



# からだ館通信 57号

2019年11月20日発行

バックナンバーは <http://karadakan.jp> でお読みいただけます。

慶應義塾大学 先端生命科学研究所  
からだ館

〒997-0035 山形県鶴岡市馬場町14-1  
鶴岡タウンキャンパス 致道ライブラリー内  
TEL 0235-29-0806  
FAX 0235-29-0807

## 参加者募集中



昨年度の養成講座の様子

\*グループワーク

「ピアサポーターにとって大切なこと・セルフケアについて」  
柏倉貢氏 鶴岡市立荘内病院 公認心理師

本間真臣氏 日本海総合病院 医療福祉相談室

社会福祉士 認定がん専門相談員

\*講演 「相談対応をしていくうえで心掛けていること」

◎ 内容

◎ 会場 鶴岡市立荘内病院3階講堂 鶴岡市泉町4番20号

◎ 日時 12月7日(土) 午前10時〜午後3時30分

第1回「ピアサポーター」について知る

一緒に学びませんか？あなたの経験と想いが、誰かの支えになります。

からだ館での講座は全7回で開催を予定しています。  
第1回、第2回(2020年2月予定)は基礎編として  
コミュニケーションの方法、第3回(2020年4月予定)  
以降は、5大がん、治療といった詳しい医学的知識  
を盛り込んだプログラムです。継続受講で学びを深めて  
いきましょう。

がんになっても孤立せず安心して生活していけるよう  
なピアサポートの取り組みが、今全国的に求められ、広  
まっています。そのためピアサポーター養成講座が各地  
で開催されています。

がんピアサポーター養成講座  
「がんを支える仲間になる」  
2019

からだ館健康大学

- ◎ 対象 がん経験者、ご家族、がん経験者を支援する立場にある方(医療者、相談員)
- ◎ 定員 20名
- ◎ 参加費 無料ですが、申し込みが必要です。
- ◎ 持ち物 筆記用具 昼食 飲み物
- お申込み・お問い合わせ からだ館
- 電話番号 0235-29-0806
- 締め切り 11月26日

《ピアサポート》同じような経験を持つ  
仲間(ピア)同士が悩みを共有しながら  
支え合う(サポート)こと。



## 鈴木聡先生(鶴岡市立荘内病院医院長) インタビュー 続編

前号に掲載しきれなかったのですが、インタビューの伊藤富博さんが一番心打たれた鈴木医院長のお話です。

(伊藤)なぜ、医学の道を志されたのですか？

(鈴木)なかなか難しい質問ですね(笑)

通常ですと親族に病の方がいて医学の道を志した、というのが一般的なのかな(笑) でも私はそうではなかったし周りに患者の家族はいなかった。私が考えるに医師はいろんな能力が必要だと思うのです。学問的には理科系科目は必須。ただそれだけではいい医者になれない。文科系の哲学であったり心理学であったりさまざまな学問が必要だと思った訳です。私はすべての勉強を無駄にしたくなかったので医師を選びました。決して人道的に医師になる、と志したわけではなく人に理由を問われると胸を張って言えるものではないのですが(笑) でもやりがいのある職業だと思ったのですよ。



「上記の言葉に私は院長の信念を感じました。  
言い換えれば強い意志です。心を打たれました。」  
インタビュー後、伊藤富博さんの言葉です。

## 難病カフェin庄内

筋ジストロフィー患者の梅津真由美さんが  
主催者となって開催する【難病カフェin庄内】  
を応援しています。

お茶を飲みながら、病気のこと、普段の  
生活のこと、困っていることなど、気軽に  
お話しませんか？

病名は違っても、病気を抱えて生活している境遇は  
同じ、共通する話題も多いはずですよ。

みなでおしゃべりをしてほっとひと息つきませんか。



【日時】2019年12月14日(土) 10:30~12:00  
【会場】鶴岡タウンキャンパス 3F 共同研究室  
(からだ館の上の階になります)

【参加費】無料

【申込み・お問合せ】

メールの場合 ncshonai556@gmail.com

電話の場合 0235-29-0806 (からだ館)

電話は月~金の10:00~16:00

【申込締切】12月6日(金)

※予定変更となった場合、ご連絡をさしあげるため、  
必ずお申込みをお願いいたします。

途中参加  
退室OK!

ご家族やご友人、医療者、興味のある方も  
是非お気軽にお越しください。  
皆様のご参加、心よりお待ちしております。

## にこにこ倶楽部

毎月第1金曜日に開催している

がんを経験されて方、そのご家族のためのサロンです



数か月ぶりに参加された方と話が弾む様子が見られたり、個別にご自身の治療について相談される方、初めての参加の方のお話に聞き入る様子、様々な場面がみられました。

「にこにこ倶楽部」は、がん患者さんたちの出会いの場です。誰にもわかってもらえない気持ちも、ここでなら分かってもらえるかもしれません。

~~~~にこにこ倶楽部の開催~~~~

<開催日> 毎月第1金曜日10時~11時半

<会場> 鶴岡タウンキャンパス3階

<会費> 300円 申し込み・予約は不要

問い合わせ ☎0235-29-0806

今後の開催予定 12/6 1/17(第3金) 2/7

## 出前講座報告

10月6日

鶴岡市立荘内病院にて



「がん治療に携わる医師に対する緩和ケア研修会」が開催され、スタッフの宮越麻里が、からだ館の取り組みや自身のがん治療の体験談、医療者に望むことなどをお話しました。医師に向けて自分の経験を話すということで、とても緊張しましたが、貴重な時間をいただいたと思います。

このことが、がん治療に携わる医療関係者と治療を受けるがん患者さんの少しでも役立てればと思っています。

### からだ館スタッフ五十嵐真実さん ありがとうございました

2018年よりからだ館スタッフとして活躍していた真実さんが、長い闘病の末2019年8月22日にご逝去されました。

からだ館の「健幸かるた」では絵の得意な真実さんが中心となり絵札が作成され、すごく評判がよく、絵から癒されるという感想が多く寄せられました。

多少無理をしながら7月初旬までスタッフとして活動してくれていたのも、突然の旅立ちという感じになってしまいました。心よりご冥福をお祈りいたします。



真実さんの自画像です

## にこにこ倶楽部有志による 紅葉と滝めぐりの旅!!

10月20日秋晴れに恵まれ、旅の初めは出羽国一之宮鳥海大物忌神社(蔵岡口之宮)を参拝。日々の平安と健康を願い、旅の安全を祈り境内におかれ、国歌にも歌われる「さざれ石」を見学しました。

鳥海山麓には大小の滝があり、杉木立の中にある「一の滝」へ。山の冷氣と豊かな伏流水で喉を潤し、身体に沁みこませ、車窓から紅葉を眺めながら湯の台温泉鳥海山荘へ。美味しい昼食をいただき一休み！おみやげを買い求め、さらに高所に車を走らせ高原一番の見晴らしの良い高台に到着。遥か下に「鶴間池」を見ながら記念写真をパチリ。広大な鳥海高原の鮮やかな紅葉に感嘆の声を上げ、秋の自然を満喫堪能しました。山を下り「玉簾の滝」と「御瀧神社の滝」を見学。

森と滝から多くのマイナスイオンを浴びて好い気を養い、心地好い疲れを感じながら車に揺られて帰路に。

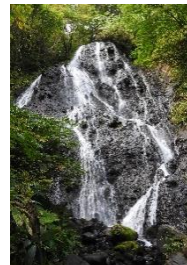
皆さん楽しい秋の一日を語らいながら家路に急ぎました。

(記：参加者S.Kさん)

他にも「前の日が雨だったので、滝が見ごたえあった！」

「自分だけでは行けない所に行けて楽しかった。」

などの感想が聞かれました。



## リレー闘病記 ~花咲かせびと~

からだ館通信では病を抱えながらも「今、この時」を生きる方の闘病記を掲載しています。

今回のシリーズ Mさんは40代から様々な病に悩まされます。胃潰瘍で3/4切除、卵巣腫瘍の手術、脳血栓症から、4年後には右脳動脈瘤、乳がんの手術も経験。さらには気管支拡張症となりつらい日々を送っていた。それでも生活が大変な孫夫婦の役に立ちたいとの思いから仙台に引っ越しを決意した。

### 《70代Mさんの場合 パート10》

仙台への転居は私の最後の決断と考えています。これから先そんなに長く生きられるわけではないでしょう。でも残りの与えられた時間を大切に生きたいんです。他人にはどのように見られようとも最後は自分の気持ちを貫いて死にたいの。

~新しい街で~

他人に心を開くことが苦手だった私は、にこにこ倶楽部で人との関わりを学びました。

今は新しい街での出会いを心待ちにしています。そう娘に話したところ、娘から「あまり難しく考えずその場だけのつきあいでもいいんじゃない」と言われました(笑)。

そうかな？と思いながらも今はワクワクした気持ちで新しい生活を楽しんでいこうと思っています。

(最終回)