

発行/財団法人しまね女性センター 編集/情報Market編集委員  
〒694-0064 島根県大田市大田町大田イ236-4 島根県立男女共同参画センター「あすてらす」  
TEL 0854-84-5500(代) FAX 0854-84-5589 URL <http://www.asuterasu-shimane.or.jp/> E-mail asu-01@asuterasu-shimane.or.jp



## 会員の輪

### 「病をもって人生を極める人たちと共に歩む」

がんサロンおおだ みやけまさこ 三宅雅子(大田市)

父のがん告知から在宅療養までに「水先案内があれば」と願った思いから、患者や家族が病気や暮らしなど気になること、相談したいことを話し合ったり、仲間づくりの場として「がんサロン」を仲間とともに立ち上げました。平成18年2月に発足してから丸6年、地域医療の応援団として活動しています。

#### \*人は、ただそこにいるだけでいい\*

毎月1回のサロンでは、互いの「傾聴」を心がけ、患者や家族の日々の出来事や抱える思いを共有し、大切に聴いています。体験を話し聴く事で、共感や共有が他の人への支援となり、一人ひとりの役割感を高めています。また、病気や家族の不安を和らげるサロンへの参加を楽しむことで、自ずと前向きになる様子が見え、  
「人は、ただそこにいるだけでいい」という安心空間になっています。

#### \*免疫力を上げる笑い\*

病気や介護など、決して笑える状況ではないけれど、ふとした瞬間安心を感じたり、心の琴線に触れるとき、人は笑う(笑顔になる)ことがあります。この笑いの感染力の強さを知った私たちは「笑い療法士」の資格をとり、「一日に5回笑い、一日に5回感動する」を合言葉にして、笑顔満載のレクリエーションをサロンの中で取り入れています。(笑いで患者さんの自己治癒力を高めたり、笑いをもって病気の予防をサポートする人のこと)



平成25年 新年会の様子  
季節の行事を取り入れ、楽しみながら運営しています

#### \*つながる支えあい\*

私たちは、厳しい治療や副作用、複合的な症状などに困惑する患者や家族の相談窓口となり、それぞれの事情にあった情報を提供しています。状況により、大田市内

の医療関係者やボランティアからなる「緩和ケアネットワーク大田」、拠点病院等のがん相談支援センターなどへの相談の道筋もサポートします。さらに、患者の声を地域の医療政策に繋げることや病気に対する理解を深めることを目的に、講演や座談会等を取り入れた「市民公開がんサロン」を年1回開催しています。

そして、活動の幅を広げるために、大田市立病院の病院ボランティアへの参加や島根県がん対策推進協議会にも加わり、拠点病院の院長先生との意見交換、がんサロン同士の交流事業をとおして、ネットワークの構築を図っています。また、毎月のサロンの会場「ゆきみーる」(私設公民館)を提供していただいている「NPO法人緑と水の連絡会議」の支援をはじめ、会場のご近所にあるグループホームの若い職員や利用者みなさんもサロンの活動に参加してくださり、多くの方に支えていただきながら、活動を続けています。

#### \*互いの前向き人生にエール!\*

誰も人生の通過点で病気に出会うことがあり、戸惑いもありますが、向き合い方で命との付き合い方は変化します。サロンをとおして出会うのは、病の体験で人生を極める人たち。その一人ひとりと温もりのある日常を大切に、支えあっていきたいと考えています。



毎月第1土曜日10時~12時「ゆきみーる」(大田市大田町)で開催しています。お気軽にお越しください。  
(茶話会形式で、お茶代200円いただいています)



〔分類番号：女性問題 914.6 ㉔〕

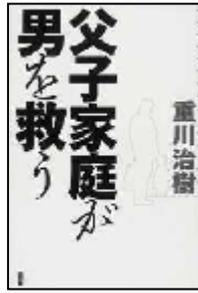
**美しい生と美しい死を**

瀬戸内寂聴 / 著

新潮社 (2012/6)

「青鞥」と大逆事件の時代を生きた、平塚らいてう、田村俊子、岡本かの子、伊藤野枝、菅野須賀子…古い因習と闘い、自由を切望し、恋と革命に身を焦がした女たち。「青鞥」ゆかりの女性たちの伝記を数多く書いた筆者が、その美しい生と美しい死を改めて辿り、因習の壁はすでにない百年後の今、若い世代は真の自由を勝ち取ったのだろうかと問いかけている。

(まゆ)



〔分類番号：女性問題 367.3 シ〕

**父子家庭が男を救う**

重川治樹 / 著

論創社 (2012/5)

離婚して、子ども2人を引き取り父子家庭となった筆者の体験から見てきたものは、家庭内でのあまりにも妻に依存していた生活だった。筆者の体験を通して、男性に家庭内での自立した生活の必要性を説くとともに、会社人間一辺倒ではなく、地縁にも目を向けた活動が必要であるとしている。男性必読の書といえよう。(ま～)



〔分類番号：女性問題 914.6 ㉔〕

**アラカンのがれいなる日々  
ワンダーふる**

吉田真由美 / 著

パド・ウィメンズ・オフィス(2012/4)原因不明のビョーキに罹ってしまった著者は、まさしくアラカン(還暦前後)世代。著者の“遺書”でもあるという本書は、日々感じていた自身の“老い”をユーモラスな川柳と軽快な文章で綴っており、老いにもビョーキにも負けない生命力を感じる。アラカン女性だけでなく“老い”を感じたことのある女性の心をきっと軽くしてくれる一冊。(じじ)

**information**

情報ライブラリーでは、所蔵資料を紹介する目的で毎月テーマを決めて書籍等の展示・貸出を行っています。2月のテーマは「心に響く“名言”～強く美しく生きる女性たち～」です。テーマ展示や新着図書、DVD等の情報はホームページで随時お知らせしています。どうぞご利用ください。

<http://www.asuterasu-shimane.or.jp/lib/>

**編集委員の  
フリートーク****我が家の男女共同参画  
～感謝の気持ちを忘れずに～**

子どもが大学生となり、昨春から夫と2人だけの生活が始まって家の中は静かなもの。夫は買物、料理等の協力をしてくれとても助かっている。

例年年末の大掃除は夫が主導で手際良くこなす。最近是我的することが少なく申し訳なく思っていたが、本当のところ、どうやら夫は、手伝わす監督として見ていただけを望んでいるようだ。いろいろな思いもあるが、ぐっところえ口に出さず…家がきれ

いになったことに感謝！

今年も「昨年はいろいろありがとう。今年もよろしくね」で始まった。日々の生活は支え合いや助け合いで成り立っている。些細なことでも「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えることで年間を通し協力体制は万全！

我が家の男女共同参画がより一層充実したものになることは間違いない。(けい)

**あなたの情報  
をお待ちして  
います！**

本紙の内容について、ご意見、ご感想をお寄せください。また、みなさまの活動についての情報や報告等もお待ちしております。住所・氏名(グループ名)・電話番号を明記の上、郵送、FAX、メールにてお送りください。原稿は400字以内、イラスト等は葉書大以内でお願いします。掲載させていただいた方には、500円分の図書カードをさしあげます。送付先、お問い合わせは、(財)しまね女性センター 事業課まで

