



2016年4月13日に、H28年度くつろぎサロン総会が開催され、下記のように役員改選、活動内容が決まりました。例年以上に勉強会や親睦会、情報交換等々計画されお互いが学び合え、前向きに療養生活を送っていただけるとおもっています。

《H28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3木曜日12:00~15:00	
	内容	その他	内容	
4月	4/8 総会		4/21 おしゃべり&ヨガ ※ケア帽子作りは適宜行う	
5月		①県患者団体等連絡会議 ②サロン通信発行	5/19	
6月	6/8 医学講演会（講師：院内医師）		6/16	
7月	6/12 バラ鑑賞会		7/21	
8月	お休み		8/18	
9月	9/14 だんご作り（坂下工房）		9/15	
10月	10/12 手打ちそば（坂下工房）	県患者団体等連絡会議	10/20	
11月	①11/6病院まつり お箏演奏会 ②県フォーラム参加予定		11/17	
12月	12/14 クリスマス会（ハーモニカ演奏）		12/15	
1月	1/11 詩吟&箏演奏会		1/19	
2月	2/8 健康ゼミナール		2/16	
3月	3/8 H28年度のまとめ		3/16	

～会長あいさつ～

わが青森県は短命県として有名になってしまいました。私の夫は70年と2ヶ月足らずで逝きましたから、平均寿命には遠く及びません。私自身も今は寛解状態ですが、女性の平均年齢まではとても長く感じられます。

がんは死亡原因のトップですが、その正体の研究と治療方法は日に日に進歩しており、早期発見できれば存命期間もかなり長く期待できると、医療関係者の講演などで聞いております。発見は早ければ早いほどよいのです。

がん検診の機会が提供されています。特に働き盛りの40、50、60歳代の方々に受診を強くお勧めします。自分自身と家族や大切な方たちのためにもぜひ一度思い切って受診の機会を作って下さい。異常がなければ安心です。そしてその後定期的に受診されることを心から願うものです。

2016年6月
会長 中野渡 昭子



《役員》

会長 中野渡 昭子
 副会長 田嶋 敏子・坂下 優
 会計 谷村 和子・坂田 美代子
 監査 中市 春美・小山田 頼子
 事務局 新谷 明子・宮 真奈美

十和田地区での在宅診療の現状

十和田市立中央病院院長 丹野 弘晃先生

6月8日定例会において丹野院長を囲い「十和田地区での在宅診療・緩和ケアの現状」についてお話を伺うことができました。

座談会形式で医療現場のトップにいらしゃる院長と膝を交えてのフリートークは、穏やかな雰囲気の中でも実直な現状を教えてくださいました。また参加者も不安に思っていることを率直に聞くこともできました。



質問内容は ①独居患者あるいは高齢者家族のみで療養している場合の在宅診療または入院希望時の対応の実情はどうなっているのか？
 ②専門科での治療を受けているが総合診療科との併診を希望した時の対応は？
 ③十和田地区内での開業医の緩和医療対応が増えない原因は？ 等々

日々気になっていることを真摯に質問し、現状を踏まえての回答をいただきました。参加者は市民として安心できる医療環境であることを再認識でき、有意義な話し合いです。

～バラ鑑賞会～

6月12日
メンバーN氏宅の
バラ園へ
行ってきました。



「第10回青森県がん患者団体等連絡会議」 に出席して(5/27青森市)

議題は下記の2つです。

- ① ピアサポーター養成講座受講の案内
- ② がん患者・家族のための相談支援セミナー開催(案)について

①については「乳がん体験者コーディネーター養成講座」と「がん体験者スピーカー養成講座」があり、応募者を審査の上、若干名に県が費用を負担して受講できるものです。
 ②については、アンケートの集計結果からテーマは「がんに関すること(病氣中)」に決定し、2講演が行われます。(講師は八戸学院短大の小渡章好氏と県内の緩和ケア関係の医師) 11月の休日で、当日は連携企業の展示ブースとがんリハビリ体操も予定されています。

情報交換では各地区の今後の取り組みが発表されました。

その他、県内の小、中、高校各3校でがん教育の実施が予定されています。
※1 / は会議資料をご覧ください。

(中野渡 昭子)

♡♡アモーレ♡♡

数十種の鮮やかで薫り高く見事なバラに魅了されながら、テラスでのランチ&コーヒー。楽しい癒しのひと時でした。感謝☆彡

仲間がふえました！！



☆一緒に活動しましょう☆

【Tさん】

病気を機にサロンを知り改めて病気の事や自分を見つめ直すきっかけになったら良いと思っています。現在体力アップの為ウォーキングや筋トレをしたり、奥入瀬溪流散策やお寺・神社に参拝して、いただく御朱印に心安らっています。(笑)

【Hさん】

はじめまして、昨年入会してから2年目です。仕事をしているので例会にあまり参加できませんが皆さん明るく過ごされている姿に、励まされております。難聴ですが、ゆっくりお話しできれば分かりますのでよろしくお願いします。

編集後記

4月13日総会が開催され活動方針が決まりました。翌日熊本大震災が発生、4月23日には官庁街の桜が満開になりました。時の流れはあっという間で、日々色々なことがあります。信じられないことに驚き、日常の小さな変化に喜んだり涙したり!! 早いもので当サロンも9年目の活動に動き出しましたが嬉しいことに今年も新会員も加わりました。さらにパワーアップできる予感もあります。会員みんなで進んでいけることを願います。

文責：事務局 新谷 明子

【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
平野 田中
Tel. 0176-23-5121 内線2066