

全国の「リボンズハウス」から

ご利用者の皆さまの【リボンズハウス通信】

発行：第9号 2013年7月15日

特定非営利活動法人キャンサーリボンズ

〒104-0045 東京都中央区築地 1-9-4 ちとせビル 朝日エル内

TEL 03-3546-6101 FAX 03-5565-4914 <http://www.ribbonz.jp/>



【寄付口座】ゆうちょ銀行 00110-8-447556 三菱東京 UFJ 銀行 築地支店(普) 0005062  
口座名はいずれも、特定非営利活動法人キャンサーリボンズ (トクヒ) キャンサーリボンズ

## ～第5回「がん支えあいの日」記念フォーラムを開催しました～

今年5回目となる「がん支えあいの日」記念フォーラムは、第18回日本緩和医療学会学術大会の中で開催し、約200名の方にご参加いただきました。

コシノジュンコさんとNPO副理事長 岡山慶子の対談の様子

キャンサーリボンズ委員で、藤田保健衛生大学医学部 外科・緩和医療学講座教授 東口高志大会長の開会あいさつでスタートしたフォーラムは、「生きることは、自分を表現すること」をテーマに、ファッションデザイナーのコシノジュンコさんと当NPO副理事長 岡山慶子さんの対談、厚生中央病院 呼吸器・腫瘍内科医長で外来化学療法センター長の横山智央先生による講演、また、軽井沢朗読館館長で元NHKアナウンサーの青木裕子さんによる朗読を行いました。



5回目を迎えた「がん支えあいの日」を記念し、がんを体験された方やご家族・友人などから皆様の体験メッセージを、新聞紙上、各リボンズハウス、キャンサーリボンズHPで募集したところ、44件のご応募をいただきました。その中から3編を記念フォーラムでも朗読させていただきました。そのうちの1編を、ご本人の承諾を得てご紹介いたします。

※メッセージの無断転載禁止

「すいません、このフタ開きますか？」

電車の中で、突然知らない人に声をかけられた。私の目の前には、シッカロールの缶があった。フタを開けて、その人に差し出すと喜んでくれ、

「これから、仕事に行くところなの。汗をかいてちゃって…」

と、首すじにシッカロールを軽くはたいた。やさしい、香りがした。

その人は、電車を降りるまでの30分程、私になにげない会話をし続けてくれた。

そして、降りる瞬間、

「あなたは、やさしいから、大丈夫よ」と言った。そして席を立った。

私は、びっくりした。

なぜなら、その時の私は、やさしい人ではなく鬼だったからだ。がんになった父の、何とか力になりたいと必死で介護をしていたが、体力も気力も限界ギリギリだった。

今思うと、よくよく思いつめた顔をして電車に乗っていた私を見て、その人は何かを感じ、声をかけてくれたのかもしれない。

そういえば、シッカロールのフタはカンタンに開いた。

私の心も開けてもらった。

(茨城県・小林幸子さん)

## がん支えあいの日応援イベント

キャンサーリボンズでは、6月21日を“社会全体でがんのことを考え、お互いに支えあう日”「がん支えあいの日」としています。「がん支えあいの日」を記念して、各地のリボンズハウスで関連イベントが開催されました。

### 【大阪警察病院リボンズハウス】

6月15日（土）、大阪警察病院4階講堂にて、患者さんやご家族に向けた「快適な暮らしのために」イベントを開催しました。

医師・看護師による相談、ウィッグ展示、アロマなど合計16の多彩な相談コーナーの設置と、がん関連情報を展示しました。あいにくの天候にも関わらず大変盛況でした。

参加者の方から、「色々相談できて良かった。患者さんの気持ちに寄り添う素敵な企画だと思った」との嬉しいメッセージもいただきました。

アロマコーナーの様子



### 【St. Marianna しんゆりリボンズハウス】

6月22日（土）、専修大学サテライトキャンパス（神奈川県）において、聖マリアンナしんゆりリボンズハウス主催イベント「乳がん治療 私たちに選択できるの？」が開催されました。

医療の進歩が加速する中でどのような治療の選択ができるかについて、当NPO理事長で、聖マリアンナ医科大学ブレスト&イメージングセンター院長 福田護先生がお話しされました。

また、後半の体験者と医療者のコミュニティートークでは、聖マリアンナ医科大学病院の薬剤師さんより、抗がん剤が体に効く仕組みやジェネリック薬品について解説がありました。

地域の産業医や歯科医の先生方のご参加もあり、復職時に向けたアドバイスや、抗がん剤治療と歯科治療の両立についての質疑など、充実した内容に参加者も熱心に聞き入っていました。

福田護先生の講座の様子



### 【NPO 法人キャンサーリボンズ】

7月6日（土）台東区立台東病院（東京都）エントランスホールにて、がん支えあいの日応援コンサート「スター混声合唱団がやってくる！」を開催。台東病院に入院中の患者さんや、併設の老人保健施設の利用者さん、一般来場者など約200名がご参加くださいました。

山田邦子さんの楽しいトークとスター混声合唱団総勢15名の素晴らしい歌に、会場は大いに盛り上がりました。楽しそうに笑う患者さん、歌を口ずさむ老人保健施設の利用者さんの豊かな表情、患者さん・利用者さんを見守る病院スタッフの皆さんの笑顔、スター混声合唱団の皆さんも笑顔、笑顔に包まれた楽しいひとときをご一緒することができました。

スター混声合唱団コンサートの様子



## がん支えあいの日応援イベント

### 【博愛会相良病院 ココロとカラダのサポートセンター・相良病院附属プレストセンター】

7月7日（日）、第10回かごしま女性医療フォーラムを城山観光ホテル（鹿児島市）にて開催し、800名にご参加いただきました。

相良病院の医師による乳房の病気に関する講演のほか、作家で営業コンサルタントの和田裕美さんをお迎えし、「幸せ力UP！人生を好転させる 新陽転思考」をお話いただきました。

同時に開催されたプレストケアフォーラムでは、乳がん患者さんのための治療と生活に役立つ情報の提供や、不便さを軽減するための商品展示、QOL向上に役立つ“美と癒し”を体験できるPINK BEAUTY PARTYを開催し、ネイルケア・ネイルアートなどのビューティメニューを体験していただきました。



PINK BEAUTY PARTY ネイルケア&アートの様子

## 新リボンズハウスオープン

### 【南和歌山医療センター】

6月1日（土）、国立病院機構 南和歌山医療センターに19番目のリボンズハウスが開設しました。がん患者サロンを毎月1回開催し、情報交換の場として患者さんやご家族にご活用いただいている他、がん関連の書籍・パンフレット、DVDやインターネットによる医療情報の提供を行っています。また、集会所等へ出向き、健康講座などの出張型講座も開催しています。

## 図書館連携プロジェクト

キャンサーリボンズでは、各地の図書館と連携して健康・医療情報を発信する活動を進めています。

地域にとって健康・医療情報を入手する場所としては欠かせない“図書館”と“病院”が、連携して「がん」に関する「信頼できる医療情報」を発信するため、それぞれの現場について知らないことを学びながら討議するワークショップ、「全力討論！がん患者さんと家族を支えるために 図書館と病院・医療従事者の連携が始まる」を6月9日（日）開催し、健康・医療情報発信に積極的な図書館職員と医療従事者、相談支援センター職員など約70名が参加しました。

図書館の健康・医療情報発信の事例紹介、国立がん研究センターがん対策情報センターによる情報発信の現状、三重大学医学部附属病院リボンズハウスと三重県立図書館の連携事例紹介などのあと、「地域の図書館と病院・医療従事者が連携してできること」についてのディスカッションと発表を行いました。ディスカッションでは、どのようにすれば図書館と病院のよりよい連携が実現できるか、地域や市民に貢献できるのかについて一緒に考えました。



ワークショップの様子



## 季節の健康レシピ

このコーナーでは、季節に合った簡単で体に優しいレシピをご紹介します。料理研究家で、当 NPO の委員でもある村岡奈弥さんの美味しい簡単レシピをご紹介します。

### ●●●すずきの、オクラとミニトマトのソース●●●

#### 【材料】 2人分

鱸(すずき)	2切れ
生姜	小2(みじん切り)
エクストラバージンオリーブオイル	大さじ1
オクラ	10本(100g)…色よくしっかりゆでる
だし汁	60cc
バジル	中くらいの大きさ4枚
バジル(飾り用)	少々
ミニトマト	4個…1/8等分に切り、塩少々しておく
塩(あれば天然塩)・コショウ	少々

#### 【作り方】

1. 鍋に生姜とオリーブオイルを入れ、生姜の香りがたったら火を止め、冷ます。
2. オクラ、塩、だし汁、バジルを入れて、ミキサーやバーミックスでピューレ状にし、さらに1を加えなめらかなソースに仕上げる。
3. フライパンにオリーブオイル(分量外)を入れ、塩・コショウを振ったすずきを皮目から焼く。
4. お皿に2のソースを敷き、すずきをのせる。
5. 塩少々を振ったトマトを飾り、バジルを添える。

体に潤いを与え、便秘予防になるオクラと、体の熱を冷まし、味のアクセントにもなるトマトのソースです。



#### ＜村岡奈弥さんプロフィール＞

辻クッキングスクール勤務後、辻調グループフランス校「シャトー・ド・レクレール」に留学し、フランス料理を学ぶ。帰国後、料理教室「エミーズ」のチーフ・コーディネーターを務め、その間、フランスの三ツ星レストラン「ミッシェル・プラス」で修行。料理教室を主宰するほか、「中医薬膳師」「国際中医師」の資格を取得し、現在、日本中医食養学会常任理事、国立北京中医薬大学日本校の講師を務める。ホームページは、<http://www.cuisine-naya.com/>

#### リボンズハウスとは…

がん患者さんの「治療と生活」をつなぎ、具体的な情報とケア体験を提供する場所です。

医療者やヘルスケアに携わる多くの専門家の手によるプログラムを通して、患者さんがより自分らしく少しでも快適な生活を送れるよう、サポートしていきます。また、広く地域に開かれたスペースとして多くの人々が情報を共有し、支えあいを実践できる場になることを目的としています。各地域や施設の特性を活かしながら、立地に合ったソフトを展開しています。