみんなど食べるのいいネ!」などロケにしながらあつという間の時間をたくさんのお肉、お魚などやビール・ジュースをいただき満たされました。カワヨには〇〇十年ぶりに来たという人も何人かいましたが、緑の鮮やかさは目にも優しく印象的でした。パークゴルフを楽しんでいる人もいましたが開放的な雰囲気を味わうことや草花を摘んで幼いころを懐かしんだり、木陰にいれば快ち良い風が吹き汗がさあーと引きそれはそれは気持ちいいものでした。のんびりと楽しい時間はあつという間に過ぎましたが最後に味濃いミルクソフトクリームはみんなを笑顔にしてくれました。

文責：会員 新谷 明子



★十和田市立中央病院丹野院長による講演会を行いました。

テーマ「中央病院の理念と基本方針」 2014年6月11日(水)

十和田市立中央病院の理念である「いのちをまもり、いのちをささえ、いのちをつなぐ」医療の実践について、丹野院長よりお話しいただきました。急性期医療の展開から健診、緩和ケア病棟の再開、在宅医療、人材の育成など幅広い病院の役割や期待される医療について、また地域包括ケアシステムについてなど盛りだくさんの内容でした。講演後には質疑応答も行われ、直接院長とお話しできる貴重な時間となりました。  
文責：がん相談員 平野



メディカルメイクセミナー

山崎多賀子先生のきれい塾講演

3回目になりますが毎回先生の話に夢中。なにより日常生活のことを交え多くのアドバイスを頂くことができました。多くの方に支えてもらいながら前へ進む、いつも笑顔でいること!

メイクをし外へ、そしてスポーツ、ショッピングなど病気になる普通のことを出来なくなった自分を外側から見つめることがメイクによって気付くきっかけに 半分は先生の手で、残りのメイクは自分で とても難しくおかしく、...

2014年10月8日(水)



最後 笑顔で写真の中に入るのが不思議な瞬間でした。なかなか同じにできず一人で爆笑。メイクを通して先生の笑顔が見えたような気がします。また会える日を楽しみにお待ちしておりますね!  
文責：会員 坂田 美代子

前年度の活動を振り返って...



毎月ヨガで体をほぐしました。



県主催がん患者支え合いフォーラムに参加しました。 2014.11.22



《恒例のクリスマス会》お筆の演奏と詩吟の発表を楽しみました。 2014.12.10

この他にも様々な活動会を通して、知識を深めたい 会員同士の交流を深めました

院内セラピストによるリンパ浮腫勉強会 2014.8.22



手打ちそば体験。びっくりするくらいおいしい蕎麦をみんなにいただきました。 2014.12.26

編集後記

今回はがん相談支援センターがん相談員の役割についてお伝えしたいと思います。現在がん相談員は院内地域医療連携室内のがん相談支援センターにて、患者・家族等のがんに対する様々な疑問や悩みについての相談対応を行っております。相談内容に応じて他の専門職種へつなげる窓口的な役割も担っています。

相談対応のほかに患者会への支援として、くつろぎサロンの運営のサポートやサロン通信作成のお手伝いもしています。患者会に興味のある方は患者会又はがん相談支援センターへお気軽にご相談ください。  
文責：がん相談員 田中見幸

【お問い合わせ先】

十和田市立中央病院(地域医療連携室内)  
がん相談支援センター

TEL 0176-23-5121 内線2066