

# 《平成26年度・りんりんの会活動報告》

～平成26年4月から平成27年3月まで～

## 定例会実施報告

開催日	実施内容	場 所	参加数
4/19 (土)	<p>● 総会 &amp; Dr吉田の乳がん講座 「Dr吉田の今日この頃」～ホッと一息！tea time talk～</p> <p>*『最近の乳がん診療や新病院関連の話題提供』の他に、『最近のプライベートの部分』のお話し等、肩の力を抜いて笑顔で聴ける内容でした。</p> <p>*参加者から「先生のお話を伺って、人生の中に決断が必要。家でウジウジしてないで、さあ出かけよう！！人生を楽しもう！！と思いました。明日のことは分からないので！」…と言う感想もいただきました。</p>	市民病院 職員休憩室	26名 吉田 Dr
5/24 (土)	<p>● 定例茶話会(情報交換・相談会)</p> <p>*参加者から相談したい内容をお聞きし、それぞれのテーマ別グループでの情報交換を行いました。「少人数の中だと話しやすい！」と言う方もいるので、参加された方々がそれぞれスッキリとして帰られるように…とセッティングしました。</p> <p>*吉田先生にも加わっていただき、それぞれのグループ内で身近に質疑応答が出来るような相談会になりました。</p>	職員休憩室	19名 吉田 Dr
6/14 (土)	<p>● 勉強会:「乳がん看護認定看護師の成り立ちと役割 ・海外の患者サポートの現状報告」</p> <p>講師:金澤 麻衣子氏(大学病院乳がん看護認定看護師)</p> <p>*青森1名・秋田1名・山形2名・岩手5名・福島2名そして宮城県内には4名、全国では211名の乳がん看護認定看護師がそれぞれの現場で活躍されており、患者が抱える困難・不安に寄り添いながら、乳がん看護認定看護師としての役割(最新の知識・総合的な判断、治療選択に必要な知識・患者意志決定の支援、啓発活動、実践を通し役割モデルとして発信する等)を実践しているそうです。</p>	職員休憩室	27名 吉田 Dr
7/19 (土)	<p>● 定例茶話会(情報交換・交流会)</p> <p>*新病院での初定例会となりました。事前にスタッフが会議室までのルートを確認済みでしたので当日の大きな混乱は無く、スムーズに開催出来、ホッとしました。</p> <p>*毎回、会員さんが素敵なお花を持参してテーブルに置いていただくのですが、そのお花が一段と映えるような会議室！今回も参加いただいた吉田先生にも感謝でした。</p>	新市民病院 会議室	19名 吉田 Dr
8/23 (土)	<p>● 勉強会:おしゃれセミナー 『治療中の爪や肌のお手入れ・顔色をよく見せるメイク etc』</p> <p>講師:瀬戸 真由美氏(ソシオエステティシャン)</p> <p>*事前に参加者からいただいていた質問事項に一つずつ実践を交えながら回答いただき、和やかな中でメイクやお肌のお手入れについて勉強しました。</p> <p>*毎回、元気はつらつ！の瀬戸さんのお話しに、気持ちが明るくなり、皆さん笑顔で帰られたのが印象的でした。</p>	新市民病院 看護実習室	13名
9/6 (土) ～ 15:00	<p>● 下着の試着・相談会:下着についての情報交換・個人相談会開催。</p> <p>*平成21年から継続してワコール(株)リマンマ事業部のアドバイザーさんをお呼びして、下着の相談・試着会を開催。今年は、りんりん定例会に合わせて来ていただき、情報交換をしながら自分に合った下着やパッドでの補正の仕方など、個別にアドバイスをいただきました。</p>	新市民病院 会議室	12名
9/23	<p>● りんりんハイキング ～岩出山内川水路散策・スイーツ堪能コース～</p> <p>*今年度初企画の事業です！</p> <p>*自然の中を散策しながら、美味しい空気と癒される景色、また、川のせせらぎなどを楽しみながらの散策で、身体も気持ちもリフレッシュさせてもらいました。</p> <p>*いっぱい歩いたご褒美に「楓庵(ふうあん)」でのスイーツセット！』を堪能。歩数計では「8,325歩」という数字でしたので、安心して糖分補給が出来ました。</p> <p>*カラダもココロもオナカも、しっかりと癒された一日でした ♡</p>	岩出山 内川散策路	7名

<p>10/11 (土)</p>	<p>●りんりん研修会(ピンクリボン講演&amp;リンパ浮腫に関する講演)          テーマ:「つなげよう!ピンクリボンの輪・響かせよう!りんりんの思い」          ・講演:『医学用語』～医者は何を言いたいのか?～』          講師:吉田龍一氏(大崎市民病院乳腺外科科長)          ・講演:『ミラクルガール～いっぱい泣いて いっぱい笑って～』          講師:大塚弓子氏(リンパドレナジセラピスト・キャンサーサバイバー)          *大塚弓子先生から、『がんになったことは恥ずかしいことでもなんでもない!あなたはあなたらしく生きて行って大丈夫!』『毎日大切に生きようと気がつけたのは、がんになったおかげ。だから“がん感謝!”』と言う心強いお話がありました。患者にとって、この上ない励ましの言葉、そして明るい希望になりました。          *「人生は一度きり、一日を大切にキラキラ生きよう、後悔の無い人生を!」のメッセージに涙が出ました。私も同じ「がん感謝」を感じています。毎日プチ幸せを感じる様になっています。ちょっとしたことが幸せなんですね・・・と言う感想もいただきました。</p>	<p>古川保健 福祉プラザ</p>	<p>52名 吉田 Dr SW</p>
<p>10/25 (土)</p>	<p>●ピンクリボンスマイルウオーク          *青空で汗ばむほどの好天の中、5*。コースに挑戦!初参加の方(3名)もいたのですが、楽しくおしゃべりしたり、途中でソフトクリームを食べたりしながら、完歩することが出来ました。*トークショーのゲスト、アグネスチャンさんはピンクのワンピースが可愛かった~!舞の海さんは意外に普通の人だった!大学病院の石田先生は爽やかな雰囲気!・・・と言う印象でした。</p>	<p>仙台 勾当台公園</p>	<p>9名</p>
<p>11/22 (土)</p>	<p>●定例茶話会(情報交換会・相談会)          *抗がん剤治療の副作用、仕事復帰の不安等についての話題でそれぞれご自身の不安や体験談を話し合いました。*その後、差し迫った30日(日)の With you 東北での活動報告に向けて、当日参加出来ない方々への提供と患者会としての思いの共有を・・・ということで、スライドの確認をしました。</p>	<p>新市民病院 会議室</p>	<p>16名 吉田 Dr</p>
<p>12/13 (土)</p>	<p>●クリスマス会&amp;交流会          *3グループに分けての茶話会(相談交流会)終了後に、楽しいクリスマス会!ビンゴゲームでのプレゼント交換。他に会員さん手作りのペンケース争奪戦では、吉田先生とのジャンケン Time もあって、大いに盛り上がりました。          *今年も一緒にクリスマス会で皆さんと過ごせたことに感謝!</p>	<p>新市民病院 会議室</p>	<p>18名 吉田 Dr</p>
<p>1/24 (土)</p>	<p>●定例茶話会(情報交換会&amp;相談会)          *今回は①手術前、あるいは日が浅い方々の情報交換②再発・転移について③子育て中の悩みについて④年数的に落ち着いている方同士のフリートーク・・・のテーマ 4つのグループに分けての情報交換会。*他の病院の患者様も市民病院 HP でりんりんの会を知り、定例会に参加しようと仙台から足を運んでくださいました。(お一人で参加された勇気に拍手!ですね。)</p>	<p>新市民病院 会議室</p>	<p>20名</p>
<p>2/21 ~22 (土日)</p>	<p>●温泉に入ろう会(温泉一泊ツアー)          *日程をずらしても、何故か毎回大雪か強風に見舞われてしまう『りんりん温泉ツアー』でしたが、今年は何と晴天!!春を思わせるような暖かな日差しの中で電車に揺られ、温泉に到着。安心してノンビリゆったりと鳴子温泉美肌の湯に入り、ガールズトークに花を咲かせることが出来ました。          *♪♪..あったかいだから~♪...って言うクマムシさんの歌のワンフレーズがありますが、まさにピッタリその通り。温泉はいいですよ~。カラダもココロもホッコリ温かくなりますよ~!来年は是非、ご一緒しましょうね!</p>	<p>鳴子温泉 観光ホテル</p>	<p>6名</p>
<p>3/28 (土)</p>	<p>●定例茶話会(情報交換会&amp;交流会)          *お子様連れの患者様が4組(お子さんが5名)、また、新規で参加して下さったかたが6名、他の病院からの参加者は4名!総勢29名での交流会となりました。          *子育てのこと・再建・就労・抗がん剤治療の選択の迷い・術後、日の浅い方のこれからのことなど、それぞれの不安解消につながるように、グループ分けでお話をする機会になりました。          *全体での話し合いも設け、その中で吉田Drからの温かい助言や、仕事復帰された方々の体験談等も聞くことが出来ました。</p>	<p>新市民病院 会議室</p>	<p>29名 吉田 Dr</p>

## 26年度の実績報告（参加人数など）

- ◆ 年間事業参加延べ人数 … 273名(年13回開催)
- ◆ りんりん事務所利用延べ人数… 37名(年23回 第2・第4水曜日午後～オープン)
- ◆ りんりん携帯電話相談延べ人数…30名

病気に対する漠然とした不安、術前術後の抗がん剤治療の副作用について、退院後の日常生活の悩み、術側の痛み等での相談が多くありました。(代表高橋が対応しています。こちらの都合で直ぐに対応できない場合もありますが、追ってこちらから連絡を入れるようにしております。)

## 他の研修会などへの参加報告

- **4月8日(火) ピンクリボンデー 岩松旅館 3名参加。**
  - \* 全館貸し切りでのピンクリボンデー日帰りコースに初参加。仙台駅からの送迎もあるし、平日の昼間から誰も使用していないお風呂にも入れたし、美味しい食事もいただけたし、幸せ気分のひと時でした。
  - \* 日帰りコースは、幸か不幸か、参加者がりんりん3名のみ！宿泊コースもあり、そちらの参加人数は不明でしたが、ピンクリボンデーを企画していただけたことには感謝でした。
- **6月第2週 パネル展 アエルにて**
  - \* NPO 法人東北臨床腫瘍研究会と東北大学病院がんセンター先進包括的がん医療推進室主催で「みやぎのがんサポート団体・専門機関・NPO の紹介パネル展」が開催され、県内 18 施設・団体のがん患者支援団体の活動情報をお知らせする機会となりました。
  - \* りんりんの会では、一般の方々にも患者会活動を分りやすく伝えたいと考え、主治医や会員にメッセージカードに記載していただき、患者や主治医からの生の声で患者会の必要性等をお知らせしました。
  - \* 3日間の日程で開催したパネル展には、110名の方々にご来場いただくことができたそうです。
- **ピアサポーター研修会(がんサロン編)…会員 2名参加。**
- 「宮城のがん相談を考えよう」(研修会)…代表(高橋)参加。
- **11月30日(日) With You 東北 研修会 in 仙台(アエルにて)に参加(11名)**
  - \* With You 東北は県内の乳腺専門医や医療関係の方々スタッフがとなり、乳がんの患者さんとご家族、乳がん診療に関わる医療従事者とが同じ立場で意見を交わし、ともに考え、理想的なブレストケアを実現することを目的として開催しています。
  - \* 第3回目となった今回、「宮城の乳がん患者会活動報告」の場をセッティングしていただき、「りんりんの会」と「マンマの会パセリ(石巻乳がん体験者の会)」さんのそれぞれ取り組んで来た事業や今後の取り組みなどについて壇上でお話しする機会となりました。

## 26年度のりんりんの取り組みと他機関との連携活動

- **第1回手作りパッド講習会開催**
  - \* 試行段階で使用していただいた手作りパッドの使い心地が良かったので、もう1個欲しい！という会員さんからのご要望があり、りんりん事務所で講習会を開催しました。27年度も引き続き、ご要望があり次第、開催予定です。
- **大崎市民病院がんサロンでのピアサポート的活動**
  - \* 7月より新市民病院のがんサロンが常設され、週2回ほど『体験者とのおしゃべりサロン』(10時～15時)の日が出来ました。その中で※ピアサポーターとして高橋がボランティアでお手伝いさせていただいています。(※ピアサポーター:体験を共有し、共に寄り添いながら一緒に考え、がん患者やその家族をサポートする体験者)
  - \* 受診前後や化学療法終了後に立ち寄りくださったり、情報収集の為に入院中の患者様が見えたりすることが多くなりました。また、ご家族の方のご利用も増えて来ています。
- **県南中核病院がんサロンのお手伝い**
  - \* 10/22(水)サロン担当の方より代表(高橋)にお声をかけていただき、県南中核病院(大河原)に出向き、サロンの中で体験談や患者会について等のお話しと参加者との情報交換をする機会がありました。
- **宮城県がん対策推進計画「就労とがん対策」「企業の人事労務担当者の為のがん情報誌」**
  - \* 宮城県がん対策推進委員(患者代表)として、今年度は就労支援に関する会議に参加。そのまとめとして「CANCER」という「企業の人事担当者の為のがん情報誌」が宮城県で作成され、県HPにも掲載されました。
  - \* 就労に関する研修会の内容と合わせて、患者自身の仕事復帰も含めた体験談などが掲載されています。
- **社会復帰に向けた医療用ウィッグの助成について**
  - \* 化学療法の患者様が増えてきておりますが、副作用(特に脱毛等の外見の変容)で社会復帰を断念する方もおりますし、治療による経済的負担が多くなってしまうので、ウィッグの購入をためらう患者様も少なくありません。
  - \* 精神的・経済的負担の軽減をサポートすることで、治療中の患者様の「社会復帰への後押し」や「自信を取り戻すきっかけになってほしい」という観点から、医療用ウィッグに対しての助成を検討願いたい！とりんりんでは考えています。(有り難いことに、2市町で議員様を通して要望としてあげていただきました。)