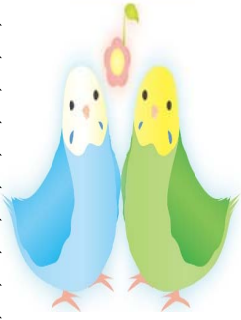


がん患者コミュニティサロン通信

＋日本赤十字社 秋田赤十字病院 がん相談支援センター
〒010-1495 秋田市上北手猿田字苗代沢 222-1
☎ 018-829-5000 (内線 2182)



あけましておめでとうございます。清々しい新年を迎えられたことと
思います。「サロンの会」も新たなスタートをきりました。
ここに集うみなさまにとって、心のオアシスとなり、支え合い
ながら前へ踏み出す勇気・元気を与えてくれる会でありたいと
思います。今年の干支は酉ですが、サロンの会の輪がさらに大きく
なりますよう、翼を広げ飛躍する一年でありたいと願っております。
今年もどうかよろしくお願ひ申し上げます。



～昨年 12 月のサロンの会より～

今年度最終のサロンの会は、患者さん、他 11 名・職員さん 3 名の
方々が集いました。この一年を振り返り、毎月の会で話し合われたこと
や心に残ったこと、ミニレクチャーの感想などを出し合いました。また、会の
発足から今回、90 回目の「サロンの会」を迎えたとのお話に、感慨深い思いと
ともに、継続していくことの大切さとその重みに、身の引き締まる思いでした。

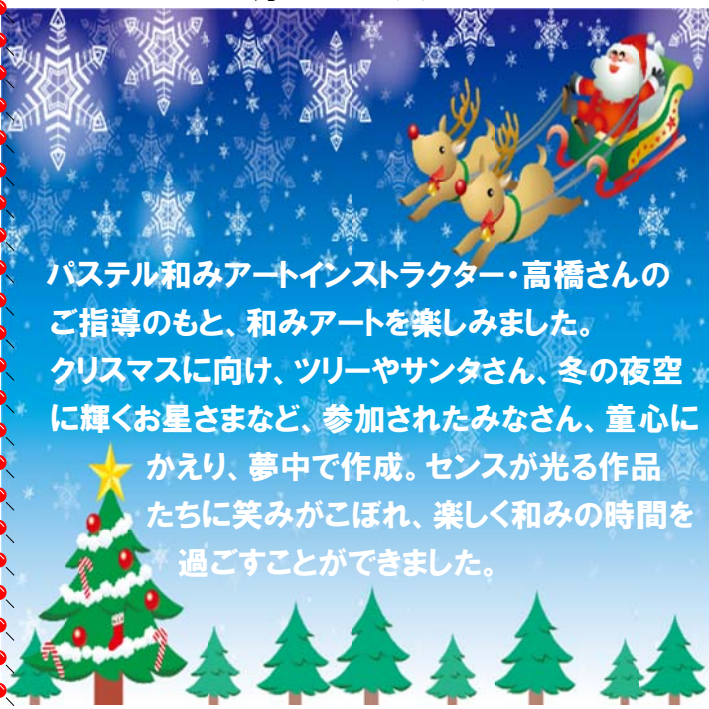
発足時の理念を守りながら、さらに充実した会となるよう奮闘していきたいと
思います。今回は、参加されたみなさんから「がんとともに自分らしく生きいきと暮らすには」を
テーマに、お話していただきました。

K さんは抗がん剤治療の副作用による末梢神経障害で、スムーズに立つ事が出来ない、手が
思うように動かないなど、ままならない日常生活に直面し、とても辛い日々を過ごしました。
さらに冬の時期と重なり外に出る機会も少なく気持ちが沈んでいく毎日だったそうですが、「こ
うしてはいられない」と、自分を奮い立たせウオーキングを始めました。毎朝欠かすことなく
実践することで、自然に勇気と自信が沸き、病気の克服につながったそうです。そして、内
にこもらず積極的に友人と一緒に外に出ること、趣味を持つこと、自分の好きなことを楽しむ
ことで、病気を忘れる時間が増えたそうです。現在も毎朝 1 時間のウオーキング、旅行や粘土
細工教室に通い可愛い作品を生み出し、なんと町の文化祭でその作品が展示されたそうです。
「毎日が楽しく充実し、まだまだやりたいことがいっぱい」と、輝く笑顔で生きいきとお話
されました。

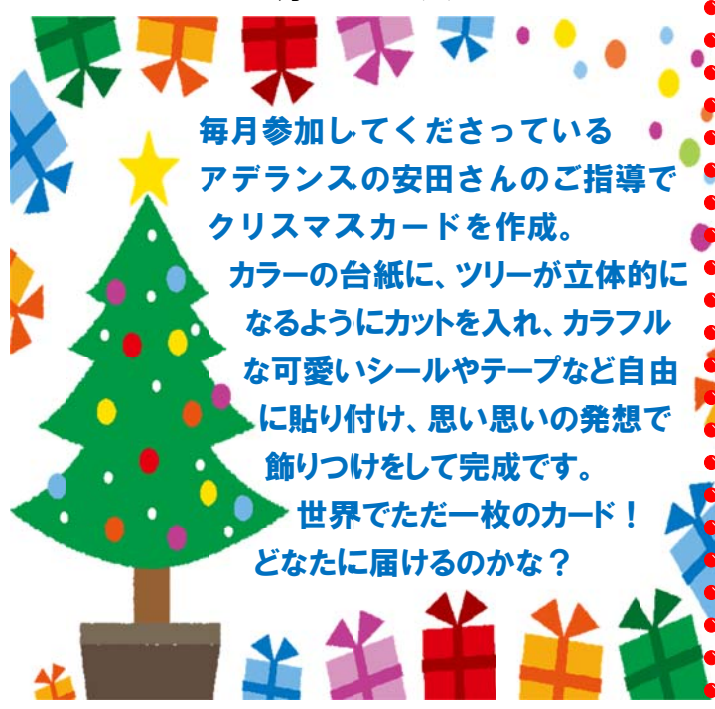
お菓子づくりが大好きな若い女性の方は、病気後、気持ちが向かず避ける日々が続いたそ
うです。やがて、時の流れとともに 9 ヶ月ぶりに「お菓子をつくってみたい」と心に変化
が訪れたそうです。早速、今回のサロンの会に向けて準備開始。病気後初めてつくった手の
込んだ「パウンドケーキ」を、参加者全員の祝福とともに美味しくいただきました。一足早い
クリスマスです。「一歩前へすすむ」勇気に乾杯！いろんな思いが詰まっているケーキ
は味覚のプレゼントにと止まらず、一人ひとりの心に感動の涙を届けてくれました。
一年の締めくくりにあふさわしい、お二人からのメッセージでした。

<2016.11 月のミニレクチャー>

<2016.12 月のミニレクチャー>



パステル和みアートインストラクター・高橋さんのご指導のもと、和みアートを楽しみました。クリスマスに向け、ツリーやサンタさん、冬の夜空に輝くお星さまなど、参加されたみなさん、童心にかえり、夢中で作成。センスが光る作品たちに笑みがこぼれ、楽しく和みの時間を過ごすことができました。



毎月参加して下さっているアデランスの安田さんのご指導でクリスマスカードを作成。

カラーの台紙に、ツリーが立体的になるようにカットを入れ、カラフルな可愛いシールやテープなど自由に貼り付け、思い思いの発想で飾りつけをして完成です。

世界でただ一枚のカード！
どなたに届けるのかな？

<昨年のミニレクチャーと取り組み内容について>

- 1月：パステル和みアート
「おさるさんの羽子板」
- 2月：「家族が認知症になったら」
- 3月：「年間行事、サロンの会運営について」
- 4月：「オプチーボについて」
- 5月：「平成28年4月からの医療費の変更点について」
- 6月：「救急医療情報キットなどについて」
- 7月：特別講演
「医師が見た神秘の水中写真」
- 8月：体験発表「がんとともに生きて、そしてこれからも」
- 9月：DVD 視聴
「ヤングサバイバーの活動を知ろう」
- 10月：「早期からの緩和ケア」自分らしく・家族らしくあるためにできること
- 11月：「パステルアートと和みアートを楽しもう」
- 12月：クリスマスカード作成

- <パステル和みアートインストラクター
高橋みどりさん>
- <櫻庭裕子さん・認知症看護認定看護師>
- <守田亮 先生>
<医事課>
- <サロンの会・佐々木勇さん>
- <野口晋佐 先生>
- <サロンの会・草皆千枝子さん>
- <がん相談支援センター・畠山看護師さん>
- <清水富士子看護師長さん・緩和ケア認定看護師>
- <パステル和みアートインストラクター
高橋みどりさん>
- <アデランス・安田知子さん>

おかげさまで昨年は毎月ミニレクチャーを開催！今年も楽しみ・おおいに学んでいきましょう！