

岩手ホスピスの会通信



岩手ホスピスの会 (代表：川守田裕司 事務局長：吉島美樹子)

会 員 数/会員数 713 名 (2013.3.15 現在)

編 集 発 行/「岩手ホスピスの会」事務局 〒020-0883 岩手県盛岡市志家町 13-31 川守田方

TEL : 090-2604-7918 FAX : 019-653-6447

郵便振替口座 / 02250-1-60580 E-mail / hospice@eins.rnac.ne.jp

Homepage (岩手ホスピスの会通信) / http://hospice.sakura.ne.jp/

No. 44
2013年4月

岩手ホスピスの会 2012 年度総会開催

岩手ホスピスの会 2012 年度総会は 2 月 16 日開催され、新年度の事業計画として

- ①がん患者とその家族を様々な角度からサポートする
 - ※脱毛に悩む患者さんのためにタオル帽子活動
 - ※患者さんを支援するイベント開催 (がんを語る会、栄養講座、笑いの会、交流会、患者遺族の語り合いの会)
 - ※がんなんでも電話相談「がん相談ホットライン」活動
 - ②全国関連団体への積極的活動協力を行い相互の情報交換を深め、岩手と日本のがん医療・緩和ケアの推進をはかる。
 - ③設置された各ホスピスへの見守りとボランティア協力
 - ※一般の方への岩手県内ホスピスの啓蒙のため、県内ホスピス支援イベント開催
 - ※岩手県内各ホスピスの定期的な現状調査
- が提案・承認され、新年度役員が以下の通り選出されました。



太田宣承さん

《新年度役員》

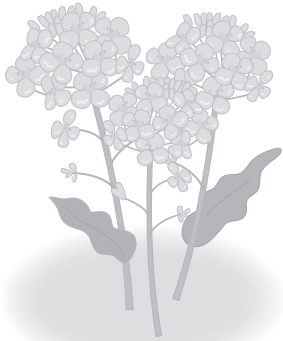
代表：川守田裕司 副代表：伊藤ヨシ子 事務局長：吉島美樹子
 会計：池乗育代、細川恵美子 監査：佐々木美穂子、菊地克昌
 幹事：佐々木順子、浅田京子、菊池利子、佐々木弥生、蛇口真理子

また、当日は総会記念講演として昨年^{いのち}に引き続き、一永遠の今を生きるその2一と題して真宗大谷派碧祥寺副住職、特養ホーム光寿苑副苑長の太田宣承さんからお話をいただきました。

「今を豊か、その先も豊かに」
太田さん(西和賀・碧祥寺副住職)講演
盛岡・ホスピスの会

豊かな人生の在り方を説く太田宣承さん

岩手ホスピスの会を生きる」と題して講演
（川守田裕司代表）総演した。
約100人が出席。
盛岡市紺屋町の市勤労 太田さんは被災地を訪
福社会館で開かれ、碧 祥寺(西和賀町)副住 祥寺(西和賀町)副住 職の太田宣承さんが、おはあさんの世代
「永遠の今(いのち) は自分より子どもや
孫に譲るといふ心を持つとの交流から「生きて
ついでに、その大切さ いる今の時間を豊かに
を伝えてくれた」など することが、その先も
と述べた。
豊かにする」と強調し
てくつががん患者 した。



2013年3月7日
岩手日報

緩和ケア病棟 設置を



酒井明夫院長(左)にあてた要望書を読み上げる川守田裕司代表(左から2人目)ら

がん患者団体

岩手医大に要望書 院長「前向きに検討」

岩手ホスピスの会(川守田裕司代表)など県内の三つのがん患者団体は6日、矢巾町に移転する岩手医大付属病院に緩和ケア病棟の設置を求める要望書を、同付属病院の酒井明夫院長に提出した。酒井院長は「設置の可否も含め、前向きに検討したい」と回答。がん医療の充実を求める患者団体に期待感が広がった。

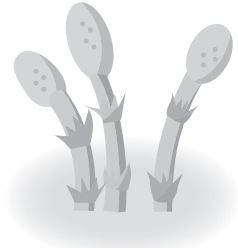
各団体の5人が同付 井病院(一関市・24床) 属病院を訪問。川守田 の5病院(計1100 代表は「一人でも多く 床)。沿岸は県立釜石 の患者が充実した緩和 病院の緩和ケア病棟4 ケアを受けられるよ 床、県北は県立久慈病 う、病棟の設置をお願 院の同6床と県立二戸 いしたい」とし、▽専 病院の同2床にとどま 門医を常駐させ、看護 する。 師らのスキルアップに 一方、県内のがん死 にも配慮する▽心のケア 亡者数は年々増加傾向 にも重点を置く▽家族 にある。2005年度 サロンも併設する一な から4千人台で推移 ど計11項目を求める要 し、11年度は4273 望書を読み上げた。さ 人となった。さらに、 県によると、緩和ケ ア病棟を設置している 沿岸や県北に緩和ケ ア病棟がないことか ら患者が盛岡に集中。 のは孝仁病院(盛岡市 岩手ホスピスの会によ ると、盛岡市内のケア 病院(同・22床)、県 立中部病院(北上市・ 病棟では入院まで1、 24床)、美山病院(奥 2カ月待ちの所もあ 州市・20床)、県立磐 るといい、病棟整備の

ニーズは高まっている。川守田代表は「体と精神の苦痛を和らげ、家族と自分らしく過ごすためにも病棟は重要。岩手医大には治療からホスピスケアまで総合的な医療を担ってほしい」と期待を寄せ

岩手医大にホスピス設置要望書提出

岩手ホスピスの会、がん患者と家族の会・かたくりの会、乳がん患者の会・アイリスの会は3月6日岩手医大において、矢巾町に移転する岩手医科大学附属病院への緩和ケア病棟設置要望書を提出しました。盛岡医療圏は他地域と比較してがん患者数が多く、また、県北、沿岸部には緩和ケア病棟が行き届いておりません。1人でも多くの患者さんが充実した緩和ケアを受けられるよう要望しました。その他、要望書【要旨】より抜粋

1. 緩和ケア病棟は病院本館とは別棟として独立型平屋で、患者さんのためにどの部屋から庭に出られるよう配慮されること。
2. パストラルケア(宗教的ケア、霊的ケア)にも積極的に取り組み、がん患者さんやそのご家族の心のケアに配慮されること。
3. 緩和ケア病棟はレスパイトケアも行える施設とし、患者さんやご家族に役立つよう配慮されること。
4. ホスピスボランティアも活動可能とし、患者さんやご家族に役立つよう配慮されること。
5. 認知症などで、その場では意思表示できない患者さんでも、過去に緩和ケア病棟を利用したい、という意思表示をしていた方には、できるだけそのことに配慮されること
6. 設置される緩和ケア病棟は医療費を定額制にして、麻薬の使用量が多い患者さんなどにも配慮されること。
7. 病棟には無料ベッドも設置し、差額ベッド代の支払いが困難な方にも配慮されること。



岩手県内各ホスピス現況 (2013年3月現在)

(岩手ホスピスの会調べ 詳細は各病院に直接お問合せ下さい)

	孝仁病院 緩和ケア病棟	盛岡赤十字病院 緩和ケア病棟	岩手県立磐井病院 緩和ケア病棟	岩手県立中部病院 緩和ケア病棟	美山病院 緩和ケア病棟
住 所	盛岡市中太田泉田 28	盛岡市三本柳 6 地割 1 番地 1	一関市狐禅寺字大平 17 番地	北上市村崎野 17 地割 10 番地	奥州市水沢区羽田町 字水無沢 495-2
電 話	019-656-2888 医療福祉相談室	019-637-3111 (代表) 緩和ケア相談室 内線 338 川村・阿部	0191-23-3452	0197-71-1511	0197-24-2141
病 床 数	10 床 (全室個室)	22 床 (全室個室)	24 床 (個室 20、2 床室 2)	24 床 (個室 18、2 床室 3)	20 床 (全室個室)
ベ ッ ド	無料 8 室 有料 2 室	無料 12 室 有料 10 室	無料 17 室 有料 7 室	無料 14 室 有料 10 室	無料 20 室
有料室料金	1 日 3,150 円	1 日 5,250 円・ 10,500 円	1 日 3,050～ 6,200 円	1 日 3,150～ 12,810 円	
看 護 師 数	15 名	16 名	17 名	17 名 + 補助 2 名	17 名 + ケースワ ーカー 2 名
ホスピス医	臼木豊先生、 米山幸宏先生	旭博史先生	平野拓司先生	関根義人先生、 星野彰先生、 平賀一陽先生	菊池俊弘先生 及川司先生
入院審査を 受けるには	医療福祉相談室にご 相談ください。 月～土曜 8:30～ 17:15 (担当 湊)	緩和ケア外来を受診	緩和ケア支援セン ターにお問合せ下さ い。 0191-23-3452	0197-71-1511 (入院相談他) がん相談支援室 平日 9:00～16:00	入院相談 (担当: ケー スワーカー) 後面談 入院院検討会 (医師、 薬剤師、栄養士、看護 師、理学療法士で構成)
審 査 日	随時	随時	随時	随時 (入院依頼があった その日に即日対応)	随時 その後ベッドが空く まで待機
ホスピス入院 平均待機者人数	院内 2～3 名 院外 2～3 名	0	3～4 名	1～2 名	0
ホスピス入院 平均待機期間	約 2 週間 (時期により変動あり) 重症者優先	なし	長くて 1 週間	待機期間は近隣の病 院や在宅医療で対応	なし
利用者内訳	盛岡市周辺がほとん ど (8 割以上)	盛岡市周辺の方がほ とんど	一関市周辺や宮城県 北の方がほとんど	花巻北上周辺の方が 8 割以上。その他は 水沢、盛岡南部等	奥州市周辺の方がほ とんど
緩和ケア外来	臼木豊先生・ 米山幸宏先生 月～水・金・土 8:30～17:15 木 8:30～12:30	旭博史先生 月・水、要予約	平野拓司先生 月～金、要予約	星野彰先生 月・金の午前、 要予約	菊池俊弘先生 火・木・土
ホスピスボラ ンティアの 人数と活動	登録者 24 名 実働 7～8 名 ホスピスボランティ ア募集中 019-656-2888 4 階病棟赤坂まで 都合のよい時間でよ いのでぜひ!	病院ボランティア登 録者 16 名 うち 9 名がホスピ スで活動中。 病院ボランティア募 集中	コーディネーター 2 名、ボランティア 10 名 活動: ティータイム、 季節の行事 病院ボランティア随 時募集中	登録者 40 名 H23 年 6 月～ボラ ンティア活動開始 定期的に研修を行っ ている	現在登録者 12 名で 調整中。ホスピスボ ランティアを募集中
遺族会の名 称と連絡先	ひだまりの会 年 1 回開催 院外の方も参加可能 連絡先: 湊、赤坂	設置検討中	設置検討中	偲ぶ会 緩和ケア病棟 (0197-71-1511) 当院緩和ケア病棟で お亡くなりになった 方のご遺族の方のみ これまでに 3 回開催	設置検討中

各地からのタオル帽子活動レポート③

～信州大学医学部附属病院ボランティア「ぼうしの会」より～

岩手ホスピスの会の活動の様子を会報で拝見しています。被災地の方と一緒にタオル帽子を作る活動には心あたたかくなりました。岩手ホスピスの会の皆様の熱意ある活動に敬服しています。

信州大学病院「ぼうしの会」の活動も3年が過ぎました。21名のボランティアさんたちと、一か月に50個ほどの帽子を作り、患者さんに差し上げています。入院患者さん、抗がん剤の治療をしている患者さんだけではなく、人工内耳の手術後に（毛髪を剃ってしまうので）患部を保護するためにも帽子が好評です。通院治療室にも帽子を置いて、治療に来る患者さんに好きな帽子を選んで持ち帰ってもらっています。一か月に50個ほど帽子が必要なので、材料のタオルの集めに苦労しています。私もそうですが、ボランティアさんの中にはタオルを購入して作っている人もいます。

昨年、12月には病院内で手作りケア帽子の作品展を開き、多くの方にタオル製のケア帽子を見ていただき、活動の様子を知っていただきました。地域の新聞に取材していただき多くの方が見に来てくれました。ほとんどタオルを切らずに簡単に作れる帽子の作り方も教えました。何人かの方には岩手ホスピスの会のタオル帽子の連絡先を教えました。きっと、そちらにお葉書が届いていると思います。

松本市の隣の安曇野市の社協は、昨年、「ぼうしの会」の活動を見学に来て、同じようにタオルからケア帽子を作り、近隣の病院に届ける活動を始めたようです。また、長野県の長野市民病院では、ボランティアさんたちが個々の患者さんの希望に合わせてケア帽子を作っているようです。患者さんの希望によっては髪の毛をつけた帽子も作るそうで、とても喜ばれているそうです。抗がん剤で脱毛してしまう患者さんの悩みは同じなんでしょうね。いろんな形のケア帽子の活動がありますね。



私たち「ぼうしの会」の手作りケア帽子は、タオル帽子の形が原点ですが、形は今は10種類ほどあります。若い子にはネコ耳型の帽子が人気です。また、頭頂部が蒸れるので、頭頂部をつまんだだけの正ちゃん帽子風も通気性が良くて喜ばれています。ボランティアさんの中に、患者さんだった方がいますが、病気が治ったら帽子はいらなくなる、帽子を見て病気のことを思いだしたくないからと、一枚のタオルを切らずに帽子にして治ったら糸をほどいてまたタオルに戻す、という帽子を考えてくれました。辛い思いをした患者さんの気持ちを知るきっかけになりました。

私は、昨年から看護学生の実習指導の教官をするようになりましたが、「ぼうしの会」の活動もますます人気？で、忙しくて困っています。こうして私たちの活動があるのも、吉島さんのタオル帽子や岩手ホスピスの会の理念が影響していると思います。深く感謝いたします。お忙しい日々のことと思いますが、どうぞお体をお大事になさって下さいね。まわりの方々に元気を届けるには、まずは自分が元気でいなくてはね。

信州大学医学部附属病院ボランティア「ぼうしの会」 藤本益代 より
信州大学医学部附属病院：長野県松本市旭 3-1-1

岩手ホスピスの会とタオル帽子ボランティアへの メッセージ (2013年1月~3月)



当会のタオル帽子を受け取った全国の皆さんから当会に寄せられたメッセージの一部をご紹介します。2008年6月からスタートしたタオル帽子発送はこれまで36,182個に上っています。帽子を作るボランティアの皆さんに深く感謝申し上げます。



高田タオル帽子の会代表 菊池裕子さん(右)

◆先日、タオルキャップをいただいて帰った者です。大変優れ物ですね!お風呂上がりの脱毛の煩わしさ、ストレス、悲しみから解放され、お掃除も楽で、うれし涙を流している自分に気付きました。思いやりがいっぱい詰まっているタオルキャップ、本当にありがたかったです。ひとりじゃないと思えました。(広島市民病院)

◆私は昨年10月末に突然卵巣がんが見つかり、手術後抗がん剤のため脱毛で落ち込んでいました。同じ病室の人からきてタオル帽子をいただきました。お風呂の後や夜寝るときタオルはやっぱりとても気持ちが良いです。ありがとうございます。いただいた時、今まで我慢していた涙が思わず溢れ出し、声も出し大泣きしてしまいました。がんばるしかないけど、帽子とつけ毛でおしゃれしてなんとか頑張って治療して生きていきたいと思えました。(金沢医療センター)

◆先月乳がん手術した者です。術後の検査の結果「抗がん剤治療」が必要といわれ、初めてのことにドキドキしながら髪の毛が抜けることに一抹の不安を覚えていたとき、手術したセンターで「こんなかわいい手作りの帽子があるよ」と教えてくださいました。5歳の娘が「ママに似合うよ」と帽子を選んでくれて、娘にもひとつ「ママと一緒にかぶってね」といただいて大喜びの娘。手作りのぬくもりと人々の温かさを感じられて、私にとって素敵なクリスマスプレゼントをいただいた思いでうれしかったです。これから抗がん剤治療、放射線治療、ホルモン治療と続いていきますが、しっかり受け止めて立ち向かう力をいただきました。皆様の上に豊かな豊かな祝福がありますようお祈りしています。(滋賀県大津市)

◆髪が抜ける前は小さかった帽子が、髪が抜けたらブカブカになり、わかっていたとはいえショックでした。その上旦那さんにも「落ち武者」といわれたり、本当に悲しい思いもしました。でも、どんな時も帽子は温かくて負けていられない気になります。私より本当に大変なのはみなさんの方だと思います。嘆いたところで現状が変わるわけではないので、負けずにやれることをやります。ありがとうございます。(滋賀県長浜市)

「岩手ホスピスの会」がん相談ホットライン



開設日	毎月第2土曜日 午後1時30分~4時(月により変更あり) 相談無料
場所	盛岡市若園町総合福祉センター内 タオル帽子倶楽部会場(月により変更あり)
内容	電話相談:がん全般についての相談に対応致します。 直接面談:上記会場に来院して頂き対応 ※事前にお電話いただければ、相談内容に合ったスタッフが対応致します。
問合せ	岩手ホスピスの会 090-2604-7918

(第3種郵便物認可)



がん患者へ温もりを

陸前高田市の「高田タオル帽子の会」(菊池裕子代表)は、がん患者向けにタオル帽子作りに励んでいる。被災地支援に訪れた岩手ホスピスの会(盛岡市、川守田裕司代表)の協力を受け、被災地から一針一針に思いを込める。24日は奉仕団体の寄付を受け、さらなる活動の継続を誓った。

同日は、陸前高田市竹駒町の壺の沢公民館で、国際ソロプチミストタオル帽子作りに励む高田タオル帽子の会と寄付金を贈った国際ソロプチミスト大船渡の会員

昨年4月から陸前高田の団体

タオル帽子250個製作

ト大船渡(測上栄子会長)から寄付金10万円を受け取った。回ほどのペースで開始。仮設住宅だけでなく、地元住民も加わり、親睦を深め、これまでに約250個を製作した。

タオルの購入費や活動費に充てる。タオル帽子は、がん治療の抗がん剤の影響で脱毛する患者を支える活動。参加女性にも親族をがんで亡くした人がおり、患者の気持ちに寄り添うように手縫いの温もりを大切にしている。同市竹駒町

活動は、タオル帽子の鈴木トヨ子さん(67)を作る岩手ホスピスの「震災で多くの人が亡くなった。集まって活動することは、生き残っている人が元気でいる証し。かぶる人を想像

仮設住宅に炊き出し支援に訪れたのがきっかけだった。炊き出し支援とタオル帽子作りの交流を昨間の思いを代弁する。

活動は、タオル帽子の鈴木トヨ子さん(67)を作る岩手ホスピスの「震災で多くの人が亡くなった。集まって活動することは、生き残っている人が元気でいる証し。かぶる人を想像

次期がん対策推進計画パブリックコメントを提出しました。



第15回岩手県がん対策推進協議会
(2月8日、盛岡市勤労福祉会館)

岩手県ではこのほど、次期「がん対策推進計画（平成25年度～平成29年度）」の本年度中の策定に向けてパブリックコメントを実施し、その計画（中間案）について、広く県民から意見等を募集しました。1月22日に当会より以下の通りコメントを提出し、2月8日に開催された第15回岩手県がん対策推進協議会において、県より回答を得ました。

A：が県からの回答です。

1. 多くのがん患者さんを抱える県内唯一の医科大学病院である、岩手医科大学付属病院に、矢巾移転に伴い緩和ケア病棟も設置すること。
A：今後の取組の参考とさせていただきます。
2. さらに岩手県内各病院で患者さんやご家族にタオル帽子配布の機会を設けて役立ててほしい。
A：患者サロンの取組の実施等に向けて、その推進に努めて参りたいと思います。
3. 主治医から、「緩和ケアチームと連携して苦痛を早期から取り除きます」と患者さんに周知していただければ、患者は遠慮や気兼ねなく安心してチームを利用できます。医療側も患者に伝えやすいなど、より患者にとって緩和ケアチームが利用しやすい体制を整えてほしい。
A：ご意見の通り、医療機関の体制確保に向けて、取組の促進に努めて参りたいと思います。
4. がん末期の患者さんに直接寄り添う立場であるコメディカルスタッフのニーズは今後ますます高まります。
 - (1) 在宅担当者（訪問看護師、ホームヘルパー、ケアマネージャーなど）
 - (2) 施設担当者、などにも緩和ケア基本研修を行って理解を深めて欲しいと思います。職種ごとに一定の研修修了者に認定証を交付し、研修意欲を高めていただきたいと思います。
 A：国の動向を踏まえながら今後の取組の推進にあたり、参考とさせていただきます。
5. 医療現場でも患者家族にも、緩和ケアへの理解が十分に浸透していません。更なる緩和ケアの啓蒙活動のため、岩手グラフ誌上においてできれば毎号1ページ位のスペースを取って「がん情報コーナー」として緩和ケアに関してや変わり行く新制度についての情報提供や用語解説を行って県民への啓発をはかって欲しいと思います。
A：今後の取り組みの参考とさせていただきます。
6. 東日本大震災以降、福島第一原発事故による大気中への放射能の拡散の影響により、今福島県では子供たちの甲状腺異常が全体の半数以上に上っています。この問題を今後の岩手県がん対策推進計画の一環として位置付け、岩手県民一体となって子どもたち、ひいては私たちの子孫を守るという立場に立って子供たちの健康状態についての現状調査、予防、治療、放射能からの庇護について取り組みを進めていくことが重要である、と思います。
A：今年1月25日に開催された県の有識者会議において、現時点では放射能の影響は低い、との結論が出ました。
7. 福島第一原発事故による被ばくを心配する親たちの要望を受けて国が「汚染状況重点調査地域」に指定した奥州市、一関市、平泉町が希望者に尿採取による内部被ばく量を測定する検査事業を実施していますが、思春期の子供たちや幼児に対する尿2リットル採取などの難点により、平泉町では検査対象者800名のうち、139名しか申し込んでおらず、県においては「疑わしきは検査を」という予防原則にのっとり、積極的に検査を受けるよう呼びかけていただきたいと思います。
A：今後の取組にあたり考慮させていただきます。

子どもたちの甲状腺検査実施を求める要望書への県からの回答

昨年11月21日に当会他、県内外の23市民団体で県に提出した「岩手県南3市町の子どもの甲状腺検査実施を求める要望書」への回答が平成24年12月19日付で県から送られてきましたのでご報告いたします。

甲状腺検査については国の対照検査結果を見てからというのですが、県は私たちの声を取り入れ、県南3市町で幼児～中学生まで希望者全員の尿検査を実施しはじめるなど、前進面が見られました。私たちは今後福島の子どもの健康動向や有識者会議に注意し、県南のみなさんと連携しつつやっていきたいと思いますが、ご意見などあればぜひお願いします。



野原勝医療推進課総括課長に要望書を手渡す「子どもたちの未来を考えよう平泉の会」千葉勝子さん

回答内容の概要は

- 1) 甲状腺検査については、「国の対照検査（青森・山梨・長崎県）の結果を踏まえて対応したい」
- 2) 有識者会議へ市民代表の参加については、「（同会議は）県の方針決定や政策的判断の場ではない、県民の声には広く耳を傾けていきたい、（この問題については県として）内部被ばく影響調査の継続や支援事業費補助制度を創設してきた」
- 3) その他の疾病予防については、「汚染重点調査地域に指定されている県南3市町を対象に、住民に身近な相談窓口である市町が実施する健康相談及び希望者への内部被ばく検査に要する費用への補助制度を創設したところです。国及び福島県の動向や新しい知見の動向等を注意深く見守りながら、必要な場合に速やかに対応できるよう努めてまいります。」

— 以上となっております。

「放射線被ばくから身を守るには」講演会開催

— 基礎知識とチェルノブイリ事故後の最新情報 —

福島第一原発事故による放射性物質の影響について学ぶ講演会（共催：県保険医協会女性部、県反核医師・歯科医師の会）が3月9日盛岡市で開催され、平成3年から10年間チェルノブイリにおいて原発事故の医療支援活動を行ってきた、長野県松本市長・医師の菅谷昭さんが講演しました。菅谷先生は、事故から20年以上過ぎても住民に免疫機能の低下や貧血、周産期異常（未熟児、早産、死産、先天性異常など）、体力集中力低下などがみられるベラルーシの現状を紹介し、除染について過度な期待を持たないように、福島県などの線量が高い地域では学童などの集団疎開の検討も国策として必要だと話しました。



放射線被ばくについて語る菅谷先生

また、医師は放射線による人体への影響や親の子への心配についてよく勉強し、丁寧に対応することが必要。私は市長という立場上、県などに意見を言うことはできないが、他の模範になるように松本市では放射線対策に力を入れている、ということなので、ぜひ松本市の対策を調べ、岩手でも模範とするよう今後県や市にお願いして行きたいと思いました。

栄養講座レシピ **がん患者さんのための栄養講座** パート **12**

県立二戸病院 緩和ケアチーム 管理栄養士 **蛇口 真理子**

寒かった冬も終わり、日に日に春らしくなってきましたね。

胃や食道の術後で、食欲がない・食べ物がつかえる感じがするときにつるっと食べられる温泉卵や冷奴はおすすめの1品です。でも、温泉卵は作るのが面倒…と思われている方もいるのではないのでしょうか。

今回はカップ麺の容器を使い、簡単に出来る温泉卵の作り方を紹介します。



簡単・温泉卵

1人分エネルギー 80 kcal

材 料	分量 (1人分)
卵	1個
しょうゆ	好みの量

作り方

- ① 卵を冷蔵庫から出し、常温に戻しておく。
- ② カップ麺の空き容器に①の卵を入れ、熱湯を容器の線の位置まで注ぐ。皿でふたをする。
約15～20分待ち、出来上がり。

ポイント

- ・一つの容器で、卵1個ずつが適量です。
- ・カップ麺の容器は円柱タイプのものが適しているようです。
- ・卵の固さはお好みで、時間を調整してみてください。
- ・寒い季節は途中で、熱湯を指し湯した方がいいときもあります。

温泉卵だけで食べるだけではなく、麺類やサラダのトッピングにも使えるので、色々とお試し下さい。



《今度は県立胆沢病院へ…》

岩手県立二戸病院 **蛇口 真理子**

いつも「がん患者さんのための栄養講座」を担当させていただいています。

定期人事異動があり、4月から県立胆沢病院（奥州市）での勤務となります。

二戸病院では、緩和ケアチームのみんなで「ルーフォーライフ」に参加をはじめ、栄養管理室で緩和ケアの患者さんの食事の工夫を楽しくしてきました。おかげさまでした。

今度行く、胆沢病院は初めて行く場所です。どんな出会いがあるのかと楽しみと不安な気持ちですが、これからも患者さんとの出会いを大切にしていきたいと思っています。会報を通して、胆沢病院での緩和ケアチームの様子等もお伝えできたらと考えています。

二戸病院・中部病院の皆さんの支えがあり、色々な事を学び、人と人が出会う意味も教わってまいりました。

新しい出会い、今までの支えを大切にこれからも頑張っていきたいと思っておりますので、今後も温かいご指導をよろしくお願ひします。

看取り看取られる幸せ—在宅医療フォーラムに参加

盛岡市民のための在宅医療フォーラム（主催：在宅医療連携拠点事業所チームもりおか）が、3月2日盛岡市で開催され、当会も患者会ブース担当として参加しました。基調講演を行ったジャーナリスト・國森康弘さんは世界各地や日本の貧困地域や東日本大震災の被災地などで取材を続け、近年は「看取り」の現場取材にも力を入れています。命の尊厳を問う素晴らしい写真に多くの方が感銘を受けていました。一方、チームもりおかの母体・もりおか往診クリニックはこれまで12年間で盛岡地域において約1500人の訪問診療を行い、うち約600人を自宅で看取り、在宅医療体制の構築に貢献しております。



國森さん（左から2人目）とホスピスの会スタッフ



在宅医療パンフレット
イラストは復元納棺師 笹原留似子さん

今回チームもりおかでは在宅療養ケアについて広く市民に知ってもらうためのパンフレット「自宅で暮らしたい—その気持ちに応えます あなたの在宅療養を支えるチームもりおか」を作成しました。同パンフレットはA6判11ページ。がん診療連携拠点病院の医療相談室等に設置してあります。

問い合わせはチームもりおか（019-681-7653）まで。

書籍紹介

「病院で死ぬのはもったいない： 〈いのち〉を受けとめる新しい町へ」



- 発行日：2012年8月31日
- 著者：山崎章郎、二ノ坂保喜
- 発行所：春秋社
- 価格：¥1,890

「病院で死ぬということ」の著者である山崎先生は現在、東京都小平市で「ケアタウン小平」に取り組んでいる。身近な家族の誰かが亡くなること、それを看取することは人生における最大のイベント。その大切なイベントを家族・友人、知人たちが社会生活の中でしっかりとやり遂げることはその後に残された自分たちが「本人の思いに応えられた」と胸を張って生きていけることに繋がる。医療、福祉が連動を紹介しながら、最期まで安心して暮らせる街を作っていくことが人生を豊かにし、いのちを受け継いでいくことの温かさを感じる一冊。



岩手ホスピスの会 ホスピスセミナー

ホスピス、緩和ケアなどに関心のある方を対象にセミナーを開講します。

- ①ホスピス、緩和ケアって何？
- ②岩手医科大学附属病院にホスピスを。
ホスピスの重要性を学びます。

日 時…5月18日(土)
講 演…13:30~14:30
意見交換…14:45~15:45

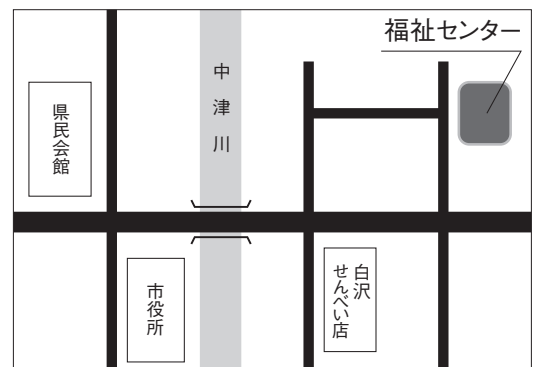
場 所…盛岡市総合福祉センター(若園町 TEL:019-651-1000)
講 師…岩手医科大学附属病院看護部がん性疼痛看護認定看護師 菅野綾子さん
テ ー マ…「緩和ケア、ホスピスって何?」「岩手医大の緩和ケア、ホスピスの現状」
参 加 費…無料



岩手山を望む

会場には駐車できません。お車をご利用の方は近くの有料駐車場をご利用ください。

*当日は参加者との意見交換会も開催します。
ホスピスについて市民の皆さんにもっと知ってもらいたい。
また、ホスピスは必ずしも最後の場所ではないということも強調したいと思います。



フェイスタオルご寄付のお願い

タオル帽子を作るためのフェイスタオルが不足しております。できましたらぜひ何枚でもご寄付をお願いいたします。なお、恐縮ですが患者さんのためにできるだけカラフルな柄物でお願いいたします。
送付先：020-0883 岩手県盛岡市志家町13-31 岩手ホスピスの会宛

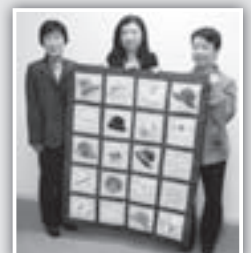


タオル帽子タペストリー贈呈

3月19日、タオル帽子活動でいつもお世話になっている東京海上日動あんしん生命株式会社さんと内野株式会社さんに、ボランティアさんたちが制作したタオル帽子タペストリーを贈呈しました。あんしん生命様、内野株式会社様、今後ともよろしくお願いいたします。



あんしん生命様へ贈呈



内野株式会社様へ贈呈

タオル帽子を作りたい方へ



※タオル帽子を作りたい方へ型紙をお譲りしています。

※型紙・見本の帽子1個(送料込み1,000円)

※申し込み方法：はがきかメールでお願いします。メールアドレス：hospice@eins.rnac.ne.jp

はがき：〒020-0883 岩手県盛岡市志家町13-31 川守田方「岩手ホスピスの会」

これからのタオル帽子講習会日程

4月13日：タオル帽子講習会・倶楽部

5月11日：タオル帽子講習会・倶楽部

6月8日：タオル帽子講習会・倶楽部

7月13日：タオル帽子講習会・倶楽部

※問い合わせ先：080-1658-1762 場所：盛岡市総合福祉センター 時間：13時30分～

※型紙のコピーはご遠慮願います。型紙の必要な方は当会へお問い合わせください。

***** 岩手ホスピスの会活動日誌 *****

2013年1月～3月

- 1月 6日 タオル帽子倉庫作業 (盛岡市タオル帽子倉庫、5名)
- 1月 12日 会報発送作業～役員会・タオル帽子倶楽部 (盛岡市総合福祉センター、25名)
- 1月 19日 会計作業、県へのパブコメなど作成、タオル帽子活動打合せ (福祉センター、5名)
- 1月 22日 岩手県保健福祉部へ、「岩手県がん対策推進計画(中間案)」に係るパブリック・コメント提出
- 1月 25日 タオル帽子ボランティア (岩手医大患者家族サロン、3名)
- 1月 28日 東北ろうきん復興支援助成金目録贈呈式に参加 (盛岡市東北労働金庫本部、2名)
- 1月 30日 在宅療養パンフレット作成委員会参加 (チームもりおか事務所、1名)
- 2月 8日 第15回岩手県がん対策推進協議会参加 (盛岡市勤労福祉会館、1名)
- 2月 9日 タオル帽子講習会・倶楽部 (総合福祉センター、27名)
- 2月 10日 タオル帽子倉庫作業 (盛岡市タオル帽子倉庫、7名)
- 2月 16日 岩手ホスピスの会2012年度総会・記念講演会 (勤労福祉会館、90名)
- 2月 17日 タオル帽子倉庫作業 (盛岡市タオル帽子倉庫、7名)
- 2月 24日 被災地支援・第5回シャポーIWA TEプロジェクト..... (陸前高田市上壺公民館、40名)
- 3月 1日 「在宅医療フォーラム」患者会ブース準備 (盛岡市キャラホール、1名)
- 3月 2日 「在宅医療フォーラム」患者会ブース参加 (キャラホール、6名)
- 3月 6日 岩手医科大学付属病院に緩和ケア病棟設置要望書提出 (岩手医大、3名)
- 3月 9日 タオル帽子講習会・倶楽部 (総合福祉センター、23名)
- 3月 16日 新年度第一回役員会 (総合福祉センター、8名)
- 3月 19日 タオル帽子タペストリー贈呈 (東京海上日動あんしん生命、内野株式会社、3名)
- 3月 23日 タオル帽子発送作業 (総合福祉センター、8名)
- 3月 31日 タオル帽子出張講習会 (滝沢村いわて生協ベルフ牧野林、12名)

新年度会費の納入をお願いいたします。

岩手ホスピスの会は皆さんの会費により運営されております。2013年度会費(2013年1月～2013年12月分)を郵便局にて、振込用紙に住所、氏名を明記の上振込をお願いいたします。なお、行き違いですでお支払いいただいております折は、なにとぞご容赦ください。また、ご住所の変更があった方はお手数ですがご連絡をお願いします。

会費：1,000円(複数口可) 郵便振替：02250-1-60580 岩手ホスピスの会