

# くつろぎサロン通信

2013年8月30日 第10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

## 5月8日総会でH25年度活動計画が決まりました。

4/10	役員会		
5/8	総会	11/13	ケア帽子作成②
5/22	ケア帽子作成①	11/15	ひまわり部会
6/11	アロマセラピー	12/1	患者フォーラム(八戸)参加
6/21	ひまわり部会	12/11	クリスマス会
6/26	医学講演会「私達の知りたい在宅診療」	12/20	ひまわり部会
7/6	野外活動	1/15	患者フォーラム反省会
7/19	ひまわり部会	1/17	ひまわり部会(未定)
7/24	ピアサポーター勉強会①DVD鑑賞	1/29	懇談&お茶会
8/16	ひまわり部会	2/12	ケア帽子作成② 役員会
8/28	漢方薬のお話 役員会 ツムラK・K	2/21	ひまわり部会(未定)
		2/26	緩和ケア勉強会 [八重樫Nrs]
9/4	健康あおもり県民大会	3/12	H25年度活動のまとめ
9/11	メディカルメイクセミナー		患者団体連絡協議会報告
9/20	ひまわり部会	3/21	祝祭日
9/25	ピアサポーター勉強会②実践		
10/9	絵本の読み語り：蘆野潤子氏		赤字：ひまわり部会活動日
10/18	ひまわり部会		青字：今年度新規内容
10/23	お琴と二胡演奏会		
*くつろぎサロン通信 第10号		8月発行予定	
*くつろぎサロン通信 第11号		1~2月発行予定	



### 今年度の活動について

- ・ 総会時に会員の減少傾向が懸念され、「ひまわりの集い」との合流が必要ではないかと提案され打診することになりました。「ひまわり」は2年前から乳がんだけの患者会として活動をしていましたがお互いに理解し合うことで内容拡大が図れることを目的に「部会」で合流されることとなりました。 現在会員数 25名
- ♡ ひまわり部会は毎月第3金曜日 13:00~15:00  
[内容は下記の2部構成で、サロンへの相互参加OK]  
13:00~14:00 フリートークいつでも気楽におしゃべり  
14:00~15:00 リラックスヨガ [インストラクター：安齊 香先生]
- ・ 青森県主催のステップアップ県民大会(9/4)や県南地域での患者フ

ォーラム in 八戸(12/1)が初めて開催される予定でありくつろぎサロンとして会の紹介や活動内容の発表などが依頼されています。



## がん支えあいの日イベント 医学講演会 6月26日 13:30~15:00 「わたしたちが知りたい在宅診療について」がん総合診療科 吉村 純彦先生

本講演会は、自分たちが暮らしている十和田地域で行なわれている在宅診療の実態と課題を知ることが目的で開催されました。そして今後どのように生活しなければならないのかを理解することも出来ました。大変わかりやすい内容でありましたし、さらに厳しい高齢化社会に立ち向かうわたしたちが、地域内で受けられる社会福祉サービスや、在宅診療の必要性など具体的なことを聞いたことで、身が引き締まる思いもありました。幸いなことにこの地域だからこそ他市町村と比較してハイレベルな在宅診療体制や福祉関係との連携が充実していることも学べました。”こんなすばらしい講演会を患者会員だけでなくもっとたくさんの人々にも聞いて欲しかった”と感想を述べられ方もいましたが、会としてはこれからも市民目線で知りえたことを声に出し、さらに伝え合わなければならないと確認しあいました。



## 野外活動は《奥入瀬渓流散策と森のホテルでのランチ》7月6日(土)



2年ぶりの野外活動はマイクロバスに揺られて十和田湖に向かいました。小雨が降る中、バスの中は修学旅行気分で大賑わい。焼山の“ヒマワリ畑”はまだ花が咲いていませんでしたが皆は色鮮やかな一面の黄色をイメージし、石ヶ戸に向かいました。

雲井の滝まで歩きに自信のあるメンバーは散策

も軽やかで、心地よい汗をかいた後のランチは good! 「たまにはこんな昼食もいいよね」とおいしくいただきましたし温泉も ♪good! ラウンジでの琥珀色の時間も最高でした!



### ☆編集後記☆

くつろぎサロン事務局 新谷明子 2013.8.30

H25年度がスタートし早くも5ヶ月がたとうとしています。患者会活動として昨年より院外への関わり；市や県の患者団体連絡協議会などへ増えてきました。患者会の役割が変化していることへの気づきもあり内容として従来の情報交換や研修会、懇親などの活動から転換期へ来ていることも実感しています。そんな中、会員数が停滞、同じく院内で集いをしているひまわりの会の方々に声をかけ協力し合いながら、活動を向上させることで一致し合流が図れました。大変喜ばしく、心強く感じました。一同に会すると患者として話せる場所、時間は必要だと口にしつづけます。求めている思いは同じでさらに力を出し合い、いい会に発展できることを願います