

『カフェで学ぼうがんのこと』レポート

○第61回

「セルフチェックで早期発見できる?!
乳がんをもっと知ろう!」【6月23日(金)】

講師:九州医療センター 乳腺外科医長・乳腺センター部長
中川志乃先生



乳がんは女性が罹るがんの第1位です。年間90,000人、女性の11人に1人が罹患しています。ですが、乳がんは早期発見、早期治療で治る病気です。正しいセルフチェックを月に1回行い、

自分の体の変化を知ることが大切。また、1~2年に1回は乳がん検診を受けることをお勧めします。

『あなたは乳がんになりやすい?』チェックリスト

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| □40歳以上 | □閉経後の肥満 |
| □初潮が早く(11歳以下)、閉経が遅い(55歳以上) | □乳腺疾患(乳腺症など)にかかったことがある |
| □初産が30歳以上 | □家族(祖母、母、姉妹)に乳がんや卵巣がんにかかった人がいる |
| □出産経験がない | □乳がんになったことがある |

すべてあてはまらない場合も11人に1人がかかる時代です。
他人事ではなく誰でも乳がんになる可能性はあります!

○第62回 「腸のトラブルは万病のもと」【7月25日(火)】

講師:久留米大学医学部内科学講座消化器内科部門
炎症性腸疾患センター 教授 光山慶一先生



最近よく耳にする「腸内細菌」「腸内フローラ」のことや、良い腸内環境を保つにはどのような生活習慣を心がけるといいのか、などのお話を聞くことができました。腸は「第二の心臓」とも言われ、腸内環境が悪くなると、がん・肥満・

ストレス・糖尿病・動脈硬化・認知症・自己免疫疾患・アレルギーなどの病気を引き起こしてしまいます。腸内環境を整えるには規則的な排便習慣、食物繊維を多く摂取し肉の摂取量を減らす健康的な食生活、軽い運動・散歩、ストレスをためないようにすることが大切です。

『カフェで学ぼうがんのこと』開催スケジュール

第63回 / 9月25日(月)

○題目:「アピアランスケアとリンパ浮腫ケア、一緒に考えてみませんか?」
○講師:小野菊世先生

[独立行政法人国立病院機構 九州がんセンター 緩和ケアセンター 乳がん看護認定看護師]

場所 西日本新聞会館13F会議室
福岡市中央区天神1丁目4-1

患者さんが抱える外見の変化に対する悩みや、乳がんの方の上肢リンパ浮腫予防のための日常生活などを現役看護師さんにお話ししていただきます。

お申込み <http://www.wig-ring.info/archives/2386>



第64回 / 10月25日(水)

○題目:「がんワクチン・免疫療法:主役はあなた!?」
○講師:山田亮先生 [久留米大学先端癌治療研究センター 教授]

場所 久留米大学福岡サテライト
(大丸福岡天神店東館エルガーラ 6F)
福岡市中央区天神1丁目4-2

免疫療法とは免疫本来の力を回復させてがんを治療する方法です。弱まった免疫をどのようにして強めていくのか、研究によって分かった最新の情報をお届けします。

お申込み <http://www.wig-ring.info/archives/2388>



時間 15:30~17:00(受付15:15~)

参加費 1,500円(ドリンク・お菓子付き/要予約)

お問い合わせ NPO法人ウイッグリング・ジャパン
☎092-725-6623

福岡市中央区天神2-2-13-3F

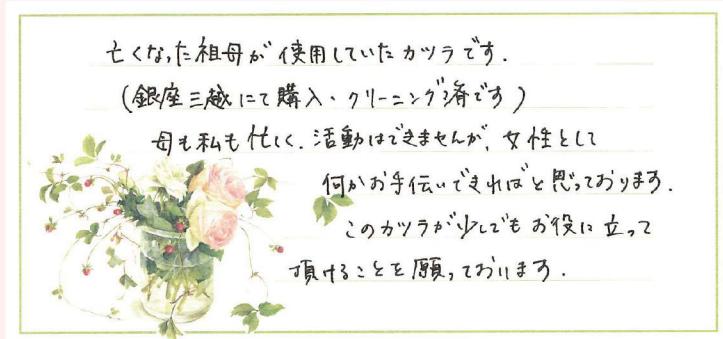
○主催:久留米大学先端癌治療研究センター、NPO法人ウイッグリング・ジャパン
○協力:財団法人福岡県すこやか健康事業団
~公益財団大阪コミュニティ財団 木原隆がん基金支援事業~

毎月、こだわりの
美味しいスイーツも
楽しめます!

\ ウィッグリング通信 /

WR 通信

●毎日のように全国からウイッグの寄付を頂き ありがとうございます!



●ウイッグリング・ジャパン応援感謝祭を開催しました!次回は12月!!

2017年7月7日(金)の七夕に、ウイッグリング応援感謝祭を開催しました!いつも応援していただき心より感謝申し上げます。参加者の交流を見ながら、改めて私たちの活動は皆さんに支えられているんだ~という嬉しい気持ちになりました。また、闘病中の方に病気を乗り越える勇気と希望がお届けできるよう活動を続けていこうと改めて思えることができました。楽しく充実した時間をありがとうございます!次回は12月に行ないます。詳しくは次号でご案内いたしますのでお見逃しなく!どなたでも参加OKですので、皆さまお誘い合わせの上、ご参加くださいね♪



●私たちと一緒に活動しませんか? ピアソーター募集

ピアソーターのピアは「仲間」という意味です。ウイッグリング・ジャパンの「あなたが誰かを、誰かがあなたを、今日を支えるチカラになる。」という思いで、一緒に活動していただける仲間を募集しています。がん患者さんやそのご家族の方、医療・福祉について学びたい方、人の役に立ちたい方など、女性の不安や悩みに寄り添える方ならどなたでも大歓迎です。詳しくは同封のチラシをご覧ください。



●サロンにメイク道具がやってきました!!

闘病中の女性に少しでもお役立てればとエステサロンを経営されている方から、ご厚意で新しいメイク道具を提供して頂きました。ありがとうございます!ウイッグ試着やレンタル後に、ご希望の方は、サロンでメイクで楽しんで頂くこともできます。秋の新色の口紅やチークなどご準備しております。病気などで気持ちが落ち込んでいる時こそオシャレして気持ちを前向きに★メイク道具のご寄付ありがとうございました。

●レンタル会員の皆さまへお知らせ

NPO法人ウイッグリング・ジャパンへのレンタル会員費として、『入会金2,500円』『年会費(レンタル料)3,000円』を頂戴しております。期間は1年です。期間が満了しましたら、次の方がお待ちですので、ご返却をお願いいたします。なお期間を過ぎても使用をご希望の方は更新手続きをお願いいたします。

※ご返却は下記宛にご郵送かサロンの開いている日時にご持参ください。なお、返却の際には会員番号が必要です。(ご持参いただく場合には、一度お電話にてご連絡ください。) ※期間中一度だけ2,500円で交換が可能です。※延長もできます。(更新料2,500円+年会費3,000円が必要です。) ※送料は別途500円です。※納付いただいた会員料の払い戻しは行いません。



お子さんの受験サポートをしているとのことでした。「これから闘病する人の不安が手に取るようにわかるよ。抗がん治療して、吐き気がして、脱毛して、熱出で、私これからどうなるんだろうって思ってたから…」誰もが大きな不安を抱えて闘病に立ち向かうことを教えてくれました。そして、もうまもなく闘病が始まる幼馴染の友人のもとへ、Sさんから預かったカツラを大事に持っていました。「おせっかいだと思ったんだけど、渡したいものがあるの」

to be continued...

闘病経験者からカツラと一緒に預かったもの

久しぶりにママ友に電話をして、会う約束をしました。「お友達がこれから闘病なんでしょう。これが、私の使ったカツラ。良かったら使ってね。お友達に、「私も抗がん治療したけど、乗り越えられたから大丈夫。がんばって」って先輩が言ってたって伝えてね!」と温かい言葉とカツラと勇気を預かりました。

8年前の闘病中に会った時には、「毎朝、枕に抜け毛がついているのを見るのが嫌なの」って伏し目がちに話していたママ友のSさん。闘病後は、仕事にも復帰して、高校生のお子さんの受験サポートをしているとのことでした。「これから闘病する人の不安が手に取るようにわかるよ。抗がん治療して、吐き気がして、脱毛して、熱出で、私これからどうなるんだろうって思ってたから…」誰もが大きな不安を抱えて闘病に立ち向かうことを教えてくれました。そして、もうまもなく闘病が始まる幼馴染の友人のもとへ、Sさんから預かったカツラを大事に持っていました。「おせっかいだと思ったんだけど、渡したいものがあるの」

to be continued...

9月~12月のサロン営業日

○日時: 9月9日(土)・25日(月)
10月14日(土)・23日(月)
11月11日(土)・20日(月)
12月9日(土)・25日(月)
○時間: 10:30~12:30(受付12:00まで)
※必ずお電話でご予約をお願いします。

連絡先:NPO法人ウイッグリング・ジャパン
福岡市中央区天神2-2-13 サンベアビル3F
TEL:092-725-6623 FAX:092-725-6643
japan@wig-ring.info
<http://www.wig-ring.info>

f <https://www.facebook.com/wigringjapan/>

ご寄付もよろしくお願ひいたします。