



～7/5(水) 河北新報～

* いんいん考案『補整用手作りパッド』の記事が掲載されました！

- りんりんハートメイド倶楽部で作製している「手作りパッド」の中の“取り外し型（全摘の方向・3wayタイプ）”を7/5の新聞に取り上げていただきました。その記事が掲載された朝7時早々から電話が鳴り始め、その後1週間までの間に70件ほどお問い合わせをいただきました。
- 『こんな情報を10年以上も待っていました！』『ホントに困っていたんです』『患者さんが患者さんのために作ってくれているということがとても嬉しかった』…などなど。（電話対応出来なかった方、講習会の参加定員が一日で終了となり、お断りさせていただいた方々、大変申し訳ありませんでした。）反響がとても大きく、長期にわたって情報が無くお困りだった方がたくさんいらっしゃったことが分かり、改めてパッド作製を継続して来てよかった言う思いと、情報提供の必要性を強く感じました。
- 皆様のご要望（大崎以外での講習会の開催や完成品の販売郵送など）には、なかなかお答え出来ない状況ではありますが、今後も皆様に必要な情報提供がスムーズに出来るように、この活動を継続して行こうと考えています。
- 「りんりんの会ブログ」にも随時更新しておりますので、是非、チェックしてみてくださいね。



* いんいんの会活動報告 *

* 7/22(土)『補整用パッドつくり講習会&下着の情報交換会』開催 *
～講習会参加者: 13名・見学&情報交換: 10名～

- 参加者の皆様から感想をいただきました！ 【アンケート回収結果・・・回答者: 16名】
- ★ 地域別: 仙台(2) 柴田町(2) 美里町(2) 大崎(2) 松島・東松島・黒川郡・塩釜・多賀城・栗原・登米・石巻(各1)
- ★ 年代: 50代(7) 60代(5) 70代以上(4)
- ★ 術年数: 1年(2) 3年(2) 5年(2) 10～15年(6) 23年・24年・25年・32年(各1)
- ★ 参加してみて・・・良かった(15) 大変良かった(1)
- ★ 参加のきっかけ・・・自分に合うパッドが欲しかった(9) 手作り出来ることが分かり嬉しかった(6) パッド作りに興味があった(4) パッド情報が無く困っていた(3) その他（肌触りの良いもの・洗濯できるものが欲しかった。ワコールの物を使用していたが価格も高くデザインも決まったものしかなく、掲載された新聞を見てすぐ電話した。）
- ★ 感想・・・思い切って参加してとても良かった。お話しも出来て最高の日になりました。
 - * こういう場があることが嬉しい。みんなと一緒に作れてよかった。自分に合うパッドが無かったので嬉しかった。
 - * 特に夏場は汗をかいたり薄着になるので、他の人に不快感を与えるのでは？と気にしていました。簡単に出来そうなので、挑戦してみたいと思います。(見学の方)
 - * (完成後すぐにつけてみたら)自分の胸になじみ、感激しました。準備等、いろいろとありがとうございました。
 - * 親切に教えていただき、楽しく作ることが出来ました。
 - * (取り外し型タイプは)多少難しい部分もありましたが、きれいに出来ました。
- ★ 今後のご要望・ご意見など・・・
 - * 家で作ってみたいと思います。* またパッド作りに来ようと思っています。
 - * このような講習会はとても嬉しいです。* とても良い企画なので、これからも続けて行ってほしいと思います。
 - * 今後もこのつながりを大事にして、困っている方にお知らせしたいと思います。
 - * 私のような悩みの方が多いと思いますので、これからも講習をお願いします。



*** 8/5(土)こころん(20代~40代の若年層の患者様対象)勉強会開催 ***
~参加者:7名・医療スタッフ:2名・りんりんスタッフ3名

●今回は・・・

- ★「がん治療と妊孕（にんよう）性について」（仙台市内の施設の乳がん看護認定看護師さんの講話）
- ★乳腺外科医・乳がん看護認定看護師さんとの相談会&情報交換会

●話題として・・・

- ★化学療法と妊娠について ★不妊治療（治療費など）について ★リンパ浮腫 ★病院選択について etc.

●参加者の感想

- * 専門的なが「トラインのお話等々、とても参考になりました。自分自身でも勉強して知識を深めていきたいと思いました。
- * 最新の情報を聞くことが出来、とても貴重な時間を過ごすことが出来ました。
- * お一人お一人、精いっぱい乳がんと付き合っているのだなあ〜と感じました。みんなが少しでもモヤモヤを解消して、笑顔になれる時間が増えるといいなと思いました。
- * その場で医療者の方に相談出来、思いを話すことが出来て良かったです。ありがとうございました。
- * これからもずっと今のままの温かいこころんの会でいてください。



*** 8/26・27(土・日)仙台・リレーフォーライフ参加 ***
~参加者:6名(※手作りコーナー:スタッフ4名・参加者2名)

●今年度、「がん患者会とのネットワークみやぎ」の中のブースに『手作りコーナー』を設けていただき、登米の『えがおタオル帽子工房』さんと『りんりんの会』とで“タオル帽子作り”と“補整用パッド作り”の講習会や完成品販売などを行いました。

●補整用パッド作り・・・参加されたお二人は、事前に新聞記事やブログ等で情報チェックしていただいていた方々。りんりんハンドメイド倶楽部メンバーのご指導の下、一緒に作りながら病気に関する情報交換もでき、充実した時間を共有することが出来ました。ハンカチを畳んでパッド代わりにしていたという方が、“裁縫は苦手なんです”…と言いながらチクチク縫い、完成直後に自分で作った『一体型パッド』と入れ替えてみた瞬間、表情がパッと明るくなられたのがとても印象的でした。

●参加者の感想

- * ていねいに教えてもらって、完成しました。楽しく手作りできました。また機会があったら教えてください。
- * 普段、縫い物をほとんどした事のない私にも作ることができました。実際に着けてみて、とってもしっくりしました。参加出来てとても良かったです。仙台でも活動していただけたら嬉しいです。

*** りんりんの会・今後の予定 ***

★9/9(土)移動研修会～日帰り温泉&パステルアート

- * 川渡温泉「玉造荘」(現地集合)
- * 会費:4,000円(食事・入浴・部屋代・資料代他)
- ※まだ空きがあります。ゆったり・ノンビリお風呂に入りましょう♪

★10/14(土) 第12回りんりん研修会

- テーマ:「もっと知ってほしい 乳がんのこと・再建のこと」
- * 大崎市保健福祉プラザ・13:00~16:00 開催予定
- * 吉田龍一 Dr.(乳腺外科医)・清野広人 Dr.(形成外科医)のそれぞれのご講演と質疑応答の時間があります。
- ※大崎市民病院 HP・りんりんの会ブログ等でご確認ください。

～りんりん事務所で一緒にお話しませんか?～

♪ 第2水: Tea Time(個人相談会)

♪ 第4水: パッド作り(一緒に作りましょう!)

* 時間: 13:00~16:00 * 場所: 正明薬局(古川三日町)

※りんりんスタッフがお待ちしています。

※ 第4水(パッド作り) ~自分に合ったパッド(全摘用・温存用)を作製希望の方は、事前予約が必要です。

※ 完成品をお分けすることも出来ます(事前ご連絡下さい)
(10月25日(第4水)以降は空きがあります。)

●お問い合わせ～りんりん携帯: 090-6259-9205



小林麻央さんのこと

大崎市民病院 乳腺外科科長 吉田 龍一

もうだいぶ前のような気もしますが、乳がんで療養中だった小林麻央さんが6月22日自宅で死去しました。34歳でした。

昨年6月に乳がんであることを公表し、その後、9月には「がんの陰に隠れている自分とお別れしようと決めました」とブログを始め、日々の出来事、家族への想いなどを綴り、多くの人の共感を得ました。同じ病気で苦しんでいる人達の励みにもなったでしょう。

そんな麻央さんの訃報を聞いて、がんサバイバーである皆さんはどのように思ったのでしょうか。自分を照らし合わせて不安に思った人も多数いるのではないのでしょうか。人それぞれみんな違うといいながらも、同じ病気だということからどうしても重ね合わせてしまうのが正直なところだと思います。誰もがああはなりたくないというのが本音ではないのでしょうか。

麻央さんは自らの想いを世間に発信して、注目され、みんなに愛され、いい人生だったと、メディアは言いたいのでしょう。そうかも知れません。でも、麻央さんはもっと生きたかったのだと思います。病気が治らなくてもいいから、ただただ、生きたかったのだと思います。世間を勇気づけたことで決して満足などしておらず、むしろ心残りだったと思います。ブログは自分のやるせない気持ちを吐き出す場所だったのでしょうか。決して人のためではなく自分のために発信していたのだと思います。ネットでのやりとりの中で思いの丈を吐露して心の安寧を得ていたんだと思います。

1年前に病気を公にしたとき、それまでの経過から我々乳腺外科医はある程度の予想はできました。麻央さんの詳細な経緯は知りませんが、乳がんと診断されたあとに標準的な治療を受けていればと悔やまれるところもあります。聞くところによれば、抗癌剤治療を拒否し民間療法に頼っている間に手をつけられないほど悪化したようです。周囲に適切なアドバイスをしてくれる人がいなかったのか、それとも本人が頑固だったのかわかりません。麻央さん自身が、「あのとき、もっと自分の身体を大切にすればよかった。あのとき、もうひとつ病院に行けばよかった。あのとき、信じなければよかった。あのとき、、、あのとき、、、」と一度だけ後悔していることを綴っていました。きっと、そのことを指しているのでしょうか。早く治療をしていれば治ったかどうかはわかりませんが、少なくとももっと長生きはできたはずだと思います。

それでも、麻央さんにとってよかったのは、大切な家族がいて、愛されていたこと。自分でがん患者という殻を破って発信したことで、多くの方から励ましを頂けたこと、つらいのは自分だけじゃないと思えたこと。そして、最期の時を大切な家族と過ごせたこと。生きたいという願望が叶えられない代わりに、今が幸せと思えることが見つけれられたのではないかと思います。家で子供達をはじめ家族と過ごし、家族の愛情をたくさん受け、そしてブログでそれを発信することがそうだったのかも知れません。

りんりんの会の研修会でもお話したように、芸能人で乳がん罹患した方は多くいます。亡くなるとセンセーショナルに報道され、同じ病気の経験者はみんな不安になると思います。でも、乳がん罹患したものの、乳がんで亡くなった人より他の疾患で亡くなった方が多く、ましてや、再発も無く活躍している人の方がずっと多いのです。おそらく、今後も有名人が乳がんで亡くなったという報道がなされるたびに、不安な気分させられるかも知れませんが、他人は他人、自分は自分と、同じ病名でも全然違うんだと考えることが大切であると同時に、後悔しない生き方をすることが大事だと思います。

●第6回 With You 東北～あなたとトピクスタを考える会～開催のお知らせ！●

★12/3（日）12:30～16:00（12:00 開場） 仙台国際センター 会議棟にて

★今回、園田マイコさん（モータル）のトークショーの司会・進行を吉田先生・高橋（りんりん代表）が担当します。

★グループワークもあり、たくさんの仲間や医療スタッフとお話しが出来ます。是非、ご参加ください。

連絡窓口:大崎市民病院 地域医療連携室 がんサロン ☎ 0229-23-3311