



からだ館通信 53号

2019年1月30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

からだ館健康大学

がんピアサポーター養成講座

がんを支える仲間になる 3回目

二人に一人ががんになる時代、

あなたの経験が誰かを支えることができ
るかもしれません。不安な気持ちに上手
に寄り添うにはどうしたらいいのか、
一緒に学びませんか？

1回目は「話すこと」について。2回
目は「聴くこと」について講座を重ねて
きました。3回目の今回は、前回までの
学びをひまえ、事例に基づく実践をする
内容です。

日時

3月8日(金) 13時30分～16時30分

内容

グループワーク『がんに関わる悩みをみんなで考える』

対象

アドバイザー 柏倉 貢氏(鶴岡市立荘内病院 臨床心理士)

対象

がん経験者、ご家族、がんを支援する立場にある方
(医療者、相談員など)

場所

鶴岡市総合保健福祉センター にこふる 3階 大会議室

(鶴岡市泉町5-30)

定員

28名 参加費 無料

申込締切

3月6日(水)

※1、2回目に参加された方は資料をお持ち下さい。

前回まで参加されていない方も参加できます。

申込・問合せ先 からだ館 29-0806



1・2回目の様子

参加無料
申込み必要

RDD2019 in 鶴岡 開催します!! (シアディーズデイ)

2月最終日に世界中で行われている希少難治性疾患についてのイベントです。診断が難しい病気ですが、希少がんも含め、疾患の数は約7千といわれます。今年の交流会では、生活の中で工夫していることや経験を参加者の皆さんと分かち合い、発信しようと思います。一緒に語ってみませんか？お茶のみがてらお気軽に来てください！



日時:2月23日(土)10:00~12:00
会場:致道ライブラリーメディアスタジオ
参加:どなたでも 参加費は無料です。
申し込み:原則不要 ただしお手伝いが必要な方は事前にからだ館までご連絡ください。
内容:交流会「私の知恵袋」(カフェ形式)
RDや患者会についてのパネル展示
”マンダラぬりえ”でリフレッシュ

参加者募集

健康大学「もしかして認知症? その時役立つ情報提供」

あまり物忘れが激しいと、「認知症では?」と心配になったことはありませんか?今回は認知症を予防するための知識をしっかりと学びます。ただ、現在認知症になるのは65歳以上の7人に1人の割合で、いくら気を付けていても認知症になることはあります。でも心配することはありません。なぜなら、地域には頼りになる機関が色々あるからです。いざというとき情報はあなたの力になりますよ。ぜひ一緒に学びましょう。

◆ 講義編

日時:2019年2月14日(木)13:30~
会場:致道ライブラリーメディアスタジオ
講師:富樫千代美氏(荘内病院認知症看護認定看護師)

◆ 調理編

日時:2月22日(金)10:00~ 締め切り:2月12日(火)
会場:鶴岡市女性センター
講師:小林恵美氏(管理栄養士) 定員:16名
参加料:500円

にこにこ倶楽部

毎月第1金曜日に開催している
がん患者さんやご家族のためのサロンです。



治療中や定期検診前の不安な気持ちをお話したり、治療とは関係なく近況報告したり、好きな飲み物を飲みながら、過ごしませんか？

12月は10名、1月は12名参加されました。毎回の素敵なランチョンマットは、サポーターさんの手作りです。12月はポインセチア、1月はイノシシの親子でした。皆さんの目を楽しませ、会の雰囲気をやかにしてくれています。1月のランチョンマットには、「今日もにこにこ、明日もにこにこ、本年もよろしくお願い致します」と挨拶文が添えてありました。毎日ここにここと笑顔で過ごせるように心がけたいですね。参加者さんの投げかけた言葉から、話がキャッチボールのように次々と展開していくのも、楽しい一コマです。



にこにこ倶楽部の開催は
＜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 セミナー室
＜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 2/1 3/1 4/5

お知らせ

3/5(火)～3/11(月) 致道ライブラリー蔵書点
検のため閉館にともない、その期間からだ館の利用
もできません。ご了承ください。

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。まずは胃潰瘍。治療を行ってきたが、悪性に移行す
る可能性があり胃3/4切除する。その後婦人科を受診し
たところ卵巣腫瘍がみつかり手術し、次に脳血栓症にな
り、4年後には右脳動脈瘤が見つかった。

《70代Mさんの場合パート6》

年末のあわただしい12月に手術が行われました。
今回おこなった開頭手術、クリッピング術は、頭の骨を
きり、動脈瘤の根元を金属でつくられた小さな洗濯ば
さみのようなクリップでとじ、動脈瘤への血流をとめる
方法です。

開頭した時、他にもすでに破裂した形跡があり早期
の手術ができたことが幸いでした。医師のお陰でなん
とか無事手術終了し、2週間ほどで退院となりました。

実は今回の手術ほど術後の生活が見えないものは
ありませんでした。頭の骨を切ることのリスクは計り知
れず、ためらいも大きかったですが、自分の幸運に感
謝しつつ、今年も残りあとわずかと指折り数えていた
ころでした。夜寝る前、右わきの下に細長い硬いものに
気が付いたのです。

次号につづく

ピアサポーター養成講座 2回目 開催報告

12月15日に開催した2回目のテーマは「聴くこ
と」。講演の他、からだ館スタッフの寸劇「ある相
談室での一場面」を見て、悪い点・良い点について
グループで話し、発表。グループワークで実際に相
談を受ける体験もしました。



編集後記



年末の寒波におそれおのいたものの、穏やかな
仕事始めとなり、通勤が心配な身としては、ほっ
としたところでした。

受験シーズン本格化、インフルエンザも
流行っています。手洗い、うがい、そして
たっぷりの栄養と睡眠で、からだを
守りましょう。

