

酒田西高へ 出前講座

7/1、7/30



「がん患者の支援」について具体的な事例、講演を聞く中で、生徒の皆さんたちの中にも、新たな気付きや将来への目標が得られた様子でした。

がんピアサポーター ステップアップ講座

7/27



国立がん研究センターの坂本はと恵先生をお迎えしました。

講演「がんピアサポーターの必要性について」のあと、ピアサポーターさんの発表、保健師さん、看護師さんも交えての総合ディスカッションへ展開しました。がんになっても、皆さんがそれぞれの役割を全うして生きられる地域でありたいですね。

開催報告

自由研究おうえん隊 いのちとガンの不思議



8/6

みんなで「伝言ゲーム」。
間違えないで伝わったかな？

小学3,4年生を対象に、慶應義塾大学の学生が毎年企画しているワークショップ。今年は「がん」を取り上げました。

がん細胞が細胞分裂の途中でミスコピーされていくことを「伝言ゲーム」で体験。がん体験者の話

を聞いたり、立体映像 (VR) でがんのリアルな姿を見てみると、盛りだくさんの内容でした。楽しみながら学ぶ様子が見られました。

健康大学 ～認知機能向上を 目指そう～

6/25、7/12



調理編では、キャベツづくしの料理4品を作りました。講義編では、からだを動かす機会を増やすことが、認知症予防につながることを説明いただき、頭とからだを同時に使う運動、「コグニサイズ」を体験しました。



にこにこ倶楽部

がんを経験された方、そのご家族のためのサロンです

治療中や定期検査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？



新しい方3名のご参加がありました。治療に関する話から、ご自分の思いを話される方、共感される方。同じ経験をされている方々同士安心して話ができる温かい空間でした。

サポーターさんが活けてくれた花で、会場が明るく彩られています。



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 10/4 11/1 12/6

編集後記

暑い暑いと言っている間に、季節は確実に動いていて、小さな虫や草花からは、すっかり秋の気配を感じます。鈍感なのは人間だけか…？

よく寝て食べて、そして適度な運動で、疲れを持ち越さないようにしましょう。

そして、来る秋を楽しみましょう。(M)

次回の健康大学は、
認知症対策第3弾「口腔ケアと認知症」
ただいま企画中です。

リレー闘病記 ～花咲かせびと～

「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。胃潰瘍で胃3/4切除。その後、卵巣腫瘍、右脳動脈瘤、乳がんの手術。また気管支拡張症となった。

《70代Mさんの場合パート9》

この度仙台に転居しました。気管支拡張症は続いています。暖かく気候の良いところで病気改善を図りたい、仙台で暮らす孫家族の為に何か自分も役に立ちたいとの思いからで、私としては思い切った決断です。

きっかけは、苦労の連続だった母の自伝本を読んだことです。母から教わった人生訓は、「与えられた環境の中で自分の花を咲かせなさい」、「素直な目でものを見、他人の話に耳を傾け、自分が正しいと思った道をしっかりと歩むこと」です。私はこれらの言葉を心の支えに、多くの病気を乗り越えてきました。

次回は最終回。