

# ひろば

吹田ホスピス市民塾会報誌

## Vol.33

第33号 2020年11月7日発行

**吹田ホスピス市民塾**

発行者：小澤和夫

吹田市藤が丘町 27-1-405

TEL/FAX：06-6388-6257

E-mail：ozak200@nifty.com

URL：suita-hosupisu.jimdo.com



この時期の風物詩・・・「**云海**」 幻想的で素晴らしい光景です。  
竹田城と富士山の共通点としてよく写真を見かけます。

最初に見た富士山の云海は、しんどい思いをして一所懸命目的に向かって努力した結果として、神様からの贈り物の様に感じたことを思い出した。仲間と一緒に助け合いながら登って見られた時には感極まりました。

何事も目標を持って行動し達成した時の喜びは感無量です。  
竹田城の云海風景こんな感じかな？近いうちに見れるかな (K.I)

\*\*\*\*\*

**もくじ** 1) 表紙 (会員さんの絵、写真、イラストなど 投稿をお待ちしています)

2) 会長の部屋

3) with コロナの生活

4) 日程のお知らせ



## 会長の部屋



### アンケートのお願いとコロナ対応

会長 小澤 和夫

**1. アンケートのお願い:** 会の発足以来、初めてのアンケートをお願いすることとなりました。役員を中心としたワーキング・グループで、3度にわたって検討したものです。

できるだけ書きやすくと考えましたが、どうしても盛沢山になりました。書きたくない、書きにくい所は飛ばしても、多くの皆さんに、というより出来れば全会員さんに書いて頂きたいです。

会の発足の翌年4月、国の「がん対策基本法」が施行されました。以降、行政・医療界などの努力下、社会全体のがん対応が大きく進化してきました。また、吹田市が本年4月に中核市となり、保健行政が市の所管となりました。こうした環境の変化に対応して、当会も変化が必要な時です。この大切な時期に、是非、皆さまのお考えを伺わせて頂きたいです。

頂いたアンケートは整理したうえで、役員会で検討して、その結果を、皆さまにお届けします。どうか、宜しくお願いいたします。

**2. コロナ対応:** 今年2月からの新型コロナウイルスの拡大は、ある程度の状況は分かりつつありますが、收拾の見通しはありません。会の活動も、吹田市の方針に沿って、3月から休眠状態に入り、6月以降から徐々に回復して、患者・ご家族とのご相談は、ほぼ元に戻りました。

毎年恒例の「みんなの健康展」も、今年は「Web

健康展」となり、主催の吹田市健康づくり事業団の企画で、先日16団体が動画作成に参加し、11月2日～来年3月31日まで同事業団のホームページで紹介されます。

当会は、「がん患者・ご家族のみなさん、コロナに負けずに一緒に話し合いを！」のテーマで、「感染に気を付けながら、がんの予防、検診、治療を！」と、呼びかけました。

コロナに対する懸念で、がんの検診・治療に大きな変化があります。がん検診が激減していて今年度は3～4割減が見込まれたり（4,5千人ががん発見の機会を奪われる）、治療に励むがん患者に大きな不安を与えたり、生活習慣病の悪化も。

日本対がん協会では、「来年以降のがんの発見が増えるとともに、がんの中でも進行がんの割合が増えることを懸念」と。

厚労省がTVで、「コロナを恐れずに、診療を受けよう」と訴えたり、専門家は、「受診による感染リスクより、受診を控えて病状が悪化するリスクの方が高い」として注意を呼び掛けています。

また、コロナを機に、社会にも変化が見えます。オンラインによるセミナーや会議が増えて、コロナが終息しても、以前のような形に戻ることはないだろうと思われれます。働き方改革がさらに進んで、在宅での仕事が増えるでしょう。また、コロナに罹患して、病状が急速に悪化する危険性があることから、事前に、終末期の希望を文字で残していくACP（人生会議）の重要性が大きく見直されています。

更に、病院や施設での面会制限で、「在宅看取り」の希望が広がりつつあるともいわれています。こうして、私たちは、「コロナを正しく恐れながら、対応していくこと」で、社会の変化に対応していくことが、求められるのではないのでしょうか。

みんなの  
声

## with コロナの生活

### ～ある日のファミマ・がんカフェ～

長引くコロナ禍の中 ファミリーマートでの「がんサポートカフェ」ではマスクをつけることは必須です。その日遅れて参加した私はマスクの中に着けていたマスクカップを皆さんにお見せしました。その時の集まっていた皆さんの驚きの声「今その話をしていたのよ!」「エーッ!どうしたのそれ!どこに売ってた?」と話が盛り上がりました。数日前に知人から貰ったこと、私もどこでも見かけてなかったのどこで売ってるかはわからず皆さんにお見せしたかった事など話しました。「マスクの中が蒸れたりはりついたりしなくて楽ですよ」と言いながら包装紙をお見せすると皆さんすぐにスマホで商品名を、販売店などを検索しどこで買えるかわかりました。

情報ってこんな風に入手して役にたっていくのですね。

小さな集まりですが足を運んで顔を見合わせて何か得るものがあったら本当に嬉しい。勿論おしゃべりするだけでも嬉しい……。街のコンビニの2階、イートインの一角で毎月一回心温まる集いです。

がんの発症が2人に1人の時代、患者さんの存在は私達の日常になりました。コロナもまた正確な知識と情報のもと必要以上に恐れずしかし侮らず共生していく事になるのでしょうか(K子)

がんを経験したことで健康志向が強くなり無農薬野菜を意識し始め、コロナ禍の中での引き籠り生活からの脱却に市民農園での菜園活動を開始。

生まれて初めての草刈りから始まり土壌改良、開墾、畝立てを行い、種蒔きから概ね3週間。成長途中ですが年内収穫に向けて現在育成真っ只中です(^^)

口からは無農薬野菜、楽しい菜園生活からは活性化して欲しいNK細胞を得て、コロナにもがんにも負けない生活をエンジョイ中(ペンネーム:自給自足準備中)



開墾前と  
現在の生育状態



高層オフィスで働いていましたが、3月初旬から在宅勤務となりもう8ヶ月。3月はTVをつければ恐怖をあおるような内容や暗いニュースばかり。ほとんど外に出なかったせいもあって、なんだか鬱っぽかったです。私の仕事は、PCやプリンタとインターネットがあればできちゃうので、リビングの片隅にコーナーを作ったのですが、生活音や家族からのちょっかいでイライラ。一方、久々に職場に書類を取りに行き、静かで仕事に没頭できる環境を改めていいものだと思直しました。そして、外に出たりリアルに人と会うと、リフレッシュして超ウキウキ。オンライン会議も便利だけど、誰かと顔を合わせられるのはほんとに必要な大切なことだったんだと改めて思いました。この思いがけない体験で、気づきも多かったです。今後の先の見通しがはっきりしていませんが、知恵を絞って乗り切っていきたいですね!(KM)

「ひろば」を通して皆さんのいろんな声をお聞かせください(\*^\_^\*)

## 定期開催のお知らせ

何れも申込み不要・無料

### 定例会

男女共同参画センター デュオにて

11月 7日

12月 5日

2021年 1月 9日

2月 未定

いずれも土曜日 13:30 ~15:30

過去 1 ヶ月の報告と今後の活動について話し合います。— どなたでもご自由にご参加下さい—

### 患者・家族会 ひまわりの会（遺族会）

男女共同参画センター デュオにて

（会場は2部屋とっています）

11月 28日

12月 19日

2021年 1月 23日

2月 未定

いずれも土曜日 13:30 ~15:30

突然のがんの告知でどうしていいかわからない方、現在治療中だけど生活の不安をどこへ話したらいいかわからない、家族のがんで悩んでいる方、一人で悩まずお話ししてみませんか？

### 吹田がん情報コーナー

吹田市役所 1階にて

11月 12日、26日

12月 10日、24日

2021年 1月 14日、28日

2月 18日、25日

いずれも木曜日 13:00~16:00

後援：吹田市・吹田市民病院

がん患者さん、ご家族及び一般市民の皆さんに  
がんに関するいろいろな情報をお伝えします。

### 南千里がんサポート

市民公益活動センター 6F ラコルタにて

11月 13日

12月 11日

2021年 1月 8日

2月 12日

いずれも金曜日 18:00~20:00

南千里駅直結お勤め帰りにもご利用いただけます。

### がんサポートカフェ

栄えるカフェ in すいた にて

（ファミリーマート吹田栄通り商店会店2F）

11月 20日

12月 18日

2021年 1月 15日

2月 19日

いずれも金曜日 14:00~16:00

お茶を飲みながら気軽にご参加ください。

### <お知らせ>

**2020年度のビッグ・イベントは  
中止になりました。**

#### 編集後記

15年間「がんになっても安心して暮らせる街づくり」をスローガンに活動してきましたが、今年  
は思いもよらない年になりました。With コロナ  
で新生活をスタートしたいと思います（CH）

— がんになっても安心して暮らせる街づくり —

**吹田ホスピス市民塾**

H P <https://suita-hosupisu.jimdo.com/>

ブログ [https://blog.goo.ne.jp/mangopurin\\_2013](https://blog.goo.ne.jp/mangopurin_2013)

