

平成26年度 第9回りんりん研修会報告書

「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」

～大切なからだ・大切なところ、そして大切なあなたへ～
・・・体験者からの大切なメッセージです！



1. **研修名** 第9回りんりん研修会
2. **開催日時** 平成26年10月11日（土）
13時開場・受付 13時20分開会 16時終了
3. **開催場所** 古川保健福祉プラザ 2階多目的ホール
4. **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」
～大切なからだ・大切なところ、そして大切なあなたへ～
・・・体験者からの大切なメッセージです！
5. **開催内容** ピンクリボン講演・リンパの話しと体験を交えた講演
 - * 講演 『医学用語』～医者は何を言いたいのか～
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～』
大塚 弓子氏（リンパドレナージセラピスト）
6. **参加者** 52名
 - 内訳…乳がん体験者：41名（会員：31名 会員以外：10名） 家族1名
医療関係者7名 一般3名
 - 年代…20代（1）30代（4）40代（7）50代（24）60代（11）70代（5）
7. **アンケート回収** 25枚
8. **アンケート結果**
 - ① **アンケートにお答えいただいた方の年代**
20代（1）40代（5）50代（12）60代（6）70代（1）
 - ② **内訳：乳がん患者**（21）**家族**（1）**医療関係者**（3）
 - ③ **研修会の情報収集**：大崎タイムス（1）大崎市民病院チラシ（吉田先生から）（10）
市民病院HP（4）マイタウンふるかわ（2） その他：患者会から（8）
 - ④ **参加理由等**
○初めて参加（8） ○何度か参加している（17）：2回（5）3回（3）
8回（1）9回（4）無記入（4）

吉田先生の講演が聞きたい（16）大塚弓子先生の体験談が聞きたい（18）
病気の情報がほしい（10）病気に関心があった（3）がん体験者だから（11）
患者会に関心があった（5）その他：患者会の皆さんに会いたかったから（1）

⑤ 感想(原文のまま掲載)

- * 吉田先生・・・分りやすく時間があっという間に過ぎてしまい、もう少し先生のお話が聞きたかったです。治療してもらっている先生から講演が聞けることは患者にとっては本当に有り難いです。
- * 乳がんになって、先生方に専門的な話を聞き、こころが安定するのが分ります。リンパ浮腫も詳しく分らなかったのですが、チェックの仕方や治療が分って良かったと思います。それに、がんでガッカリしないで強く生きて行こうと思いました。
- * 1年ぶりの参加です。久しぶりに吉田 Dr のお顔を拝ませていただき、元気になりました。
- * 本日参加してよかった！！吉田先生からの最新情報を聞けたこと、大塚先生のリンパドレナージを詳しく指導していただき、本当に良かった。ホントに、がん=死ではないですね！
- * 再発や転移。言葉にドキドキしてしまいます。でも、皆さん同じ立場と思うと力強く励まされます。りんりんの会の皆さまのおかげでいつも講演会を聞くことが出来ます。ありがとうございます。
- * 大塚先生・・・リンパドレナージの実技は初めて知り、今後取り入れてみたい。
- * 乳がんになる前にテレビで大塚先生のドキュメント番組を拝見してとても気になっていました。今回、お話を聞けてとても参考になりました。
- * リンパマッサージの効果、本日実感しました。私は患者ではありませんが、上腕・前腕・手のマッサージをしたら指輪が緩くなりました！リンパマッサージの方法・注意点を学べてとても良かったです。必要な人に会った時は伝えていきたいと思えます。
- * 今後の生活に活用していきたいと思いました。
- * 大塚先生の講演、大変、大変、大変、感動！！先生の生き方に感動しました。納得したし、同じがん患者として共感できる言葉であふれていました。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……。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。毎日がプチ幸せを感じる様にしています。ちょっとしたことが幸せなんですね。
- * 大塚先生の生き方に感激です。諦めないこと、自分を縛らない、リンパ浮腫に完治は無い、保湿やけがについて最近気にしていなかったな～と振り返り、気を付けようと思いました。リンパ浮腫のセルフケアもやってみます！
- * 大塚先生のお話し感動しました。がん患者でも恥ずかしくない、精一杯毎日生きていくこと！
- * がん感謝！ 本当ですね。がんのおかげで気付けたこといっぱいです。

- * 一步一步前に進んできて、やっと受け入れられるようになってきたこの頃、今日の大塚さんの“がん感謝” 心の中にスーッと入りました。
- * とても良いお話しでした。実践もあり分りやすかったです。元気が湧きました。ありがとうございました。
- * 無理なく聴けました。(休憩があったので)
- * 今回は吉田先生のお話しが短かったような気がしました。
- * 時間も限られているためスライドを使って説明されましたが、あまり分らない点多かった。メモを取る時間もついでに行けず残念！スライドからのメモを取るにも追いついて行けなかった。
- * 吉田先生、大塚先生のお話しはとてもためになりましたし、元気が出ました。ありがとうございました。
- * とても勉強になりました。
- * 素晴らしい講演でした。お二人の先生方、ありがとうございました。
- * 沢山の方々が集まって良かったですね。運営に携わったりんりんの会の皆さん、本当にお世話さまでした。ありがとうございました。

⑥ 次回参加するとしたらどのような内容の研修会を希望しますか？

- * 正しいがん情報の見極め方
- * 今回のように勇気づけられる、元気の出る話は良いと思います。
- * これからの最新治療について
- * 乳がんの治し方、痛くなく治療して元気で長生きする薬とか。パッドの作り方
- * やっぱり体験者の方のお話を交えた〇〇・・・(なんでもOK) がいいですね。
- * それぞれの体験談の発表など聴きたい。
- * やはりがんを経験した方のお話しは説得力があるし分りやすいので、今後もそのような研修会だと良いなと思います。
- * 最近、乳がん検定のことを新聞で知りましたが、どの程度のものか知りたい。
- * 笑いのヨガ(興味がある)
- * どんな企画でも参加します！

⑦ りんりんの会への要望・メッセージなどありましたらお願いします。

- * 皆さんお疲れ様です。いろいろとご準備されてきた会長さん他に感謝です！
- * いつも心の支えです！ありがとうございます♥
- * 自分が乳がんになったと同じ頃、高橋会長さんの新聞記事(だったと思います)見ました。恐怖心は消えたわけではありませんが、少し安心した記憶があります。乳がんになった女性の力になって頂ける様、りんりんの会がずっと続くことを願っています。
- * いつでも扉が開いていると思うとホッとしています。この会がいつまでも続いてがん患者さんの癒しの場所となることをお祈りしています。素晴らしい会に感謝！！

- * 吉田先生のお話にもありましたが、『早期発見の大切さ』でも大崎市は全体的に検診の受診率が低く、乳がん検診も同様の状況です。ピンクリボン運動などテレビ・マスコミでもかなり取り上げられているので、乳がんの周知は全国的にも広がっていると思うのですが…。何かもっと市民に届くPRをしていかなければなりません。りんりんの会さんのお力を何とかお借りしたいです。(行政関係者)
- * 今日は一般で聴講させていただきましたが、乳がんと戦っている(明るく)方々が身近にいたことを知りました。どんどん外へ発信してください。
- * いつもお世話になっています。これからも一人だと病気で心細いのでみんなで励まし合って仲良く楽しくりんりんの会で乳がんをやっつける気持ちでやって行けたらと思います。
- * これからもみんなで未来へ前向きです！
- * 今後ともよろしく願いいたします。今日はとっても良い一日でした。
- * 今後も患者の力になってくれるよう希望します。
- * スタッフの皆様、準備ありがとうございました。
- * 今後のご活躍、宜しく願い致します。

《りんりん事務局より御礼！》

毎年、この時期に研修会を開催し、参加していただいた皆様に「病気の理解」や「心の癒し」、「患者会の周知」などを知って頂ける様に力を入れて来ましたが、今回で9回目を迎え、患者会も10年を過ぎようとしています。年月が過ぎてしまう速さに戸惑いもありますが、毎回、惜しみなくご協力してくださっている吉田先生始め、大崎市民病院スタッフの方々に、10年もの間、毎回りんりんの為にお手伝いいただきましたことに心から感謝申し上げます。同時に、一緒に歩いてきてくださったりりんりんスタッフの皆さんにも感謝でいっぱいです。

大塚弓子先生のお話の中に、『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！』『毎日を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ったことと思います。

今回、皆様から頂いた感想や貴重なご意見・ご要望、そして温かいメッセージにしっかりとお答えできるよう、また来年に向けて、患者会として胸を張って歩き出そう！と思っています。

りんりんの会は、今後も、悲しい思いをする方(本人やご家族も)を少しでも減らせるように、一緒に寄り添って行けるピアサポートの提供、一般の方々への病気に対する理解と検診の受診率アップの為の啓発活動を継続して行きたいと考えていますので、変わりないご支援を宜しく願い致します。