



● 第17回市民公開講座 骨髄移植を知ろう が開催されました

11月15日(土)、第17回市民公開講座「骨髄移植を知ろう」が弘前大学において開催されました。

第1部では、青森県立中央病院血液内科の赤木智昭副部長から「末梢血幹細胞とは」と題してその仕組みと移植治療について、また、同病院がん化学療法看護認定看護師の坂本周子氏からは「無菌室ってどんなところ？」というテーマで未知の世界である無菌室での治療について、たいへん分かりやすく説明をいただきました。

第2部では、血液疾患と闘う小山内久さん、ドナー経験者の荒木関覚さん、移植経験者の葛西祐司さんから、それぞれ体験をお話いただきました。みなさんはまろまろの会員。患者の小山内さんはとってもパワフルな女性で、60歳を過ぎてから高校を卒業し、今は青森市の寿大学生。次は大学院を旨すと宣言。多様な趣味にも取り組んでいて、周りの仲間からは「白血病は誤診ではないかと言われている」と、客席の主治医に報告。前向きに病気と闘っている姿に、参加者も元気をいただきました。

会場には恒例となった青森山田中学高等学校吹奏楽部による「いのちのリレーコンサート」のブラスも鳴り響き、こちらにも引き込まれた一日でした。



葛西さん



荒木関覚さん



小山内さん

● まろまろ バス遠足

秋のバス遠足が10月11日(土)に行われました。

今年は弘前市相馬の「星と森のロマンビア」。今回は好天に恵まれ、到着後は、天然温泉につかったり、パターゴルフで軽く汗を流したり。お腹が空き、喉も渴いたところで恒例のバーベキュー。

県立中央病院血液内科の赤木先生、富士井先生もご参加くださりあれやこれや、ゆっくりお話を伺うことができました。



写真は2、3ページにもあります。バーベキュー会場はオレンジ色の巨大テントの中。テントの色が反映して、みなさん赤っぼい顔をしています。(ほとんどの方は)酔っぱらったせいではありません。

● 青森県がん患者支え合いフォーラム

9月27日から11月22日にかけて、むつ市、弘前市、青森市、八戸市の4会場に於いて、各地域の「がん診療連携拠点病院」と患者・家族会等が協力してフォーラムが開催されました。

フォーラムは「青森県がん・生活習慣病対策課」の主催によるもので、11月1日に開催された青森会場では、まろまろほか7団体が参加し、それぞれの活動状況を報告。



後半は各テーブルに分かれ、患者・家族団体の目的や課題などについて意見交換を行いました。

● まろまろ写真館



バス遠足



温泉つかったり



心地よい運動をしたり



そして
カンパイ!



♪♪♪ リレーエッセイ ♪♪♪

第11走者 金井真知子さん (サポーター会員)
(公財)日本骨髄バンクコーディネーター

肩書や仕事の内容と何の関係もない話です。長い年月、高校の頃からですから50年近くもパウンドケーキを作り続けています。

半世紀ほど前の我が家では、何でもやってみるタイプの母が合唱団に入り、「アアアアア」と何とも言えない声で発声練習をしながら掃除や炊事をしていました。さらに俳句にも手を出し、娘の私から見ても季語のある川柳としか思えない句を量産していました。そんな母の行動には無関心に見えた父が突然、「あれのやっていることは本人だけが楽しくて、家族には全く恩恵がない。オマエだけでも少しは周りが喜ぶようなことを習いに行け」と言い出しました。「とぼっちりだ」とは思いましたが親には逆らえず、お菓子作りが上手だと評判の知り合いのおばさんのお宅に何回か通いました。

性格に合わない「きっちりの計量」、「腕が痺れるほどの掻き混ぜ」、「失敗作の試食」と数々の試練を乗り越え研修は終了。オープンを買ってもらいめでたく独立しましたが、初期の頃は、半生だったり黒コゲだったりと散々な出来が続きました。それでも続けていると何とかなるもので、家族は、特に父はそれなりに喜んでくれました。周囲の人たちにもちよっとずつ褒めていただいている間にその気になり、お誕生日や記念日に差し上げるようになりました。

今では始終作って失敗の穴埋めに配ったりしています。もし私のパウンドケーキを食べたことがあったら、あなたは気がついていなくても、きっと何かご迷惑をおかけしている筈です。ごめんなさい。

去年の病棟のクリスマス会にも少しだけお持ちしました。これだけは間違いなく親愛の情からです。今年も心を込めて焼くつもりです。※ 最後は、お世話になった皆様にお詫びと感謝の気持ちをてんこ盛りにしてたくさん焼いて、ご挨拶に回りたいと思っています。その節は、苦情はケーキと一緒に飲み込んでくださいますよう、よろしく願い申し上げます。

➡ さて、このバトンを次に託すのは、ドナー登録説明員の**中井 睦**さんです。

※註 今年もパウンドケーキありがとうございました。おいしくいただきました。(編集者)

●情報・相談投稿コーナー まろまろのもろもろルーム



記念写真
取りま〜す!

投稿

納谷 むつみさん(会員)

最初中学高校とブラス・バンドでトランペットを吹いていました。昭和の頃は吹奏楽部＝ブラス・バンドを略して「ブラバン」と言っていました。今は吹部＝「すいぶ」って言うそうです。県病では山田中学高等学校吹奏楽部のロビーコンサートがありますよね。わいが現役だった何十年も前から山田中・高は吹奏楽の名門で、憧れの的でした。いまだに縁がなく、演奏を聴いたことがないのが残念です。

入院中はたくさん音楽を聴きました。お見舞いでもらったイヤホンで聴くと驚くほど音がきれいです。耳で聴いているのではなくアタマの中に音楽が鳴り響いて、なんともいえない臨場感と恍惚感にうっとりします。イヤホンのお蔭か、中学高校と馴染んだ力強いブラスの名曲やディスコのお立ち台で聴いたユーロビート、免疫力を高めるといふバロックも、いつ聴いてもすぐノリノリで、特別な場所にいるような気持ちにしてくれました。

1年数カ月の治療が終わって退院したのは厳寒の2月でした。感染症に怯えつつ、ゆっくりと移り変わる季節に合わせてゆっくりと暮らしていたある朝、カッコーが啼いているのに気が

～入院の思い出～ その3

付きました。しっとりと朝露に濡れた若葉の陰、誰にも見えない特別柔らかな梢を選んで啼き始めたのでしょうか。熊みたいにあたたかな巣穴で丸まっているうちに、季節はちゃんと変わっていたのです。初めてのカッコーの声は、生命の森の奥からの明るい呼びかけのようで、もう一声、もうひと啼き・・・といつまでも耳を傾けてしまいました。

音楽や鳥の声、降り始めた雨音、冬には雪かきの音・・・かすかに聞こえているのは何の音だろうと耳を澄ましていると、いつの間にか、自分の中に耳を澄ましている事に気が付きます。言葉にならない不安や恐怖が自分の中に積み重なる音、細胞一つ一つがけなげに頑張っている音、そんな音のない音を聴こうと息をつめて耳を傾けている自分に気づいてはっとします。今はまだ何の音も聴こえませんが、そうしていると、自然とカラダに対する感謝の気持ちが湧いてきて、「ありがとう」とお礼を言ったり、「無理してごめん」と謝ったりしています。いつの日か「大丈夫だよ」という返事が聴けるかもしれません。(つづく)

● まろまろ新年会2015のお知らせ

◇とき

平成27年1月31日(土) 午後6時から

◇ところ

ホテルクラウンパレス青森
青森市本町5-5-4 TEL 017-775-1151

◇会費

3,800円



◇お申し込み

同封のハガキでお知らせください。
準備の都合上、1月22日までに投函してください。



お問い合わせは、090-3019-1540(レク担当:成田)、
または090-9634-6703山本まで。

駐車場あります。
ノンアルコール飲料もご用意しています。

● まろまろクリスマス会

12月20日(土)にクリスマス会を開催しました。

病棟の食堂は、入院患者さんに手伝っていただきあらかじめ飾り付け。当日は、サンタクロースやトナカイに扮した会員が病室を回り、手作りの小さな「まろまろカレンダー」(写真)をプレゼント。

そのあと入院中の患者さんを囲んで、お菓子と飲み物で交歓会。患者さんのお話を伺ったり、会員が体験を話したりしながら、楽しいひと時を過ごしました。

このほか、献血ボランティアグループの皆さんから希望者に「タオル帽子」の贈呈があり、また、(株)アデランスさんからは参加の患者さんに素敵なプレゼントをいただきました。



骨髄バンク情報 (H26年11月末現在)

| | 全国 | 青森県 |
|-----------|----------|------------|
| 患者登録者数 | 1,431人 | 11人 |
| ドナー登録者数 | 449,450人 | 6,336人 |
| 対象人口千人あたり | 7.48人 | 9.90人(11位) |

— 資料：(財)骨髄移植推進財団 —

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

