



## おしらせ

### がんと関連した本と講座のコラボレーション企画を開始!

2024年度はがん治療の中で感じている悩み、疑問への参考になればと、致道ライブラリー所蔵の書籍から「**がんと〇〇**」をテーマに選書し、からだ館専用コーナーで展示・貸し出しします。

また、関連講座として「からだ館健康大学」も開催します。日本海総合病院や鶴岡市立荘内病院のがん相談支援センターの皆様からもご協力をいただく予定です。たとえば、医療者とのコミュニケーション、働くこと、家族や周りの人の支え方、お金など、皆様のニーズをお聞きしながら実施する予定です。お知り合いの方にもご紹介ください。お問い合わせはからだ館へお電話かメールでどうぞ。



## 募集中!

### からだ館公認「健幸ゲームマイスター」を取得しよう!

幸せに暮らす知恵や工夫を詰め込んだ「健幸かるた」や、認知行動療法のエッセンスを取り入れた「健幸すごろく」を地域の皆さんに知ってほしい、広めたい!

あなたも健幸ゲームの伝道師「**健幸ゲームマイスター**」になって、一緒に活動しましょう。

- ◆ 開催日：5/17(金)、7/19(金)、9/20(金)、11/15(金)
- ◆ 時間：午後1時～4時
- ◆ 会場：鶴岡タウンキャンパス3階
- ◆ 参加費：500円 ◆ 先着：12名
- ◆ 申込：詳細、お申込みはからだ館へ電話またはメールで。



## ご参加ください



### 絵手紙教室

着物や洋服の素敵な端切れを使った絵手紙を作っています。作業に熱中することで日々の不安や悩みを忘れられるという参加者もおられます。講師はがん患者サロンの参加者です。参加希望の方はご連絡ください。(要申込)

- ◆ 開催日：毎月第1火曜日 10:00～11:00
- ◆ 参加費：500円



### がん患者サロン「ここにこ倶楽部」のお誘い

がん経験者とそのご家族の会です。「ここに来れば仲間に出会える」、「一人じゃない」と心強い気持ちになれる場所です。

- ◆ 開催日 毎月第1金曜日 10:00～11:00
- ◆ 会場 鶴岡タウンキャンパス3階
- ◆ 参加費 100円

初めてご参加される方には、事前にご説明をいたします。お気軽にお電話ください。



### 「ねっとも・からだ館」に参加して暮らしを豊かにしよう

LINEやFacebookなどのスマートフォン操作を参加者で教えあいながら、使いこなせることを目指しています。そして、からだ館のことを必要な人に届ける活動につなげていきます。こちらの活動は、誰でもご参加できます。

- ◆開催日 毎月第4水曜日10:00～11:00



## 難病カフェin庄内

難病・障害のある方やご家族、関心のある人たちがおしゃべりしながら学びあい、交流しています。2023年10月21日（土）、鶴岡市総合保健福祉センターにこ♡ふるで「第11回難病カフェin庄内」が開催され、35名が参加しました。主催は、「難病・障がいコミュニティ にじいろ」です。からだ館はこの活動の主旨に賛同し応援しています。



## サイエンスパークまつり

2023年11月4日（土）に開催の鶴岡サイエンスパークまつり。最先端のバイオテクノロジー研究エリアで開催された全公開イベントに、からだ館も住民の皆さんと作成した「健幸かるた」や認知行動療法を楽しく体験する「健幸すごろく」を体験するブースを出展し、活動を多くの方に知っていただきました。



## SFC EXPO 万学博覧会

万学博覧会は2023年11月25日（土）～11月26日（日）に慶應義塾大学湘南藤沢キャンパスで開催されたSFCの研究活動成果を広く社会に公開するイベントです。各研究室が様々な研究プロジェクトの現状と将来計画を、展示やセッションなどを通して紹介していました。からだ館も多くの方に活動を紹介することができました。日本各地でコミュニティづくりや社会課題に取り組んでいる方との出会いもあり、有意義な日となりました。



## からだ館健康大学「どうする？人生の終い方」

人生の終い方シリーズは全14回で終了です。これからの人生に備える学習を実施しました。

- 第10回（10月）お金の終活
- 第11回（11月）もしばなゲーム
- 第12回（12月）お葬式&お墓事情
- 第13回（1月）やっぱり気になる相続
- 第14回（2月）自分の思いを整理する

忙しい毎日では、これからの生き方や自分の価値観にじっくり向き合う時間が作れない方も、参加者との対話でさまざまな気づきがありました。



## 《学生や団体の視察》

看護学生や高校生の視察も積極的にお受けしています。がん患者サロンの皆さんの体験を聞いて意見交換したり、ゲームで楽しく遊びながら交流し健康について考えたりします。視察のお申し込みは、からだ館に直接、お電話かメールでお問い合わせください。

（実績）荘内看護専門学校、羽黒高等学校、山形県がん総合相談支援センター、山形県保健医療大学、山形青年の家、他



## 出前講座・視察受付中

### 《出前講座》

皆さんの地域の、健康教室やサロンなどへお邪魔します。

### どんなことをするの？

楽しく遊んで、健康について学びます

- ・健康の秘訣が詰まった「健幸かるた」
  - ・心のクセ発見ゲーム「健幸すごろく」
  - ・からだ館の活動紹介 など
- 電話かメールでお気軽にご相談ください。



## 編集後記

からだ館スタッフに新しいメンバーも加わり、2024年の活動に関するスタッフミーティングを実施しました。からだ館の役割を再確認し、みんなの健幸ステーションとしてこれまで以上に活動していきます。



からだ館の情報はFacebook  
ページをフォロー！

〒997-0035 山形県鶴岡市馬場町14-1  
鶴岡タウンキャンパス 2階致道ライブラリー内  
慶應義塾大学先端生命科学研究科からだ館

TEL : 0235-29-0806 FAX : 0235-29-0807  
E-mail : karada-kan@iab.keio.ac.jp