

認定NPO法人淡海かいつぶりセンター ニュースレター



TEL 077-546-6550 FAX 077-546-6551
ホームページ <http://www.kaitsuburi.com>

第3号
2023年度



第3号の内容

- ★ 移転後4年経過
- ★ 2023年度の振り返り
- ★ 2024年度の事業計画
- ★ 会員数等

2024年5月8日発行

【キャッチフレーズ】 あなたの心に寄り添い“あなたらしく生きる”あなたと共に歩みます。



古民家で4年！開設して9年が経過しました！

2015年春に事業開始して、はや9年、郊外(大津市黒津)の古民家に移転して4年が経過しました。今また改めて、会員の皆様をはじめご支援くださった皆様に深く感謝申し上げます。この間コロナ禍を経て、運営の困難な状況がまだ改善には至っていませんが、少しずつ本来のあるべき姿を取り戻し、皆様に寄り添うことが出来ればと考えております。*最寄りの駅(JR石山駅)から当センターまでのアクセスは、帝産バス3番のりばから乗車(約15分)黒津バス帝下車、徒歩1分です* 景観は抜群！瀬田川沿いは散策に最適！です。健康づくりに！気分転換に！どうぞお気軽にお出かけください。

2023年度の主なイベント開催実績報告

セミナー・研修会等



○「あなたらしく生きる！」をメインテーマに講演会『続・地域における在宅医療の実際』を開催
9月18日(祝日) 講師：在宅医療医師 遠藤 郁 先生
皆さん終始真剣に聞き入っていました。有意義な午後を過ごしました。

○ セミナーと、がん専門相談会を開催 ◆学びの後は相談会！情報交換！交流を深めました◆
12月5日(火)「痛みと薬について」 講師：がん性疼痛看護認定看護師 門田 倫代 認定看護師
3月5日(火)「緩和ケアを正しく知ろう」 講師：緩和ケア認定看護師 中島 愛 認定看護師



イベント

「絵手紙」を描こう会

7月24日は暑中お見舞いを、
1月26日は寒中お見舞いと
バレンタインカードを描きました。

素敵な「絵手紙」
ができました。



「電子レンジで簡単！お菓子づくり」

7月3日は、簡単！お菓子づくりに挑戦！
電子レンジで水ようかんをつくりまし
た。美味しかった(*^o^*)



リレー・フォー・ライフ・ジャパン2023滋賀医科大学

10月14日(土)・15日(日) 5年ぶりの現地開催でした。
ブース出展*アロマセラピー(ハンドマッサージ)
タオル帽子の展示と相談等々、リレーウォークにも参加しました。
SELF WALK RELAY 2023: 9月16日(土)▶10月15日(日)にも参加



市民公開講座 2月4日(日)午後 大津市生涯学習センターに於(参加者約60名)開催

テーマ：がん体験者が語る 今を！あすを！私らしく生きる
～私らしく！いきいき！キラキラ！輝き続けるということ～

体験者お二人の病と向き合いながらも、ご自分らしくイキイキと今を生き、明日
に向かってキラキラと輝いていらっしゃるお姿に感動し、勇気と元気をいただきました♡♡
そして、いきいきヨガでさらに会場は盛り上がり、免疫力も高まり♡
素敵な午後を過ごしました(*^o^*)



タオル帽子づくり

毎月第3火曜日 14時～16時
楽しい情報交換のひと時です。
※ 治療中などで必要な方には
無料でご提供しています。



健康ウォーク 季節を感じる

11月26日 クリエイティブプラッツ(ホース牧場)まで
往復(片道2km)ウォーキング。

☞ ポニーと触れ合い、すっかり癒されました。



3月25日 瀬田川沿いを石山寺まで(片道3.5km)
往復ウォーキング。あいにくの雨模様、桜の蕾も
かたく残念！でも元気に歩きリフレッシュ！☞



秋のお楽しみフェス

9月18日 13時～16時開催
学びまショー！講演「続・在宅医療の実際」
楽しみまショー！めがねストラップづくり
ワークショップ ◆すっかり気分転換でき、
楽しい午後のひと時でした◆



ゼンタングル ワークショップ

毎月第2火曜日 14時～16時
毎回和やかな雰囲気の中で、集中の時を楽しみ、
癒されリラックスしています(^_^)



はなみずきの会 (乳がん体験者の会) 12回開催 (4/26, 5/24, 6/28, 7/26, 8/30, 9/27, 10/25, 11/22, 12/20, 1/24, 2/28, 3/27) 計 65 名参加

ひまわりの会 (小児がん疾患入院経験保護者の会) 1回開催 (8/26 中止, 2/24開催) 計 3 名参加

スイートピー (婦人科がん体験者の会) 10回開催 (4/19, 5/17, 6/21, 7/19, 9/20, 10/18, 11/15, 12/20, 1/17, 2/21) 計 35 名参加

肺ゆう会 ~しが~ (肺がん患者会) 1回開催 (11/19, 3/18 中止) 計 3 名参加

Lake Family (小児がん親子サロン) および **あけぼのハウス** (乳がん患者サロン) 当センターでは2023年度未開催



2024年度の主な事業計画 (予定)

<お楽しみ企画> 「ゼンタングル・ワークショップ」および「タオル帽子づくりの会」は今年度も毎月(定例)開催を予定しています。

ゼンタングル ワークショップ

毎月第2火曜日(14時~16時)開催予定です。
受講料は無料(材料費のみ500円ご準備ください。)
絵心がなくても大丈夫! 無心に描くことで集中の時間を
楽しみ、リラックス効果が得られます。

タオル帽子づくり

「京都タオル帽子の会」の皆さまにご協力をいただき
毎月第3火曜日(14時~16時)開催予定です。
抗がん剤の副作用で脱毛する時期の患者さんに、少しでも
快適に過ごしていただけるようにと願いながら作成しています。
裁縫道具は準備しています。ご参加の際は、手ぶらでお越し下さい。



その他 お楽しみ企画として

「絵手紙を描こう会」「簡単! お菓子づくりの会」「ヒンメリづくり」
「秋フェス」「ストレッチ体操」「健康(リフレッシュ)ウォーク」等々の
開催を検討しています。詳細は決定次第ご案内します。

<専門相談等> **がん専門相談・ミニセミナー** : 日程等調整中

リンパ浮腫相談 (研修会を予定) : 日程等調整中

グリーフケア(遺族相談) : 毎月第4木曜日 10:00~15:00 開催予定

栄養相談および**就労相談**についても開催予定(日時等詳細は、後日ホームページ等でご案内します)

※ アロマセラピー、アピアランスケアの定期開催につきましては検討中です。今暫くお待ちください。

<がん体験者サロン> 「はなみずきの会」「スイートピー」「ひまわりの会」「肺ゆう会~しが~」引き続き開催を予定しています。
(開催についての詳細は当センターまでお問合せ下さい)



<研 修 会> 引き続き「あなたらしく生きる」をメインテーマに2~3回開催予定です。

<集 い> 「AYA世代の集い」6回程度(奇数月第3木曜日17時~19時)開催予定です。

「家族(遺族)の集い」(グリーフケア) 毎月第1土曜日14時~16時開催予定です。

<かたり場> 「お話ししましょう!」毎月第3木曜日17時~19時開催予定です。

※ 研修会等は詳細が決定次第、ホームページ、フェイスブック等でご案内いたします。



その他 特別企画・
お楽しみ企画を検討中です。
後日ホームページ等でご案内いたします。
(*o*)



リレー・フォー・ライフ・ジャパン2024滋賀医科大学

10月12日(土)正午~13日(日)正午までの24時間
滋賀医科大学 中庭において開催予定
ブース出展およびリレーチームとして参加を予定しています。
今年も、みなさん! 一緒に歩きましょう。



★ 感謝 ★

○ 2023年度 正会員数(2024年3月末現在)
個人会員: 29 名
団体会員: 3 団体

○ 多額のご寄付をいただいた企業(敬称略)
大原薬品工業株式会社

※ ご支援ご協力に、深く感謝申し上げます。



※ イベント等の詳細につきましては、ホームページ、フェイスブック、リーフレット、チラシなどをご参照ください。

桜の季節が終わり新緑が美しい季節となりましたが、すでに夏の到来を思わせる陽気の日もあり、いささか焦りさえ感じられる今日この頃です。
また、令和6年は年明け早々の能登半島地震にはじまり、4月には愛媛地震にみまわれ、人々の日常生活は不安いっぱいですが、今年も早一年の3分の1が経過しました。不安定な状況下だからこそ、人との出会いと関わりの大切さを今さらのように感じています。さあ! 思い切って外に目を向け出かけてみませんか。そして、当センターにお立ち寄りくださると嬉しいです。私たちは、皆様が心のモヤモヤをはらし、肩の荷を少しでも下ろしていただけるようお手伝いできればと思っています。今年度も、ホッとする空間づくりを大切に活動を推進したいと思います。引き続き、感染対策を徹底し皆様が安心してご利用いただけるよう、そして少しでも皆様に寄り添えるような事業を計画し、展開していきたいと思ひます。職員一同、皆さまのお越しを心よりお待ちしております。どうぞお気軽にお立ち寄りください。【編集後記】