



～ 第3回『がん支えあいの日』記念フォーラムを開催しました～

今年も、NPO法人キャンサーリボンズは、『がん支えあいの日』記念フォーラムを、6月18日(土)ニッショーホール(東京・虎ノ門)で開催しました。フォーラムは二部構成で、午前中は“患者さんのための治療と生活セミナー”として、国立病院機構京都医療センター腫瘍内科診療科長 安井久晃先生による「がん治療と痛みケア」(共催：がん性疼痛緩和推進コンソーシアム)、湘南記念病院かまくら乳がんセンター長 土井卓子先生による「がん治療とスキンケア - 乳がんを例に - 」(共催：ロート製薬株式会社)のセミナーが行われました。午後は、【がん支えあいトーク&コンサート】(共催：バイエル薬品株式会社)。藤井信吾理事(田附興会医学研究所北野病院長)による「がんと生きるための“構え”」の講演。続いて、パネルディスカッションでは、パネリストに俳優の小西博之さんや神奈川県立がんセンター呼吸器外科医長 坪井正博先生をお迎えし、「がんと“暮らす”“働く”を支えるために、わたしたちができること」について共に考えました。



スター混声合唱団によるコンサートの様子

プログラムの締めくくり“スター混声合唱団”によるコンサートは、当NPO委員の山田邦子さんの楽しい進行で会場は笑いが絶えませんでした。夏にちなんだ唱歌や、「上を向いて歩こう」を手話つきで、がん支えあいシンボルソング「あなたが大切だから」などを、スター混声合唱団と会場の参加者が一体となって歌いました。

全国のリボンズハウスの活動報告

十和田市立中央病院

6月22日(水) 院内患者会“くつろぎサロン”主催の、がん支えあいの日記念イベント「桜田まことコンサート」(地元出身のシンガーソングライター)を開催しました。事前に練習を重ねた「あなたが大切だから」を、高齢者の患者さんから子どもたちまで、参加者全員で大合唱。参加者の皆さんの笑顔がフィナーレを飾りました。



特別医療法人 博愛会相良病院 ココロとカラダのサポートセンター

5月14日(土) 第6回「かごしま女性医療フォーラム」(がん支えあいの日応援イベント・NPO法人あなただけの乳がんではなく設立イベント)を鹿児島市内で開催。キャンサーリボンズ委員で、美容ジャーナリストの山崎多賀子さんによる治療中のメイク法や体験談、ファッションデザイナー コシノジュンコさんと山崎さんによる対談などが行われ大盛況でした。



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が紹介するヘルシーで美味しい簡単レシピです。

今回は、冷たいスープをご紹介します。口当たりは冷たいのですが、体を温める食材、玉葱、生姜、糸唐辛子を加えた、お腹を冷やさない暑さ対策のスープです。暑い日が続いていますので、なるべく火を使わずに出来る、調理の面でも体に優しいメニューを取り入れてみてください。

玉葱とわかめのスープ

(材料)2人分

・玉葱	小1 / 2個 ……薄くスライスし、水にさらす
・塩蔵わかめ	25g ……塩を洗い、水で戻す
・松の実	大さじ1
・糸赤唐辛子	適量
・生姜	みじん切りにしたもの 小さじ1と1 / 2
・薄口醤油	小さじ1と1 / 2
・酢	小さじ2
・塩	適量
・冷水	300cc
・ゴマ油	適量



(作り方)

1. わかめは、サッと湯にくぐらせ、食べやすい大きさに切る。生姜は醤油と酢につけておく。
2. ボウルに冷水を入れ、1と塩で味を調える。
3. 器に1のわかめ、水を良く切った玉葱を盛り、2を注ぐ。
4. 松の実を散らし、ゴマ油を回しかけ、松の実と糸唐辛子を添える。

<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。

村岡奈弥さんのホームページは、<http://www.cuisine-naya.com/>



<村岡奈弥さんの著書>

「家族をいたわるスープブック」(講談社)、「いつもの野菜で薬膳する」(講談社)、「からだガサビ
ない漢方ごはん」(日本放送出版協会)など多数。

NPO理事 福田護、同副理事 岡山慶子との共著のご紹介

「乳がんの人のためのレシピ おいしく食べて、元気に生きよう」

発行/法研 定価 1,470円(税込)

乳がん治療中の人、予防・再発予防をしたい人のための50のヘルシーレシ
ピを紹介。治療法、症状に合わせた食事のポイントや、乳がん発症と大豆イソ
フラボンの関係、予防におすすめの栄養・食品などを掲載しています。



ブックレビュー

キャンサーリボンズでは、NPO法人と図書館が協力して様々な活動をする、新しい試みが行なわれていま
す。その活動の中に、しんゆりリボンズハウスと川崎市立麻生図書館の連携があります。このコーナーで
は、麻生図書館 館長 池原真さんに書籍の紹介を連載していただきます。

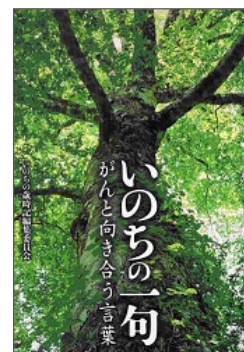
書名:『いのちの一句 - がんと向き合う言葉 -』

著者:いのちの歳時記編集委員(毎日新聞社) 定価 1,785円(税込)

がんを経験した人たちが詠んだ俳句とエピソードを集めた1冊です。
たとえば映画「男はつらいよ」の寅さん役で有名な渥美清さんは、次のような
句を詠んでいます。

『赤とんぼじっとしたまま明日どうする』

俳句のたった17文字だからこそ伝わる、渥美さんの人生と心境があります。俳句に織り込まれたさま
ざまな人の心とエピソードをぜひのぞいて見てください。私には不思議と自分の心を探る時間になり
ました。



キャンサーリボンズからのお知らせ

キャンサーリボンズでは、「図書館との連携による新しい情報発信プロジェクト」を進めています。
その活動の一環として、「第97回全国図書館大会多摩大会」分科会にて、当NPO副理事長 岡山慶子が
図書館との連携活動について講演いたします。

大会テーマ:「広げよう、図書館のある暮らし つなげよう知の拠点・続けよう Help-Tosyokan」

第15分科会 健康情報「各地の図書館の館種を超えたネットワークづくり(仮)」

日時:平成23年10月13日(木)、14日(金) *分科会は14日(金)13時~16時30分

場所:府中市中央文化センター第2講堂(第15分科会 会場)

*全体会場は、調布市グリーンホール

*参加は有料、受付は8月1日(月)から。

詳細は「全国図書館大会」WEBサイト(<http://www.jla.or.jp/taikai.htm>)にてご確認ください。



キャンサーリボンズからのお知らせ

キャンサーリボンズでは、東日本大震災で被災されたがん患者さん向けに、デザイナー コシノ・ジュンコさん(ハートプロジェクト*賛同人)デザインのニットキャップ 150 枚と、被災地でがん患者さんをケアする看護師さんへ応援する気持ちを込めて、SK- のメイクアップセット 200 セットをお贈りしました。なお、被災地へのお届けに関しましては、「東北がんネットワーク」にご協力をいただきました。

ニットキャップを提供してくださった株式会社スヴェンソン、メイクアップセットをご提供くださいましたプロクター・アンド・ギャンブル・ジャパン株式会社には心よりお礼を申し上げます。

*ハートプロジェクトは、女性がん患者さんが治療を続けながら心豊かな毎日を送れるよう、様々な商品の開発や情報の発信などを通じて、がん患者さんの生活をサポートしています。また、商品の販売を通して得られる収益の一部を、プロジェクトごとに異なるさまざまな機関や団体に寄付することで、がんの治療やケア、医療以外のサービスやプログラムなど患者さんのサポートのために活用しています。

3年目となる『キレイの力』プロジェクト。プロジェクトに参加した看護学生の髪をカットして寄付していただく「ヘアカット・イベント」を、6月12日(日)に窪田理容美容専門学校(東京都中野区)にて行いました。



ヘア・カット後の、看護学生さんと理美容専門学校学生さんの様子



ヘア・ドネーション(髪の毛の寄付)は、将来、臨床の場で患者さんを支える看護学生(参加は学校単位)から募り、髪をカットするのも美容師を目指す窪田理容美容専門学校の学生のボランティアによるものです。看護学生の髪と、P & G パンテーンの収益の一部からの寄付も活用し、来年6月までの1年間で100人の女性に医療用ウィッグをお贈りすることを目指します。

また、キャンサーリボンズと「P&G パンテーン」の協働プロジェクト『キレイの力』の、ヘア・ドネーションを使用した医療用ウィッグにつきましても、被災地の女性がん患者さんに優先的にウィッグをご提供する予定です。

リボンズハウスとは...

がん患者さんの「治療と生活」をつなぐ、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。医療施設、ショッピングモールなど国内外のさまざまな場所に開設し、各地域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。