



### ● 第16回市民公開講座 骨髄移植を知ろう が開催されました。

7月12日(土)、青森市青森市民ホールにおいて、第16回市民公開講座「骨髄移植を知ろう」が開催されました。今回のテーマは「みんなが支えるがん診療」。



第1部の「医療費について知ろう」では、山口赤十字病院医療社会事業部の橘直子氏においていただきました。医療ソーシャルワーカーとしての経験に加え、青森県の状況を事前に調査して、様々な情報を提供していただきました。皆さんは、青森県庁のホームページに「保健・医療・福祉総合相談マニュアル」という情報コーナーがあるのをご存じでしたか？山口県からおいでの先生に教えられました。足下の情報をもっと活用しなくては！と気付かされました。

第2部では、青森県立中央病院の立花部長から「輸血」について、青森県赤十字血液センターの柴崎所長から「献血」についてお話しいただきました。私たちにとって身近な輸血と献血ですが、様々な関係者の努力によって医療が確保されているんだなと感じた次第です。

第3部では、骨髄バンク登録協力会の中井睦さん、ドナー経験者の阿部潤さん、移植経験者の三橋泉さん(会員)から、それぞれの活動や体験についてのお話がありました。体験に基づくお話は、やはり心に響きます。皆さん、ありがとうございました。(報告～ なお子)



そのあとは、例年どおりの懇親会。参加の皆さんの近況をお聞かせいただきました。次回も元気に集まりたいですね。皆さん、ご自愛を。

### ● 上北地域談話会で和気あいあい

いつもの談話会が、6月14日(土)、県立中央病院を飛び出して、野辺地町の「お食事とコーヒー『パルコ』」で開催されました。その時の写真がこれ。懐かしい顔もあり、楽しい会になりました。



### ● まろまろ平成26年度総会開催

市民公開講座の終了後、第9回総会が開催されました。昨年度の活動報告、今年度の活動計画などが、事前送付した資料のとおり承認されました。

### ● 「健康あおもり21ステップアップ県民大会」でブース展示を行いました。

8月30日(土)、青森市のリンクステーションホールで開催された県民大会の患者団体コーナーに出展し、「まろまろ」の活動について紹介しました。

来場の三村知事も、応援していただきましたよ。



# ● まろまろからのいろいろなお知らせ



## 投稿

納屋 むつみさん(会員)

最初に入院したのは八甲田連峰側の6人部屋でした。初冬から真冬にかけて少しずつ白くなっていく山並み、お日様の加減で大きく見えたり小さく見えたりする山々の姿を楽しむことが出来ました。以前は廊下の突き当たりから岩木山も見えていました。8階から見下ろす夕日に照らされた町並みも、(見た事はないけど)ローマの市街地の夕暮れのように忘れられませんか。

2回目の入院からは、むつ湾側の4人部屋に入る事が多かったです。未来に向かって開けていくような抜けるような青空の下、波一つない海面に翅をたんだ白い蝶のようなヨットが数隻、儚げに浮かんでいたり、小さな漁船や大きなフェリーが通る様子をベットにねっ転がって眺めていると、オーシャン・ビューの高級リゾートホテルにいるセレブなマダムになった気がしました。血液内科が8階で良かったです。

山でも海でも、「夜明け」の風景が最高でした。点滴をしていると消灯後も何度か目が覚めます。夜明けに間に合って目が覚めると、うきうきして、鼻歌交じりで起きだします。食堂の大きくて広い窓いっぱい広がる真っ黒な山並みは、ひと際大きく眼前に迫ってきます。一固まりの大きく真っ黒な影も、日が昇るにつれて一つ一つはっきりと山容が見え始め、それにつれて少しずつ後ずさっていくようでした。薄いピンクの霧がかかる八甲田連峰は、中国の昔話にある不老不死の桃源郷を思わせ、見あきることがありません。今日もいい1日になるなー、と思えてくるのでした。

非常口の大きな窓から見るむつ湾の夜明けは、もっともっと癒しと励ましをくれました。湾岸沿いにきらめく街灯りは何かの合図のように瞬きをやめません。海上を移動する小さくてささやかな灯りもありました。ジワジワと明けていく空の色の移り変わりを息を飲んで見つめていると、時間も場所も、自分という存在さえも、自然の中に溶けだして景色と一体になっているような高揚感、充足感でいっぱいになりました。

「永遠」が形になって目の前に展開しているようでした。とはいえ、現実の時間は淡々と流れていきます。あっという間に夜は明けきり、夜明けの新鮮な空気に洗われて新しくなった自分が、たったいま大自然から生まれたばかりの自分が生きるべきみずみずしい一日が始まるのでした。

海と山とあおぞらに囲まれた入院生活は、自分も自然の一部なんだと強く強く実感させてくれました。遠くの山々には厳寒に耐える木々が、眼下には桜並木があり小さな草花が育っています。「置かれた場所で咲きなさい」とは聖書の言葉です。今の自分がすべき事は、厳しい自然に身を任せながら芽を出した場所で生きている植物のように、「置かれた場所=病院」で「咲く=治る」ことなのだと思います。

入院中は、明日は晴れかな、きれいな夜明けが見られるかな、と思いながら眠られた幸せな日々でした。今はまた仕事や雑事に追われ、疲れに押し流されるように眠る毎日ですが、夜中にトイレに起きた時など、ふと、夢のように美しかった夜明けを思い出し、胸がいっぱいになって布団に戻っているのでした。(つづく)

## ● まろまろ学習会

6月28日(土)、今回は、がん化学療法認定看護師坂本周子氏を講師に迎え、「脱毛時のヘアケアと治療中のスキンケア」について勉強しました。



ウィッグの実物も見て、触って、体験しましたが、初めてという方が多かったようです。



## ● 平成26年度(26年7月~27年6月)会費納入のお願い

年会費は、年度内にまろまろの行事にご参加の際などに納入してください。

口座振込をご利用の場合は、下記の口座をお願いします。

なお、年度後半(1月~6月)から新しく加入された方については、翌年度分からとなります。

郵便貯金口座 記号18450 番号 4786101

口座名:血液疾患と歩む患者・家族の会 まろまろ

銀行口座

青森銀行八重田支店 NO.3033241

口座名:血液疾患と歩む患者・家族の会 まろまろ 代表 山本俊二

●市民公開講座 ー第17回 骨髄移植を知ろうー  
with 青森山田中学高等学校吹奏楽研究会  
「いのちのリレーコンサート」

とき：11月15日(土)13:00～16:00  
ところ：弘前大学 創立50周年記念会館

ー 送迎バス等の情報については、  
あらためてお知らせします ー

骨髄バンク情報 (H26年7月末現在)

	全国	青森県
患者登録者数	1,439人	19人
ドナー登録者数	446,212人	5,960人
対象人口千人あたり	7.42人	9.31人(12位)



ー資料：(財)骨髄移植推進財団ー

●「青森県がん患者支え合い  
フォーラム」のお知らせ

- むつ会場 9月27日(土)11:30～  
場所：むつグランドホテル  
内容：講演「免疫力がつく食事」ほか
- 弘前会場 10月25日(土)11:00～  
場所：弘前大学医学部  
内容：ストレッチ、講演ほか
- 青森会場 11月1日(土)14:00～  
場所：県民福祉プラザ  
内容：「お互いを知ろう患者会」  
\*「まろまろ」も参加します
- 八戸会場 11月22日(土)13:00～  
場所：イオンモール下田  
内容：講演「最近のがん治療」ほか

<お問合せ>  
青森県がん・生活習慣病対策課  
電話 017-734-9216

♪♪♪ リレーエッセイ ♪♪♪ 第10走者 盛 小枝子さん(サポーター会員)

「まろまろ」の皆さんにエールを！

皆さんこんにちは。新キャラクターの発案者成田昭一さんからバトンを渡された盛です。現在は部署も移動し、しばらくご無沙汰していましたが、皆さんから移植後〇歳になりましたと聞くと、私は皆さんに会えて〇歳になりましたと感謝の気持ちになります。

血液疾患と歩む患者・家族の会「まろまろ」が始まった当初、皆さんと8階の患者食堂で談話会(お茶会)を開いて、食べて、飲んで、しゃべって、笑って…。また、クリスマスにはコーラス隊、バス遠足などたくさんの行事に参加させていただきました。市民公開講座では他職種の方々の協力もあり、徐々に知名度も広がってきていますね。私も同窓会のように楽しみに参加させてもらっています。

昨年、骨髄ドナー・ドキュメンタリー「いのちのリレー」が放送されましたが、あの時の100例目の骨髄提供者のヒロインと私は3度の出会いがありました。1度目はお姉さんの入院による1回目の骨髄提供時です。2度目はヒロインの祖父が入院した時、そして、3度目は骨髄を提供する前の自己血採取時でした。病棟を離れて久しいのに何というご縁でしょう。他にも、外来受診時やスーパーなどで声をかけてもらい、近況を聞かせてもらう事があります。中には、無菌室で我が子のハイハイする動画をみながら、「この子が大きくなるのを見ていられるかな」と言っていたお父さんが、小学校高学年になった子供に引っ張られている姿を見かけるとうれしくなります。

また、「まろまろ」の輪は様々な発展を遂げているようですね。闘病日記から生まれた「頑張れ骨髄君」にはたくさんのキャラクターが登場し、なんと名前の愛らしいことでしょう。くまモンにも、ふなっしーにも負けていませんよ。

皆さんの思いが、患者やその家族の支えになり、その方々が別な方の支えになっていく、そんな出会いのリレーがこれからも続くことを願って、お茶会でお会いしましょう。そして、皆さんと高らかに「まろまろのテーマソング」を合唱して行きたいと思えます。



さて、次にバトンタッチするのは？ 次号をお楽しみに。

# ● 恒例 バス遠足のお知らせ

会員以外の方も大歓迎です！！

◇ と き

平成26年10月11日(土)

◇ と ころ

弘前市 「星と森のロマンピア」

◇ に っ て い

県立中央病院をバスで出発。青森市古川(まちなか温泉前)を經由。到着後は、森を散策したり、天然温泉につかったり。お昼は、恒例のバーベキューです。



出発	(乗車)	到着
県病	古川	
9:30	9:50	11:10

散策、温泉、 温水プールなど
-------------------

バーベキュー (12:00 ~ 13:30)
---------------------------

出発 (下車)	到着
古川	県病
14:20	15:40
	16:00

◇ 参加費(当日徴収)

おとな ¥3,900 こども(小中高生) ¥2,000

※ 参加費には、バス代、バーベキュー・飲み物代、温泉・温水プール利用料金を含みます。事情によりキャンセルされる場合はお早めに。支払いが発生した場合は、実費分をご負担願います。

※ 温水プールをご利用の方は、水着・水泳帽・タオルをご持参ください。(レンタルをご利用の場合は別料金となります。)

◇ 申込方法

- ・ 参加者のお名前、乗車場所を、**同封のハガキ**でお知らせください。
- ・ 準備の都合上、**9月30日までに投函**してください。
- ・ **会員以外の方**のお試し参加も歓迎です。下記までお電話ください。

お問合せ：090-3019-1540(レク担当：成田)または090-9634-6703(山本)

## ◇ ご寄付いただきました

あおりフラ協会 様 金100,000円

あおりフラ協会(事務局：木村邦子様)  
主催で6月30日に開催された、骨髄バンク  
関係団体支援「あおりチャリティ・フラ  
ショー」の募金から寄付していただきました。

館山富代 様 (茂樹 様) 金10,000円

山内則子 様 金10,000円

誠にありがとうございました。<\_>

血液疾患と歩む患者・家族の会 まろまろ

<事務局連絡先> 青森県立中央病院 血液内科 外来  
TEL 017-726-8141 FAX 017-726-8083  
〒030-8553 青森県青森市東造道2-1-1



県病HP <http://www.aomori-kenbyo.jp/ketsueki>  
ブログ <http://maromaroaomori.cocolog-nifty.com>  
Twitter [http://twitter.com/maromaro\\_aomori](http://twitter.com/maromaro_aomori)

