



からだ館通信

第37号(2015年11月10日号)

バックナンバーは <http://karadakan.jp> で

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



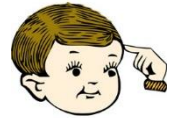
スタッフ一押し企画！！

2015年度 からだ館健康大学 特別企画 第2段

「治療に活かそう患者のチカラ」開催！

良い医療は、医療者と患者の協働作業といわれています。でも、医療の場で、自分を伝えること、決定に参加すること、案外むずかしいと感じていませんか？
患者学の先生、患者の先輩たちが、新しい視点をお話します。

「患者のチカラ」ってなんだろう？
いつか患者になる時のために
一緒にお話を聞いてみませんか？



患者学で見つけた医療の新しい姿 ～患者学で出会った仲間たち～

講演

加藤眞三氏 慶應義塾大学 看護医療学部 教授
重藤啓子氏 NPO法人肺高血圧症研究会 代表理事
後庵正治氏 NPO法人 パートナーシップアンドリスニングアソシエーション理事長

パネルディスカッション

講師3人と「にこにこ倶楽部」の皆さん
※にこにこ倶楽部は、毎月第一金曜日に
からだ館で開いているがん経験者のサロンです。

日時 平成27年11月28日(土)

午後1時開場 1時30分開演 4時頃終了予定

会場 鶴岡市先端研究産業支援センター

メタボロームキャンパス内 レクチャーホール

お申し込みはからだ館 ☎0235-29-0806まで
お待ちしております。

参加費無料！
要申し込み



加藤眞三氏

消化器内科、肝臓病専門医として
「肝臓病教室」を提唱し全国の医療
施設に広げたり、医療情報リテラシー
のサイトの運営したりと活動は幅広い。
患者学を提唱し、「患者力を医療に
生かす」取り組みに尽力している。



後庵正治氏



重藤啓子氏

からだ館 11月～1月の予定

- 11/6 にこにこ倶楽部
- 11/20.21 慶應SFC オープンリサーチフォーラム
(於 東京ミッドタウン) に参加
- 11/28 健康大学特別企画
「治療に活かそう患者のチカラ」
- 12/4 にこにこ倶楽部
- 1/8 にこにこ倶楽部

からだ館 開館時間

月～金曜 午前9時から午後5時まで
※ 諸用のため、スタッフが不在の場合が
あります。
致道ライブラリー開館中は、図書館のみで
も利用ができます。ぜひご来館ください。

平成27年度3回目 からだ館健康大学 七転び八起き！転んでも寝たきりに ならない「ロコモ予防」

講義編
9月4日

ロコモとは、筋肉、骨、関節などに障害が起こり、「立つ」「歩く」といった機能が低下することをいいます。講師に東邦大学医学部衛生学教室教授西脇祐司先生をおむかえし、ロコモが原因となる疾患について学びました。また、自身のロコモ度をチェックする方法も2つ実践しました。



西脇祐司先生

参加者の声

- ・筋肉がおとろえないうちを動かすことが大切と知りました。
- ・毎日少しずつ運動しようと思います。
- ・皆様ニコニコ気持ちよく学ぶことができました。

調理編
9月17日

管理栄養士の高山美加代先生とともに、乳製品以外からの上手なカルシウムを摂れるメニューを調理しました。

バランス良い食事を心がけるため、千切りキャベツを100gを測る実践クイズをしました。
参加者の印象にしっかり残りました！



にこにこ倶楽部



9月4日 祝！70回目の
にこにこ倶楽部、
この日の参加者は22名！
にこにこ倶楽部始まって以来
の最高記録でした。参加者の
皆さんもスタッフも大盛況ぶ
りに驚きました。



会場、満員に
なりました～

現在治療中の方も、経過観察中の方も、仲間同士で話が尽きない様子でした。

10月2日 10月の手作りランチオンマットの
テーマは「お月見」でした！

毎月ボランティアで作成
してくださる皆さんの
センスと才能が光る作品
で、ティータイムが楽しく
盛り上がります。



にこにこ倶楽部は、
がんの患者さんとその家族のためのサロンです。
毎月第1金曜日 午前10時～11時30分
鶴岡タウンキャンパス3Fで開催しています。
(参加費300円 予約不要)

「リレーフォーライフ」に参加

8月22、23日の両日、リレーフォーライフに参加しました。がんサバイバーさんを支援し地域全体でがんと向き合おうと、世界中で開催されているチャリティイベントです。

にこにこ倶楽部の皆さんも
テーマ色の紫のスカーフを
まとってリレーウォークに
参加。とてもステキでした！



夜のルミナリエは、とても幻想的。
がんサバイバーの様々な思いが
灯りに浮かんでいました。

鶴岡市民の「健康の集い」に参加

10月11日、小真木原総合体育館で開催された鶴岡市民健康の集いにて、からだ館の活動を紹介するパネルや書籍を展示しました。「からだ館、知っているよ」という方も多く、心強く思いました。これからも身近な情報をわかりやすくお届けします！



リレー闘病記 今回はお休みです

からだ館には、庄内地域で同じ病と闘っている方のお話を聞きたいという声が多く寄せられます。そこで皆様から寄せられた闘病記を「リレー闘病記」として掲載しています。前号36号で《60代男性Tさんの場合》は、終了いたしました。新しいシリーズは準備中です。闘病体験を掲載希望の方はからだ館にお声かけください。

*** 編集後記 ***

からだ館スタッフの私達は、健康大学やにこにこ倶楽部を通じてとても素晴らしい方との出会いがあります。庄内地区にはすごい力を秘めた方がたくさんいらっしゃるんだと感じています。

そんな素晴らしい方たちには共通点がいくつかあることに気付きました。

- ・笑顔が素敵
- ・好奇心が旺盛
- ・好きなことに一生懸命
- ・物事を悪くとらえない

みならっていききたいところばかりです。

