

ひろば

第44号

2023年8月12日 発行
 発行者：吹田ホスピス市民塾 半崎智恵美
 TEL：090-6974-6951
 E-mail：suitahospice@gmail.com

9月3日(日) 2023年公開講座と交流会

場所：岸辺くすのき透析クリニック
 時間：13:00開場 14:00開演

第一部：14:00～15:30

- ・映画鑑賞会「うちげでいきたい」
- ・孫監督と座談会

第二部：15:40～17:00

- ・吹田ホスピス市民塾交流会
- ・活動の振り返りと歓談
(軽食と飲み物をお楽しみください)

- ・一部と二部両方への参加、または
どちらか片方への参加が可能です。
- ・お申し込みは **090-6974-6951 (半崎)** まで



★★★★★ 今後の行事（市民塾が参加します）★★★★★

開催日	タイトル	場所
9月9日(土) 13:00-17:00 10日(日) 9:30-16:00	第40回 みんなの 健康展	メイシアター 展示室
10月23日 (月)	吹田市 市民健康教室 詳細は9月の市報をご覧ください	メイシアター 中ホール

★開催日が近くなりましたら、HP、ブログ等で詳細をお知らせします★

※ 前号の訂正：「優美財団の助成金」⇒「勇美記念財団の助成金」へ訂正させていただきます ※

- もくじ
- p1 公開講座と行事
 - p2 活動報告、おしらせ
 - p3 五月が丘ふれあいサロン、投稿「おすすめレシピ」
 - p4 活動日程カレンダー（2023年9月～11月）、編集後記

出前講座報告

6月26日 岸辺高齢者いこいの家にて
ACP「もしバナゲーム」開催。
参加者は20人。昨年に引き続き好評
でした（講師：藤井円）

ACP: アドバンスケアプランニング（人生会議）



6月11日(日) ラコルタにて開催

第1回勉強会

「がんに負けない 仕事とお金の話」
～がんライフアドバイザー®に聞きたい～

講師：一般社団法人がんライフアドバイザー協会 代表理事 川崎 由華氏

アンケートの回答率が高く「とても満足・やや満足・普通」の割合が77%・19%・4%と好評でした。

<参加者の声>

- ・医療機関での就労支援、健康保険の傷病手当金のお話し
- ・受給期間の法改正など具体的で分かりやすく、実務的だった
- ・楽しく理解しやすかった。知らないことを学べた
- ・質問コーナーがあってさらに生きるお話だった
- ・自分自身にも相談に来られる方にもその明るい未来に
- ・繋がるお話だった
- ・普段の勉強会では聞けない話で良かった
- ・教えていただいた知識がお守りになる



—みまもりあいプロジェクトに吹田ホスピス市民塾が参加—

お知らせ 会員登録制のラジオ配信について

みまもりあいプロジェクトは、吹田市も導入している高齢者や子供さんを地域みんなで見守り助け合う「福祉アプリ」です。そのアプリ内にある福祉ラジオ中の一番組を受け持つことになりました。

みまもりあいプロジェクト



このラジオ番組は許可された登録者しか聞くことが出来ません。不特定多数に聞かれることのない安全な世界で、当事者や医療者や家族の想いをインタビューして配信します。まずは、市民塾会長の想いを公開中です（配信後はいつでも何度でも聞くことができます）。左記のQRコードからアプリをダウンロードすると、ラジオにつながります。大切な「想い」を残すという市民塾の新たな試みを、ぜひお楽しみください。

サロンで会員が活躍中* 五月が丘ふれあいサロン

<https://satukigaoka-fs-net.localinfo.jp/>

地域のサロンで吹田ホスピス市民塾の会員が喫茶ボランティアをしています。お茶を飲みながら気軽に市民の皆さまとお話ししませんか？

場所：五月が丘北14-7 第3吉川コーポ107号室
日時：毎週金曜日 10:00～16:00

**喫茶ボランティア(市民塾会員)を随時募集中
です！ お問い合わせください(半崎)**

薬剤師さんにちょっと聞きたいコーナー



身体が喜ぶ講座



他団体からのお知らせ:

ピンクリボン大阪のチラシを同封しています

『食欲がない時のおすすめレシピ』

暑いだけで食欲は落ち、食事の準備も大変ですね。抗がん剤治療中、口内炎が出来た時、動くのも辛くて食欲がない時に、短時間ですぐできる料理です。食欲がない時の一品にいかがでしょう！ 梅干しであっさり、ポン酢でさっぱり、生姜、ネギなど薬味をたっぷりを使った一品です。暑い夏を乗り切りましょう。

ソーメン



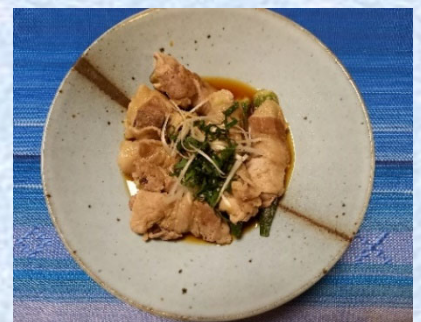
暑い時には欠かせないソーメン。薬味をたっぷり。

梅干入り長芋



長芋、梅干し、鰹節であっさり。そばにかけてもいいですね。

野菜の肉巻き



茄子、オクラ、もやしを豚肉で巻きポン酢でさっぱりと。

運営委員 西川尚子

メニュー ALL ¥100
 ・コーヒー H/C
 ・紅茶 H/C
 ・ゆず茶 H/C
 ・カルピス H/C
 ・ホットチョコレート
 ・クッキー

みんなの居場所
**五月が丘
 ふれあいサロン**

8月のイベント情報

8月11日(金)～8月20日(日)は、サロンも夏休みです。
 どなたでもサロンに御来店いただけます
 お茶を飲みながら、イベントをおたのしみください。
 お助け陣営!

3日(木) 10時～15時 ★「サロンの夏休みの宿題をしよう！」
 4日(金) 14時～14時半 ★「身体が喜ぶ講座NO8」
 指導 花柳 春徳衣さん
 7日(月) 10時半～11時 ★「健康体操」指導 田中けいさん
 8日(火) 10時半～12時 ★「社会福祉士さんによる相談会」
 8日(火) 14時～15時 ★「チェスカフェ」堀川真孝さん
 21日(月) 10時～12時 ★「おもちゃ作り」
 22日(火) 14時～15時 ★「歌声喫茶」コーラス友
 25日(金) 14時～15時 ★「薬剤師さんにちょっと聞きたい
 コーナー」吹田ホスピス
 28日(月) 10時～16時 ★「ハワイアンカフェ」フラVIV!
 29日(火) 【お抹茶有り】 ★和

詳しくはサロンホームページをご覧ください。

※吹田市の補助金にて運営しています。

五月が丘北14-7 第3吉川コーポ107号室
 (ミルフィーユ裏のマンション1F右端)
開店日時 (月)～(金) 10:00～16:00
 (1回/月:(月)お休み時は(土)開店)
運営 五月が丘ふれあいサロン委員会
 TEL/FAX:06-6310-2105
 satukigaoka.fureai.salon@gmail.com
 ブログ・Facebook・Instagram
 ☒五月が丘ふれあいサロン☒



9月～11月のご案内

※発行時点での日程です。変更・中止等は、公式LINEでお知らせします。未登録の方は、ホームページでのご確認をお願いします。

がん情報コーナー 13:00～16:00

吹田市役所のロビーをお借りして、がんによるいろいろなご心配をひとりずつ丁寧に聴かせていただいています。

南千里がんサポート 18:00～20:00

市民公益活動センター「ラコルタ」会議室にて開催。お勤め帰りにもご利用いただけます。

吹田がん患者・家族会 吹田ひまわりの会(遺族会) 13:30～15:30

デュオ(男女共同参画センター)で開催しますが、それぞれ別の部屋です。

下記QRコードを ご活用ください

非会員の方も右下のQRコードからLINEのお友達を追加していただくと、市民塾からの最新情報をお届けできます。

9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
				南千里がんサポート@ラコルタ	健康展@メイシアター (pm)	健康展@メイシアター
11	12	13	14	15	16	17
			情報コーナー@市役所			
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	01
			情報コーナー@市役所		患者・家族会/ひまわりの会@デュオ	

10月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
			情報コーナー@市役所	南千里がんサポート@ラコルタ		
16	17	18	19	20	21	22
					患者・家族会/ひまわりの会@デュオ	
23	24	25	26	27	28	29
			情報コーナー@市役所			

11月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
30	31	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
			情報コーナー@市役所	南千里がんサポート@ラコルタ	例会・ひろば発行@デュオ	
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
					患者・家族会/ひまわりの会@デュオ	

編集後記：

残暑お見舞い申し上げます。連日の猛暑には閉口しますね。皆さんは元気が出る時ってどんな時ですか。人と会っておしゃべりした時？「元気にしてる」と声をかけてもらった時？美味しく食事が出来た時？など。皆さんがひろばに目を通してちょっとでもほっこりしていただければ嬉しいです。忌憚のないご意見・感想や投稿をお待ちしています。
(編集委員：H.N)

ホームページ



ブログ



Facebook



公式LINEアカウント

