



● 第24回県民公開講座 ～ 骨髄移植を知ろう～ 下北、来さい！健康フォーラムが開催されました



7月28日(土)、今回は初めての下北開催。題して「下北、来さい！健康フォーラム」。むつ病院やむつ市、そしてむつ保健所の強力な協力で、地域力結集！の会でした。無料体験コーナーなども大盛況。特にINBODY測定には列をなしていました。(そうそう、グランドゴルフみたいなのもやっていたよ。ホールインワンでポケットティッシュをもらった第1号は私です♪)



むつ市長のご挨拶で始まりました。部下(この日も登場して下さった吉田真さん)のドナー体験を上司の立場として応援した経験を盛り込みながら、実感込めて開催を喜ぶコメントをくださいました。

第1部は、まろまろの元気な仲間、納谷さんが地域の顔として「健康フォーラムへようこそ」と題してお話し、スタートとなりました。「病気と共に生き、周りの方々とつながりを大切に、日々を大事に生きる生き方が伝わってきた」との感想が。

第2部は胃癌や大腸癌がテーマでした。「診断について」、「内視鏡治療について」、「化学療法について」など、ちょっと医師の学会発表(?知らないけど)みたいで、専門的な話もあったけど、わかりやすく伝えてくださり、「いろいろな癌について、正しく知っておくのはいいな～」と思いました。



塩辛い物、たばこ、要注意！ 健診受けよう！ ですよ、皆さん。



そして第3部は「白血病なんて怖くない。そういえる日が来ることを、信じて」と題して、骨髄移植を知ろう！です。国立病院機構弘前病院の山口公平先生が血液疾患と骨髄移植について説明して下さった後、ドナー登録のこと、ドナーになると何をするのか、そして、ドナーさんの体験と骨髄移植の体験が語られました。

移植経験者の山崎祐子さん。お話の前後、会場で大勢の方(ご主人や息子さんたちご家族かな～)が山崎さんを囲んでいらして。「たくさんたくさんご家族の支えがあったのだろうな～」と思われました。「病気があっても、幸せを実感できるチャンスがどうかたくさんありますように」と、山崎さんのお話を伺いながら自分も含め皆さんに願いを。
(報告:山本なおこさん)

● リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018 参加

恒例になったリレフォへの参加。今年で4年目です♪天候がとても心配されましたが、まさに奇跡的に回復！最小限の影響で済みました。開会式直後の雨以外は。翌日の晴天は写真のとおりです。



実は今回の夜中の主役は県病の藤井先生。素敵な自転車で颯爽と登場し、取り出したのはキャンプ用品。新しい飯盒やバーナー、そして、米とレトルトカレー。

楽しそうにご飯を炊き上げ、紙コップでカレーライスを食す様子に、元気をいただきました！お米を洗わなかったことは内緒にしておきますので、来年も是非一緒に。

今度は七輪で魚、焼きます？



● まろまろ バス遠足

今年は、鶴田町の「津軽富士見湖」です。
時折雨の降る、ちよいと気がかりなお天気でしたが、屋根付きの屋外で、バーベキューをちゃんと楽しむことができました。



県病前を9:00に出発。途中、道の駅「あるじゃ」でお買い物も楽しみながらの往復でした。



津軽富士見湖公園には、言わずと知れた「鶴の舞橋」

「木造の橋というのは、こんなにも足に優しいのか」と思わせる感触。



雨の合間に雲間から顔を見せた岩木山も幽玄な雰囲気漂わせていました。

ともあれ、肉もお酒も、たくさんたくさん楽しみました。



はい、集合写真



◇ 平成30年度 青森けんみん公開講座
～心も身体も痛くないがん医療～

9月9日(日)、青森市の青森国際ホテルで開かれた けんみん公開講座に参加してきました。

まろまろのブースを展示して患者会のPRをすると同時に、たくさんの講演を聞くことができました。

全体のテーマは「緩和力」

第1部の患者体験発表では、雑誌「いきいき健やか」にも体験を発表している三沢市のジョーンズ・薫さんが、「自分でできる緩和ケア、生き抜くための力」と題してお話してくださいました。その前向きな生き方に、真似できないくらい力強さを感じました。



第2部は「緩和力を高めるために」、「がん治療中に生じやすいところの動きとその対応」、「自宅でこそこできる緩和ケア」と題して、3人の医師からご講演をいただきました。

そして第3部は、トークセッションとしてフロアからの質問を受け、医師の皆さんが回答してくれるコーナーでした。いろいろな会に参加すると、勉強になりますね。



● 平成30年度まろまろ総会が開催

8月4日(土)、青森市アウガの5階研修室において、平成30年度まろまろ総会が開催され、29年度の活動報告と新年度の活動計画・予算が承認されました。

◇ 平成30年度 みんなで知ろう！ がんフェスティバル
～自分らしく過ごすためにできること～

8月26日(日)、弘前市の土手町コミュニティーパークで開催され、こちらもいろいろな講演がありました。まろまろはブース出展してきました。



会場では、さまざまなイベントも行われていて。「医師の白衣、看護師の白衣を着てみませんか」というイベントもその1つ。

写真には撮らなかったのですが、小さな女の子が看護師さんになりきって嬉しそうに歩いているのは、なかなか可愛かったですよ♪

● まろまろからのいろいろなお知らせ



第25回県民公開講座 ～骨髄移植を知ろう～ が開催されます。

日時:平成30年11月17日(土)12:00～16:00
場所:青森公立大学 講堂
青森市合子沢字山崎153-4

※青森駅から送迎バスが出ます。

往路:青森駅10:30→NTT東日本10:40頃→公立大学11:10頃
復路:公立大学16:30→NTT東日本17:00頃→青森駅17:10頃
ご利用の方は、成田(090-3019-1540)か山本(090-9634-6703)
までお申し込みください。



※公立大学の食堂は休業日です。昼食をとられる方は事前にご準備を。

● まろまろ 新年会 2019

- ◇とき 平成31年1月26日(土)
午後6時
- ◇ところ ホテルクラウンパレス青森
青森市本町5-5-4
- ◇会費 4,000円

詳細は、後日お知らせいたします。

● まろまろ クリスマス会

- ◇とき 平成30年12月22日(土)
午後2時から
- ◇ところ 県病8階病棟食堂

午後1時過ぎから準備を始めますので、
ご都合のつく方は早めにおいでください。

◇ ご寄付いただきました

- あおりフラ協会 様 金 50,000円
あおりフラ協会(木村邦子事務局長)主催
で、7月1日に八戸市内で開催されたチャリ
ティ・フラショーの入場料から寄付してくださ
いました。
- リレホ参加看護師グループ様 金 13,000円
山崎 祐子 様 金 5,000円
青山 春美 様 金 5,000円

誠にありがとうございました。



骨髄バンク情報 (H30年9月末現在)

	全国	青森県
患者登録者数	1,322人	12人
ドナー登録者数	490,020人	9,036人
対象人口千人あたり	8.63人	16.03人(8位)

—資料: (財)骨髄移植推進財団—

血液疾患と歩む患者・家族の会 まろまろ

<事務局連絡先> 青森県立中央病院 血液内科 外来
TEL 017-726-8141 FAX 017-726-8083
〒030-8553 青森県青森市東造道2-1-1

県病HP <http://aomori-kenbyo.jp/shinryo/ga/ketsueki>
facebook まろまろ青森

