

からだ館

今月の紙面

[1面]

- ・がん検診よもやま話 開催される!
- ・患者・家族の語らいの場
- ・新着本の紹介

[2面]

- ・からだにやさしいお料理
- ・からだ館出前講座
- ・細谷先生と体験しよう

第四号

発行所
慶應義塾大学先端生命科学研究所
「からだ館」がん情報ステーション

〒997-0035 山形県鶴岡市馬場町14-1
TEL. 0235-29-0806 FAX. 0235-29-0807
ホームページ <http://www.karadakan.jp>

第七回からだ館勉強会



和やかな雰囲気の会場

第二部「パネルディスカッション」がん検診

松田さんの思いが伝わりました。

見・早期治療による予防のみならず、原因そのものに働きかける予防対策のがん死亡率を何としても減少させたい」という松田さんの思いが伝わりました。

第一部では松田さんに「がん検診のすすめ」と題したご講演いただきました。

五月十六日(土)、庄内保健所長の松田徹さんをお迎えして、「がんが防げる!?!がん検診よもやま話」を、東北公益文科大学大学院ホールで開催しました。

「がんが防げる!?!がん検診よもやま話」
開催される!

第一部では松田さんに「がん検診のすすめ」と題したご講演いただきながら、パネリストに医学部の武林亨さんが加わり、予防の考え方や根拠からその実際までを学びました。庄内地方のがん発生や死亡のデータに基づいて、子宮がん・乳がん予防では若いうちからの検診受診が重要であることや、肺がんや肝臓がんでは禁煙や肝炎対策などの予防対策がより重要であることなどわかりやすく解説されました。

最後にメッセージとして、「自分のためにがん検診を。家族の幸せを願って検診を勧める。社会貢献としてやれる範囲で行動を」と締め括りました。

(阿部恒也)

からだ館 新着の本

がん 生きたい患者と救いたい医者

鎌田實・中川恵一著 三省堂



多くのがん患者に向き合ってきた二人の医師の知識や経験が描かれています。「がんを治し、人を癒す」一医師からのメッセージは前向きに生きる勇気を与えてくれます。

赤星たみこの がん安心講座

赤星たみこ著 エビデンス社



漫画家の赤星さんが闘病時代に検査や治療についてわからなかったことや疑問に思ったことを、医師の監修を得てまとめたものです。

患者・家族のための語らいの場

六月十三日(土)、庄内病院で患者・家族会『ほっと広場』が開催されました。この会は、悩みを持つ参加者同士が語り合い安らげる場の提供を目指しています。

当日は二十一名が参加し、ミニ講話のあと、グループに分かれ、日頃の悩みや情報交換など、参加者同士が思い思いに話をしていました。そしてからだ館でも、

「ほっと広場」
「ここに」倶楽部

地域に開かれた語らいの場『ここに倶楽部』がスタートします。

七月七日(火)、女性センターにおいて開催される初回は、がんの患者さんを対象に、手作りお菓子とお茶でリラククスしながら、おしゃべりを楽しんでもらうと企画しました。悩みや不安、思い切った話してみませんか! お問い合わせはからだ館まで。(小野博美)

旬のキャベツとレタスをまるごとたべちゃおう!!

第三回からだ館料理教室開催



キャベツのドライカレー

菜です」などの豆知識も披露され、和やかな雰囲気の中で教室は進んでいきました。

参加者にとっては、初めて作るメニューが多かったようですが、さつくり焼き上がったスコーンや、片栗粉を使って焼いたお焼き風のもちもちレタスにとても満足した様子でした。

「キャベツやレタスもいろいろな使い方があるね」「野菜たつぷりだからだにいいね」などの声が上ががり、楽しく、笑顔いっぱい料理教室になりました。

からだ館では、今後も地元の旬の食材を大切に、からだにやさしい料理教室を開催していきます。次回開催は八月の予定です。今回のレシピはからだ館にてお配りしています。(小野博美)

五月二十三日(土)、からだ館が主催する第三回料理教室がありました。今回は、二十五名が参加し、旬のキャベツとレタスを使った四品に挑戦しました。メニューは、キャベツのドライカレー、レタスのもちもち焼き、レタスのさつぱりサラダ、キャベツのスコーンです。

「すまいる」にて開催され、からだ館が「がんをもっと正しく知るためにからだ館をご利用ください」と題した出前講座を行いました。

実際にあった相談内容をご紹介しながら、「治療法を選択しろといわれら・・・」「お医者さんは丁寧に説明してくれたけど・・・」など、いざ自分や家族が患者になった場合に直面することの多い疑問を解決するのに参考となる書籍や資料の探し方・使い方について、実物を手にとっていただきました。

からだ館では、出前講座を随時行います。お気軽にお問合わせください。(阿部恒也)

からだ館出前講座

食改総会にて開催

六月一日(月)、鶴岡市食生活改善推進委員会の合同交流会が、朝日地域生涯学習施設「すまいる」にて開催され、

からだ館が「がんをもっと正しく知るためにからだ館をご利用ください」と題した出前講座を行いました。

実際にあった相談内容をご紹介しながら、「治療法を選択しろといわれら・・・」「お医者さんは丁寧に説明してくれたけど・・・」など、いざ自分や家族が患者になった場合に直面することの多い疑問を解決するのに参考となる書籍や資料の探し方・使い方について、実物を手にとっていただきました。

今後の出前講座

- 8月3日(月) よつばの里
 - 9月3日(木) 藤島公民館
 - 9月7日(月) 東栄公民館
- の予定です。

編集後記

ふと気がつくと、もう今年も半年を過ぎようとしています。時間の流れというのは、早いものですね。日によって汗をかく暑い日だったり、冷たい風が身にしみる寒い日だったり困っちゃいますね。

梅雨が過ぎれば本格的な夏がやってきます。日焼け対策や夏バテ防止など、より一層自分の体調管理をしっかり行わないといけませんね。あ一窓から見える夕日がまぶしい。(編集長 原 正幸)

「からだ館」通信に対するご意見・ご質問・ご感想は、以下まで。

☎0235-29-0806

karadakan@ttck.keio.ac.jp

～細谷亮太先生と体験しよう～ みんな 生きているってステキ! 集まれ~!!

みなさん、小児科医の細谷亮太先生をご存じですか? 山形県河北町出身である細谷先生は現在、東京築地にある聖路加国際病院の副院長、小児科医のリーダーとして活躍され、素敵な絵本の出版にもたくさん関わっているお医者様です。

この夏からだ館では、細谷先生と一緒に親子で「生きること」「しあわせなこと」について考える場を企画しました。ワクワクドキドキの時間を一緒にすごしましょう。

日時: 8月22日(土) 13:00~

場所: 東京第一ホテル鶴岡

参加: 50組 100名 (参加無料)

詳細は7月15日号の広報つるおかでお知らせします。

(海藤道子)

