

～新しいリボンズハウスをご紹介します！～

【京都医療センターリボンズハウス】

独立行政法人国立病院機構 京都医療センター3階に、新たにリボンズハウスがオープンしました。10月5日(水)のオープン当日は、「ホスピス緩和ケア週間・リボンズハウス開設記念イベント」として、緩和ケアへの理解を深め、リボンズハウス開設のご案内と活用促進のための盛大な記念イベントが行われました。リボンズハウス開設にあたっては、病院長 中村孝志先生からのご挨拶に続いて、当NPO副理事長 岡山慶子からもリボンズハウスの設立趣旨などをお話しさせていただきました。また、記念イベントでは、腫瘍内科 安井久晃先生によるご講演「自分らしくがんと生きる」や、アロマオイル体験、ウィッグ展示・体験、ネイル体験なども行われました。

プログラムの締めくくり「オータムコンサート」では、「翼をください」「アルプス一万尺」などの合唱に加え、患者さんや看護師、看護学校学生からの出し物、院内保育園児の可愛い歌など、沢山の方が参加して多いに盛り上がりました。

最後は、「ひとりの手」の合唱で、会場の参加者が一体となりました。



院内保育園児の合唱の様子



看護師による出し物

京都医療センターリボンズハウスは、専任スタッフが常駐、また、病院に関わる全ての人(院長はじめ、医師、看護師、事務方、医療者のご家族など)が、リボンズハウスの運営に関与します。

【聖マリアンナしんゆりリボンズハウス】

しんゆりリボンズハウスが、「聖マリアンナ医科大学附属研究所 プレスト&イメージング先端医療センター(B&Iセンター)附属クリニック」4階(メディカルモリノビル内)に移転し、「聖マリアンナしんゆりリボンズハウス」として9月10日(土)にリニューアルオープンしました。

オープン当日は、まず、リボンズハウスでボランティアをしてくださる皆さんのボランティア委託式を行い、スタッフ一同決意を新たにしました。記念イベントでは、当NPO理事長でB&Iセンター院長 福田護先生からキャンサーリボンズ設立の意義や各地のリボンズハウスの役割のお話がありました。また、税理士の先生からの「療養中のお金の相談」や「個別相談会&ピアサポート」が行われ充実した時間となりました。



ボランティア委託式の様子



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が紹介するヘルシーで美味しい簡単レシピです。

今回は、季節のサラダをご紹介します。梨とレンコンのた歯ごたえをお楽しみください。梨は古来から漢方薬として使われおり、疲労回復などに効果があります。また、レンコンは、ビタミンC、ビタミンB12が豊富で、貧血を防ぎ肝臓の働きも助けます。

レンコンのサラダ 梨ソース和え

(材料) 6人分

- ・レンコン 200g・・・乱切りにし、歯ごたえが残る程度に茹でておく
- ・春菊 1/2束・・・葉を摘み、さっと茹でておく
- ・柿 1/3個・・・皮をむき、いちょう切り
- ・梨 1/8個・・・皮をむき、いちょう切り
- ・菊花 1輪 (準備できれば)

<<梨ソースの材料>>

- ・梨 1/4個・・・すりおろす
- ・松の実 大さじ1と1/2・・・炒る
- ・はちみつ 小さじ1弱
- ・酢 大さじ1
- ・塩 小さじ1/6



【作り方】

1. 松の実をすり鉢ですりペースト状にし、はちみつ、酢、塩。すりおろした梨を混ぜ合わせソースを作る。
2. 下ごしらえしたレンコン、春菊、柿、梨を1のソースに和える。
3. 器に盛る(用意できれば)菊の花びらを散らす。

<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/>



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、全国でも珍しい試みが行なわれています。現在は、各地の図書館にご協力いただき、がん情報コーナーを設置するプロジェクトでの連携が始まっています。

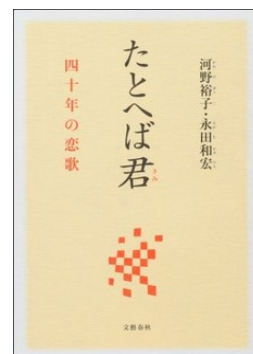
このコーナーでは、麻生図書館 館長 池原真さんに書籍の紹介を連載していただいています。

書名：『たとへば君 四十年の恋歌』

著者：河野 裕子、永田 和宏（文藝春秋社） 定価 1,470 円（税込）

昨年 8 月に乳がんで亡くなった河野裕子さんと、永田和弘さんの歌人夫妻が出会い、結婚、子育て、発病、再発、そして妻の死までの間に詠み交わした多くの短歌とエッセイを集めた本です。短歌は口語のやさしい歌ですが、たとえば発病時の歌は言葉にできない“おののき”が聞こえてくるようです。

あの時の 壊れたわたしを 抱きしめて あなたは泣いた 泣くより無くて
(河野裕子)



40 年間はそうした悲しみだけに彩られているわけではありません。熱い恋、夫への怒りなどいろいろで、共感するものも多いはずです。

歌は不思議です。ぜひ口ずさんでください。その時々のお思いがあなたに近づき、時には心が震えるのではないのでしょうか。

全国のリボンズハウスの活動報告

【びんく・ぱんさぁ】

7 月に沖縄で開催された日本ホスピス・在宅ケア研究会全国大会で、「当事者によるピア・サポートサロンと専門家による心のケアサロン」当事者として活動報告をしました。また、被災地へ向けた活動として、タオル帽子を作り岩手に届けました。

各地のリボンズハウスからのお知らせ

独立行政法人国立病院機構 大阪医療センターは、二次被ばく医療機関（放射線災害に関して専門的な機能・各種検査機器を有する機関）の役割を担うセンターです。大阪医療センター地下 1 階にある緊急被ばく医療施設で実施した訓練の様子を DVD にして販売しています（1000 円（税込）・送料別）。この DVD の売り上げは、全額リボンズハウスの拡充に充てられます。

DVD についてのお問合せは、大阪医療センター患者情報室（06 - 6942-7321（受付は 10～16 時・土日祝祭日は休み）まで）お願いいたします。



キャンサーリボンズからのお知らせ

「キレイの力」サポーターシップにご協力をお願いします

3年目となる『キレイの力』プロジェクト。当NPOが「P&Gパンテーン」とともに、がん患者さんの大きな悩みのひとつである脱毛の苦痛を少しでもやわらげたいという思いから、がん治療中の女性に医療用ウィッグと支えあいの気持ちをお贈りする活動です。

今年は、東日本大震災により「医療用ウィッグを流されてしまった」「避難所で脱毛が始まってしまった」などの状況を被災地の方にお聞きし、被害が大きかった岩手県、宮城県、福島県、茨城県、4県のがん治療中の女性に優先的にウィッグをお届けしています。

看護学生からの髪の寄付、P & Gパンテーンの収益の一部からの寄付も活用し、その他多くの皆さまに支えていただきながら活動を続けていますが、一人でも多くの女性に医療用ウィッグをお届けするために、継続的にご支援くださる「キレイの力」サポーターを募ることにいたしました。年1回(一口5,000円)定期的にご寄付いただくもの



ウィッグ試着の様子

で、サポーターになってくださった皆さまには、ウィッグを受け取られた女性たちからのメッセージや活動報告を年1回お届けします。20名のご寄付が集まると、そこに企業からの寄付金をプラスしてウィッグをひとつお贈りできます。詳細はキャンサーリボンズのホームページ(<http://www.ribbonz.jp/>)をご覧ください。皆さまのご支援、ご賛同をどうぞよろしくお願いいたします。

Web「がん暮らしサポート」とショッピングサイト「がん暮らしサポート良品館」開設!

キャンサーリボンズと、雑誌「がんサポート」(エビデンス社)は、がん患者さんの暮らしに役立つ情報や知恵・商品をご紹介しますWebサイト『がん暮らしサポート』(<http://www.gankurashi.jp/>)と、そこで紹介された商品を購入できるショッピングサイト『がん暮らしサポート・良品館』(<http://ryohinkan.jp/>)を開設致しました(運営:がんサポート株)。当NPO理事で美容ジャーナリストの山崎多賀子さんプロデュースによるオリジナル化粧品「kirei NAVI キレイナビ」も購入できます。ぜひ、一度ご覧ください。



「kirei NAVI キレイナビ」

がん患者さんの口腔ケアセミナーを開催します

キャンサーリボンズでは、「オンコロジーナーシングセミナー」を11月20日(日)に主婦会館プラザエフ(東京・四谷)で開催します。現在がん治療に携われ、患者さんのケアについて必要な知識として口腔ケアを学びたい方のご参加をお待ちしています。

詳細はキャンサーリボンズHP(<http://www.ribbonz.jp/>)をご覧ください。

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。