

北里がんサロン ひだまりカフェ

ひだまり通信

創刊号



ひだまりカフェはがん患者さん、ご家族が気楽に集える場所です。がんと診断されることは誰でも可能性があります。決して自分が悪いわけではありません。現実を受け入れる勇気を持ってたくさんの同じ仲間の知恵に触れてみませんか？



がんサロン運営委員のメンバーは
医師・薬剤師・栄養士・看護師・ソーシャル
ワーカー・事務員

・・・そしてがん体験者の方も運営委員に
入ってくださっています
北里がんサロン ひだまりカフェは
病院職員と患者さんが
一緒に作り上げています



がんサロン「ひだまりカフェ」の歩み・・・

早いもので、がんサロン「ひだまりカフェ」も今年で8年目を迎えます。スタートにあたっては、がん体験者の方による立ち上げ企画書を元に、「がん患者・家族が孤独にならず不安が軽減される為にも、参加者どうしの交流や学びの場としてのサロンは必ず必要である」という確信の元、がん体験者有志と院内の多職種職員とで話し合い・・・重ねてきました。平成21年10月の初回からさっそく17名の方が来られ、皆様の思いと期待を実感したのを覚えています。

最初の頃はスタッフも模索の日々でしたが、徐々にリピート参加される方も増え、その方々が初めて参加する方を迎え入れ話の輪が広がる・・・そんな場となっていきました。運営委員は縁の下で、この暖かな場を育ててきたのはまさに参加者の皆様です。

2年前に新病院への引っ越しと共に、皆さんが参加しやすい場所が変わりました。今後もほっと一息ついて「来て良かった」と誰もが思えるカフェを目指し、皆さまをお待ちしております！

(トータルサポートセンター前田 景子)

柴三郎の食卓

北里柴三郎は肥後国阿蘇郡小国郷北里村(現・熊本県阿蘇郡小国町)に生まれました。自然豊かなこの地では、今の季節多くの山菜を収穫します。野生植物である山菜は苦みや灰汁があつたりしますが、はっきりした変化があり季節の楽しみでもありますね。近年それらの成分はファイトケミカルと呼ばれ、機能性成分として研究が進められています。



初夏のお味 筍の木の芽和え

材料: 筍の穂先、山椒の新芽、味噌、砂糖

作り方: 山椒、味噌、砂糖をすり鉢ですり混ぜ、茹でて刻んだ穂先と和えるだけです。

このままだと山椒風味が強いです。卵黄と一緒にすりませるとマイルドな味になります。お好みで加減して下さい。

(管理栄養士 吉井久子)

北里がんサロン ひだまりカフェ

毎月第3金曜日

13:00～16:00

1号館1階

集団指導室で開催しています

ひだまり通信に 皆さまの声を 載せてみませんか？

ご希望の方は ひだまりカフェに
お持ちいただくか
トータルサポートセンター職員まで
お声かけください

創刊号 ひだまり通信編集 田村 師岡
発行責任者 佐々木 治一郎
発行日 2016/4/15



北里がんサロン ひだまりカフェ

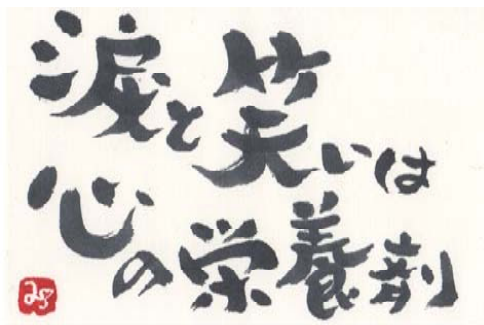
に参加した皆さまの **声** です

2014年8月卵巣がんが発覚し、9月に根治手術を受け、10月から抗がん剤治療が始まりました。精神的に不安定になりがちな闘病生活を少しでも明るく過ごすようにと趣味の音楽レッスンを再開しました。

副作用で脱毛しましたが、ウィッグを被って発表会にも出演しました。治療は翌年3月に終了しましたが、辛い闘病生活を歌によってずいぶん救われました。

12月にがんサロン ひだまりカフェで開催された「がん体験者企画による音楽会」にも出演させていただきました。出演者のみなさんが楽器や歌を生き生きと演奏されている姿を拝見し、心から「音楽は素晴らしい」と思いました。

(S.Mさん 女性)



(M.Yさん 女性)

音楽療法はとてもよかったです。またできたらやって頂きたいです。
(Jさん 女性)

2月の免疫療法 —今昔物語— は前から希望していたテーマだったので興味深く聴きました。先進医療が検証期間中という意味で、免疫治療の開発到達点は標準段階前と知ったのは、予断の固執を排されてとても参考になりました。

(F.I さん 男性)

私は40歳ころから常に気を配り、健康診断は毎年受けていました。5年前 心の準備も無かった私に、貴女の病気が白血病ですと医師から告げられてた時はあまりの驚きに涙さえ出ませんでした。医師が言うことには「この病気はお金がかかる大変な病気です、でも急性でなくてよかったですよ」と言ってグリベックと言う薬を死ぬまで飲み続けなければならない、がんばってくださいと病気に関する小冊子を頂きました。しかし読む気持ちにもなれず迎えに来てくれた主人に会ったら涙が出て、車中でも大声を出して泣いてしまったのです。いろいろ悩みもありましたが北里がんサロンにもいつか参加するようになり、患者さんと情報交換したり医療者に相談したり、病気になって知る命の尊さを痛感せずにはられません。
(N.Kさん 女性)



(Nさん 女性)

初めての俳句・短歌

毎年6月頃から、境内と山にあじさいが咲き乱れるお寺があります。あじさい祭りの時にお参りして、その時の気持ちをお寺の俳句短歌大会に出しましたら全く不思議なことに佳作になりました。

《あじさいの 巡拝の路(みち) ころろ友》
《雨の中 紫陽花の色 鮮やかに 明日のいのちへ 迎えとばかりに》



【背景】俳句は、四国八十八ヶ所を模したコースを巡拝し、幼友(ころろの友)の多重がん克服を願った作品です。

短歌は、身体の正常細胞が紫陽花のように鮮やかになって(自己治癒力がUPして)がんを抑え&長生き(共生)が出来ますように・・・と！願った作品です。

お寺の近くに住まれる詩吟(腹式呼吸法が身体に良さそうと思い)の先生が譜面(作曲相当)を作ってくださいました。教室メンバーで合吟(合唱相当)指導を受け小さい大会で吟詠発表も出来ました。忘れることの出来ない作品でお寺さんの励ましと考えました。

(俊泉 男性)