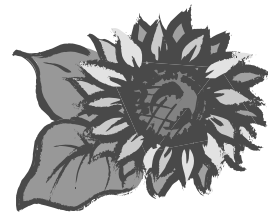


会 報

ひまわり

42号

ひまわりの会



— 発行人 —
会長 — 柳一男 —
— 事務局 —
前橋市堀之下町 16 番 1
財群馬県健康づくり財団内
電話 027 (269) 7811

第42号の発刊によせて



会 長
— 柳 一 男 —

ひまわりの会の皆さん、ようやくしのぎやすい季節を迎えましたが、お元気にお過ごしですか。

今年の暑さは異常でしたね。なかなか涼しさが見えてきませんでした。この暑さの中で、熱中症で病院に搬送された人が、5月31日から8月15日までの2ヵ月半で全国で約3万人（群馬県では724人）にもものぼっていると総務省消防庁の速報で発表されました。（上毛新聞より）

今年度のひまわりの会の大きな行事の一つは、群馬県みなかみ町においてよろこびの会の全国大会が実施されたことです。大会では群馬県健康づくり財団の全面的な援助と共にひまわりの会の会員の皆さんの努力によって

全国大会は成功裏に終了することができました。他県から出席された皆様からも高い評価をいただきました。大会にご協力いただいた皆様には厚く御礼申し上げます。

7月30日に私どもが加入している群馬県がん患者団体連絡協議会（がん連協）が群馬県議会のがん対策推進特別委員会の県内がん患者に対する調査に協力することになり、県議団と意見交換を行いました。県議団側の熱心さに感激すると共に、群馬県の「がんに強い群馬をつくろう」は着実に進められていくと思いました。

平成22年度後半の主な行事としては9月のがん電話相談、10月の会員作品展、11月の研修旅行、平成23年2月のひまわりの会設立30周年記念行事などが予定されています。

なお、毎月最後の木曜日は群馬県健康づくり財団2階会議室にて茶話会（がん患者サロン）を実施しております。どうぞたくさんの方の参加をお待ちしています。

これからもひまわりの会のよりよい運営について一層の努力をしていきたいと思いますので、会員皆様の諸行事への参加・ご協力をお願い申し上げます。

全国よろこびの会総会 を顧みて

藤井 稔栄

平成22年度第28回全国よろこびの会総会が、6月10日(木)～11日(金)の2日間に渡って水上温泉「水上館」において開催されました。

この総会も、10年に一度、群馬県にめぐり来るもので、会員の知恵を出し合い力を合わせながらの発想で群馬らしい特色を打ち出したいということでした。まず、患者同士が気軽に交流できる憩いの場として毎月、患者サロンのに15名～20名が出席し開催している例会(茶話会)の自然な笑顔での会話風景をスナップ写真に撮り、展示して群馬の活動をアピールしました。

この写真を会場である水上館、ホテル会場入口左側に展示し見ていただいたところ、全国から来県した参加者からたいへん好評を得ました。

さらに、会員の皆さんから募った原稿をひまわりの会事務局で編集したがん闘病体験手

記「笑顔のひまわり(第4集)」冊子と、記念品にはストール(マフラー)、コサージュ(ようじ付)をそれぞれ全国よろこびの会総会参加者に配布しました。

6月11日(金)2日目は、遠路、北海道や石川県等から来県した参加者のために、半日視察・観光として2コースに分けて計画し、楽しんでいただきました。

1コースは、水上館を出発し、たくみの里…上越クリスタルガラスアート美術館を見学しました。

2コースは、水上館を出発し、谷川岳ロープウェイ…天神峠リフトに乗車し、緑の山々の素晴らしい風景を見学しました。

それぞれ見学したバスは、一路水上館に到着し、12時から、ホテルの大広間で全員が昼食をとり、自家用車の方は各自帰県、電車の方は、ホテルからバスで上越新幹線上毛高原駅にて解散しました。

梅雨に入っているのに、幸いにして好天気に恵まれ、6月にはなかなか見られない谷川岳の観光ができ、よい思い出になったと思います。



全国よろこびの会記念写真

全国よろこびの会会長 表彰を受賞して

一柳 一男

平成 22 年 6 月 10 日、第 28 回全国よろこびの会総会が、この群馬県のみなかみ町で開催されました。

当日、私は総会開催県の支部の会長として全国よろこびの会の会長挨拶の後、歓迎の言葉を述べました。そして、歓迎の言葉に続き群馬県の特長を箇条的に 11 項目にまとめて披露しました。

そのあと、式次第により、第 28 回全国よろこびの会会長表彰が行われました。私も受賞者 9 名と共に全国の会長表彰の榮譽を受けました。ひまわりの会の会員の皆様、群馬県健康づくり財団の関係者の皆様の支えによりこの榮譽をいただきました。身に余る光栄と大変感謝申し上げる次第です。

私は今から 17 年前に胃がんの手術を受け、胃の 2/3 をとりました。そして家で療養生活を送っているとき、当時のひまわりの会長であった塚本脩治氏に懇切丁寧なお手紙をいただ

き、ひまわりの会への入会を決心しました。

平成 14 年 5 月 15 日、前任の会長、塚本氏の退任の後を引き受けて今日に至っております。全国よろこびの会会長表彰を期に心を引き締めてよりいっそうひまわりの会の健全な運営に努力していきたいと思っています。

「全国よろこびの会」より 表彰されて

斉藤 文子

以前、「ひまわりの会」の秋の親睦旅行で訪れたことのある、水上温泉「水上館」にて、第 28 回が 6 月 10 日に開催され、会長表彰を受賞させていただくことになりました。壇上で「よろこびの会」石川司之会長の「おめでとう」の言葉と共に「ひまわりの会」在籍 8 年の様々な思いのこもった表彰状・記念品を、集まる視線を感じながらしつかりといただきました。偶然の巡り合わせとはいえ、開催県・群馬での受賞は感慨深いものがあり、そして大変貴重な体験もさせてもらいました。これも偏に会員、事務局の方々の理解の賜物と深

く感謝をしております。本当にありがとうございます。ございました。

この春頃から、私の周辺では「がん」を患う人が急増しています。あまりの多さに空恐ろしささえ感じるほどです。だから、「よろこびの会」特別講演「重粒子線治療のご紹介」は特別な思いで興味深く聞きました。講師の中島陽子先生には 1 月に群馬大学研究センター見学でお目にかかっており、今回は 2 度目です。重粒子線の特徴などやさしい語り口で、わかりやすく説明をしてくれました。問い合わせが多く、私たちも努力していますとのこと。講演時間の 1 時間はあっという間に過ぎました。今年の 1 月 10 日付の新聞コラム欄に重粒子線医学研究センター長、中野隆史教授の言葉が載っていました。「直径 8 センチ大のソフトボールのような腫瘍がみるみるうちに縮む。専門家の私でさえ、目からウロコが落ちるほどの治療効果がある」と成果は抜群で、年間 800 人の患者を受け入れる計画だという。

最近では重粒子線の情報を見たり聞いたりする機会が増えてきました。重粒子線治療の



齊藤さんとお孫さん

できない「がん」には外科的治療の進化を、そして副作用のない新薬の開発等、遠くない将来、「がんは完全に治る病気です」こんな朗報をもたらしてくれる日が来ることを、心から念じております。

今年前半に表彰されたことの他にもう一つうれしいことがありました。手術をした10年前、退院して私に体力がつき、動けるようになったのを見届け、翌年東京へ嫁いで行った長女が、実に9年目の今年、念願の子宝・女の子を授かりました。5ヵ月になり、あやせば「キャッキャッ」と大きな声で笑い、表情も驚くほど豊かになり、毎月一度、顔を見せに帰ってきます。静かに寝入る幼子の顔を見

ながら、生きていられて良かった、この子に会えて良かったと思わずにはられません。この子のためにも、もっと元気でそしてこれから会の行事に携わっていきたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。

今日此の頃

北爪 保枝

会員の皆様、お元気で過ごしのことと存じます。この夏は暑い日が続きました。

今年は西側の窓辺にゴーヤを2本植えてみました。グリーンカーテンに思ってたことです。こんなに細くて小さな苗で大丈夫かしらと心配したほどです。大きい物干しを棚に利用することになりました。余りにも元気がなく不安でした。追肥したり、水やりをしたりし、やがて梅雨も明ける頃、枝葉も茂り、エメラルドグリーンの見事な実をつけ、ゴーヤチャンプルにしたりジュースにして、私の元気の素になってくれました。

この暑い日、庭を眺めても花たちは咲いてくれています。バラ、白百合、むくげ等々、

彩りも美しく私の心を和らげてくれます。こんな日は水菓子を、そしてお薄(抹茶)を一服いただいて一息入れます。さあ、これから今日は何をしようかとあれこれ考え、小さく着られなくなった綿ローンのワンピースでフリルを沢山入れて、おしゃれエプロンを作ることに決め、お気に入りの仕上りの良い作品となりました。

さあ、これから日課の散歩に出かけましょう。我が家の前の田の面も風に揺られて緑の海原のようです。赤城山に白い雲が横に連なり、今にも沈む太陽、空の青さと絵のようで、足を止めてしばし佇む。幸せに感謝し、帰途にと歩を進めました。

東毛支部の食事会

新居 深年

猛暑が長く続いたこの夏、暑さに負けないようにと8月23日(月)に東毛支部の懇親会は、いつもの北爪副会長宅にて集い昼食を頂きながらみんなで楽しくすごしました。

今回、初めての参加者がいましたので、私



東毛支部 食事会にて

も自己紹介をし、いままでにないいろいろな話をお互いにお腹の中にたまっていることを話して、とても有意義にすごしました。

お茶を飲んだり、スイカを食べたり最後に抹茶迄いただき、みんなで後かたづけをして、四時半頃まですごし、清々しい気持ちでみんなと帰路につきました。

私の近況

川 浦 幸子

がんと診断され、頭が真っ白になってしまったあの日から2年、この病を忘れて暮らす毎日はありません。術後の後遺症？噴門側切除2/3、問診では食道口と胃入口が狭くなり食物の飲み込みが細くなっているのとこと。食の楽しさを奪われてしまった今、「○のランチに行かない？」○○店のお肉、○の中華、イタリアン料理、と誘われる。「彼女、食べられなくて駄目なのよね」苦痛を自分のことのように共感してくれる友。「行く！行く！」と答えると皆が笑う。

目に映る膳の料理も食のうち。損得を考えたらならコミュニケーションも失ってしまう。友は隣席で二人分を食したと満足を連発。楽しい食事風景。私はもう少し食べたいな。食べれば吐く。つらいです。

毎月楽しみに参加させていただいている「ひまわりの会」の定例会では、治療により克服したり、現在でも「がん」と共に生き

ている人たちに元気をいただいております。ひとりで悩まず患者会に参加したり、闘病記などを读んだり呼吸法など簡単なリラクセス法を身につけ、一日の中に病気を忘れる時間を作ることも大切とのことでした。

6月の初め、5日間の旅に行つて来ました。『JR特急で行く西から東へ日本横断の旅』旅のまとめです。停車駅132、乗車回数16、乗換回数10、総乗車時間49時間、移動距離5、320キロメートル（山手線154周分）、利用路線20、通過都道府県28、日本最西端は佐世保の神崎鼻、最東端は根室の納沙布岬、特急で走る車窓の風景に満足した旅でした。

私って元気でしょうか？すべて前向きに、まだまだ安心できませんがあせらず病氣とうまく付き合って自分なりの生活を送ることを願っている毎日です。



妻との約束

梶瀬 勝明

今から4年前、平成18年正月、今年は母さん(女房)も還暦か、結婚して何年になるか、34年か。

どこにも連れて行っていないので、今年はお盆休みを利用して還暦祝い方々、何泊かの旅行に行こうと話しておりました。

行く先はもう少ししてから決めよう。

しかし、検査を受けていた結果が3月下旬にわかり、早期の前立腺がんとのことで、桐生厚生病院・群馬大学病院で様々な検査をし、6月23日群大病院へ入院、小線源療法で治療しました。

入院する迄の間、妻も元気に振る舞い激励してくれていたある日、妻がうなされていて起こした所「今からこんなんではダメだ」と言った妻の一言、私は相当心配していたのだと昨日のことのように思います。

退院して数日後、旅行がダメになってしまったなあと話したところ「いいよ、早期

だったのよかった。これも毎回検診を受けていたから早期発見できたし、大丈夫と先生もおっしゃっていたし」。

その後順調に回復し、平成20年6月上旬、東京国立博物館に日光月光菩薩展を観に行つて来ました。このぶんなら2年遅れだが旅行に行けると話しておりました。

ところが、ところがです。8月上旬背中に皮膚がんが見つかり、群大へ8月19日に入院、手術を受け、順調に回復。5日間の入院ですみました。帰りの車のなかで「旅行がダメになっちゃったなあ」「いいよ、前立腺からの転移ではなく早期で転移なしだもの、それだけでいいよ」。

その後また順調に回復し、足利フラワーセンター群馬緑化大会太田会場に芝桜を観に行つて来ました。

そんな日が続くなか、今年平成22年春先体調を崩し、茶話会を休んでいたところ、会員の根岸さんより電話をもらい、体調の事を話し色々助言をいただき、検査を受けたところ異常なしで、ありがとうございました。

その後の茶話会で皆に会い、よかったねと

言われ本当に嬉しかったです。

今年の8月上旬、妻に「この4年間色々あったな」「本当に還暦の時はとんだプレゼントだったもの、でもこうして体調に気をつけながら仕事もできるのだから」と妻、「今度旅行に」と言ったところ、「今から言うたダメになるといけないから」と。その通りです。2度あることは3度は無しです。

病気はもうこりごりです。今、こうしてあるのは、検診による早期発見・支えてくれた家族、治療に当たってくれた先生方、看護師の皆様。

縁あって平成21年8月に入会させていただいた「ひまわりの会」の皆様いろいろな話を伺い、元気をいただきました。本当に皆様のおかげです。

これからも油断はできませんが、生活に気をつけ定期健診を受け、女房との約束を果たすことが、お世話になった皆様への感謝とお礼になると思っています。

「絵に描いた餅」を本物へ

根岸 利光

群馬県には「がん対策推進基本計画」という立派な文書があります。県民のがん死亡率を減らす諸策（行政や医療提供者、患者・家族の役割分担、医療体制の整備目標、がん検診や禁煙対策）などが書かれています。しかし、現状は絵に描いた餅に見えます。

最近、群馬県でがん条例をつくる動きが急です。患者本位のがん対策の予算化が進むのではと期待されています。確かにいち早くがん条例を制定した、島根県などの顕著な変化は魅力的です。

がん条例制定にあたって、患者会の要望を聞いて欲しいとの声に応え、7月30日（金）県立がんセンターで、がん患者の要望をお伝えする機会（主催…県議会がん対策推進特別委員会）に恵まれ、ひまわりの会東毛支部も5分間を頂戴しました。

北爪保枝副会長が2分間でひまわりの会の生い立ちと現状を語り、3分間でひまわりの

会東毛支部の意見を述べました。

ひまわりの会、東毛支部の根岸利光です。アンケートに記述した背景を含めその概要を申し上げます。

「群馬県がん対策推進計画」に盛り込まれた基本方針と、その具体策はがん患者とその家族・遺族にとって大変望ましいものですが、現状は絵に描いた餅、甚だ実効性に欠けるとの思いを深くしています。

そこで、がん条例には、「群馬県がん対策推進計画」の実効性を確保するために「群馬県がん対策推進委員会」を設置し、がん対策に必要な予算・人事を継続的に保証しうる立場にある委員（県総務部長）を加え、がん患者・家族が必要な役割を果たせるよう、患者委員の比重を高めて下さい。がん患者会や会のリーダー、がんサロン世話人の養成にもご配慮いただきたいと思います。

重粒子線治療などがはじまった群馬の特質を生かし、死亡率低減目標を横並びの20%ではなく、意欲的な目標にするようお願いします。

その実現に向け、がん検診率の抜本的な引

き上げ、若者が喫煙をはじめない社会環境の整備を柱にした禁煙対策、県内のがん診療連携拠点病院のがん医療の均てん化など、諸策の中心点を進捗管理^{しんちょく}してください。

がんを抱えながらも余生を全うし易い群馬とするために。

本来の意味での緩和ケア（がんと分かった初期からのがん緩和ケア）の提供。各連携拠点病院の治療実績を公表し患者の病院選びを支援する。相談支援センターの機能を充実させる。拠点病院でのがんサロンの開催と、地域での開催のための人的・財政的支援。

群馬のがん医療資源の在処^{ありか}、例えば、困った時の相談先などの資料を作成し退院時に患者・家族に配布する。

がんに関連する信頼に足る情報を広く県民に提供するためのポータルサイトの開設。

国立がん研究センターが完成させた「がん患者必携」を連携拠点病院の医療提供者へ普及するとともに、相談支援センターや地域の図書館で貸し出すなど情報提供の強化にご配慮賜りたいと思います。よろしくお願い致します。と結びました。

閉会の挨拶で、須藤昭男副委員長は「絵に描いた餅にならないようにしたい」と語り、委員のあべ県議はブログに「条例をつくっても絵に描いた餅となってしまうのでは意味がない、実効性のある条例を作ってほしい…、これに関しては委員の間でも…、意見は一致しているようです」と書き、「絵に描いた餅でなく本物の餅に」で、会場は意気投合しました。

是非そうあって欲しいとの思いを深くしています。

そのためにも、がん患者自身が自らの思いを、大きく一つの方角にまとめ、必要な時に必要な方向に効果的に発信しうる器量と態勢を整えることが急がれます。



新 会 員 紹 介

土田 喜代美（前橋市）

北島 美恵子（高崎市）

桜井 信行（前橋市）

お く や み

小坂橋 博文

謹んでお悔やみ申しあげます

一 緒 に

活 動 し て

み ま せ ん か

本会の活動にご賛同くださる方々のご入会をお待ちしています。

ひまわりの会事務局

（群馬県健康づくり財団内）

電話〇二七

（二六九）七八二一

