

## 平成 22 年度りんりん研修会報告書

1. 研修名 りんりん研修会
2. 開催日時 平成 22 年 11 月 27 日 (土) 10 時受付 10 時 20 分開会 12 時 30 分閉会
3. 開催場所 古川保健福祉プラザ 2 階多目的ホール
4. 開催内容 リンパ浮腫の講演・マッサージの実践  
& 質疑応答・情報交換・交流会
5. 演 題 『リンパ浮腫のお話とマッサージの実践』  
～私はがんに負けない！ミラクルガール誕生秘話～
6. 講 師 大塚 弓子氏 (石巻赤十字病院リンパ浮腫セラピスト)
7. アドバイザー 吉田 龍一氏 (大崎市民病院乳腺内分泌外科科長)
8. 参加者 68名  
※ 内訳…乳がん体験者・・・50名(会員：31名 会員以外：19名)  
婦人科患者・・・8名 医療関係者・・・8名 不明・・・2名

《研修会会場にて・大塚先生と吉田先生》



《アンケート回収結果》

回収枚数:36枚 (会員 10 枚・会員以外 14 枚・婦人科 8 枚・医療関係 4 枚)

### ★ 参加した理由

- ・ リンパ浮腫に関心があった(17) ……浮腫で悩んでいる(3)・自己流でマッサージ(3)  
リンパ浮腫外来に通院中(2)
- ・ マッサージの方法が知りたかった(21)
- ・ ミラクルガールの本を読んで感動したので(8)
- ・ その他(4)・・・①リンパ切除しているので不安(2)  
②リンパ浮腫にかかっている(足)  
③テレビ・新聞等で知っていたから  
④りんりんの会の活動を拝見させていただくため

### ★ 感想

◎講演 『リンパ浮腫のお話とマッサージの実践』

～私はがんに負けない！ミラクルガール誕生秘話～

- ・ ミラクルガールを読ませていただき、最初、「同じだ、同じだ」と共感する事が出来ました。だんだんと読み進むと、『大塚先生ってすごい！』って思いました。読み終わったときは、『私もがんばるぞ！！』と素直な気持ちになりました。

- ・ミラクルガールを読みましたが、実際にお会いして、より以上の勇気をいただきました。ありがとうございました。
- ・リンパマッサージは力は要らず優しく触れる・なでる感じでよい、それでも効果があるという事実にびっくり、そうだったんだという感じです。いつでも苦にせずできるな〜という思いです。ミラクルガールの本はこういう経過をたどって出来たんだ、自分ももっと頑張ろうと思いました。
- ・先生のメッセージが伝わりました。最後に「生まれてきたことが大きなミラクルです」の言葉がずしんと胸を熱くしました。生き方が大切！！今からミラクルが起きると思うけど嬉しいミラクルを期待します。
- ・体験者だからこそ患者の気持ちがわかる素晴らしい先生だと思いました。マッサージの方法もよく分かりました。
- ・今、子供が17歳です。同世代で闘病することはどんなにか大変であったろうかと思います。今年の夏に告知を受け、私自身も大塚先生のお話にもあったように、大分落ち込みました。現在は少しは落ち着くことができました。先生の今日のお話を聞いてこれからの治療を頑張っていきたいと思います。
- ・わかりやすい講演内容で実践があったのはとてもよかったです。楽しくうかがうことができ、あっという間でした。それと、とてもキレイで（大塚先生が・・・吉田先生ではなく）ビックリしました。遠くから拝見してもまつ毛が長い！！元気をいただけて勇気が出ました。
- ・実際、がん患者として体験し、前向きに生きている姿勢（頑張っている様子）がとても素晴らしいと思います。
- ・両者の体験者なので、興味深く楽しく聞かせていただきました。
- ・いろいろなお話を聞いて本当に良かったです。
- ・前向きに生きる姿に感動しました。
- ・私も力が出ました。頑張ります。
- ・楽しい講演でした。大塚先生が明るく前向きに生きていることを実感しました。
- ・気持ちが明るくなった。考え方ひとつで物事がすごく変わったりするんだなと思った。
- ・とても感動いたしました。前向きの人生を歩もうと思います。
- ・前向きな気持ちと明るさに感動！
- ・私は幸いリンパ浮腫になっていないところですが、お話を聞くことで本当に良かったと思います。ご本人はとてもかわいい方だと思いました。マッサージの仕方を教えていただいてラッキーでした。
- ・リンパ浮腫について少しわかることができました。お元気な方で、私も無理せず生活していきたいと思います。
- ・お元気でハツラツとしてやる気十分で病気を抱えているとは思えません。希望が湧いてきました。大崎市は2年に一度の検診ですが、毎年受けられるようになればいいと思います。
- ・生き生きと語られたお話、実際にお目にかかり、嬉しかったです。マッサージの仕方を詳しくして下さって感謝です。自分でもしてましたが、もう一つはっきりわかりました。
- ・今まで土台のマッサージをしないでマッサージをしていました。
- ・マッサージにもいろいろな方法があることがわかりました。今後、役立てていきたいと思います。
- ・きちんとしたマッサージの仕方を知り、日常的に触れることをあまりしていないので、気を配っていたわるようにしたいと思います。
- ・今日から毎日マッサージします。10年悩んでいました。これで楽になるといいです。
- ・乳がん患者の妹のリンパ浮腫をどうにか出来ないかと思いながら過ごしていたことを思い出しながら聴かせていただきました。前向きな姿勢にとっても勇気づけられました。実技ありでとても充実した内容でよかったです。
- ・友達にリンパ浮腫の方がおります。今日の大塚先生のマッサージの方法を教えます。

- ・仙台から新幹線できました。とても有意義な話で感動しました。
- ・リンパ浮腫で悩んでいる患者さんに伝えたい、リンパ浮腫についてもっと知ってほしいと思いました。すぐに実践できるマッサージの内容だったのでよかったです。そして実践してみたいと思いました。とても参考になりました。(医療関係者)

#### ◎質疑応答&情報交換・交流会

- ・“力”はあるけど、愛情深く“触る程度”の力でよいことが分かった。
- ・貴重なご意見、質問、質疑応答等、疑問点がいろいろと聞けて良かったです。
- ・患者と先生の交流はめったにないことでとても良かったと思います。忙しいのにありがたいです。
- ・わかりやすい内容でした。
- ・具体的なお話を伺えてよかったです。
- ・ほかにも聞いてみたいことがありましたが、他の方が質問されていたので、うかがうことができて良かったです。浴槽内ではNG!など。勉強になるので良い機会です。
- ・質問一つ一つに詳しく答えて下さりわかりやすかった。病院で見る吉田先生とは違った、よい雰囲気先生の一面も見ることができて良かった。次回の診察の時、質問があったら遠慮なく聞くことができそうです。

#### ★次回もこのような研修会に参加してみたいと思いますか？

はい(34)      いいえ(0)      わからない(2)

#### ★はいとお答えされた方：具体的にどのような内容の講演を希望しますか？

- ・婦人科系の病気について(乳がんの病気後、何年か過ぎると少しずついろんなところが悲鳴を上げてきました。)
- ・再発と転移の時の治療法を知りたい
- ・同じ乳がんでもその人によって術後が違おうと思うので、具体的に知りたい。
- ・免疫力を上げるようなリズム体操とか、食事での免疫力アップ的效果とか。
- ・患者さん自身の体験談。現在の生活などについての講演 体験を通してのいろいろな情報
- ・リンパ浮腫に関しての実践を再度。体験を通してのリンパ浮腫の話
- ・明るい未来を感じられるような元気のある講演。新薬治療とか研修医の先生のお話
- ・病気になる前の予備知識

#### ★りんりんの会へのご意見・ご要望等

- ・受付で本(ミラクルガール)が買えるように、置いていてほしかった。
- ・講演のPRをもう少ししてほしかった。
- ・参加したいのですが、仙台からはちょっと遠いです。
- ・今回の講演もためになりました。ありがとうございました。
- ・一般の方を研修会に混ぜていただきありがとうございました。乳がんを体験した方やもし自分が体験したならば、このような会があることで大分励みになると思います。頑張ってください。
- ・参加している方々がとても元気でハツラツとして私も元気を出さねば…と思いました。
- ・いつもありがとうございます。ごくろうさまです。
- ・いつもお世話様です。皆さん明るくてとっても元気をいただいています。
- ・時々しか参加できなくてすみません。