

1. はなみずきの会 令和元年度上期活動報告

はなみずきの会は平成21年に北播磨初の乳がん患者会として正式に発足し、患者同士の連携によって不安を軽減し、患者の枠を超えた連携によってがん検診受診率の向上を目指して活動しています。今年度は、J-POSHよりピンクリボン啓発活動助成金を獲得しました。乳腺外科トピックス

(http://nshp.jp/modules/shinsatsu/index.php?content_id=55) も合わせてご覧下さい。

1) 定例会 (対象は 乳がん患者さんとそのご家族)

- ・5月25日(土): 多可町オープンガーデン散歩。美しい花々を「歩いて」(←ここ大事)見て回る企画。暑いぐらいの陽気でしたが、木陰は涼しく、楽しい午後のひとときでした。
- ・7月27日(土): 西脇病院フェスタでの「がん検診に行こう」のあと、理学療法士さんに「座ったままできる体操」を教えて頂き、やさしく身体をほぐすことができました。

2) がん検診啓蒙企画 (対象は 一般市民のみなさん)

- ・第5回 「がん検診に行こう」: 7月27日(土) 西脇病院フェスタで、乳房視触診モデル体験・ポスター掲示・バザー。気軽に乳房のご相談を頂ける場になってきています。
- ・第1回 「がんを知る」講演会: 9月23日(秋分の日) 詳細は次項で。

2. 第1回 「がんを知る」講演会 主催 はなみずきの会 (共催 西脇市)

2人に1人ががんにかかり、全がんの5年生存率が60%を越え、誰もががんになりえ、がんとともに生きる時代となりました。がんを知ることで落ち着いて対応できる一助となればと企画しました。気軽に医療相談できる場としても役立てて頂けるようにと考えています(今年は乳腺外科および婦人科医師。来年以降は別の5大がんの診療科の予定です)。

9月23日(秋分の日) 13時~15時 西脇市複合施設みらいえ

1) 講演「がんを知る ~がんにならないために、はやく見つけるために~」: 三輪教子 国立がん研究センター監修「科学的根拠に基づくがん予防 がんになるリスクを減らすために」(https://gan.joho.jp/public/pre_scr/index.html) の内容を中心にお話ししました。

2) がん検診についての説明およびお楽しみ抽選会: 西脇市 健康課(途中で西脇市長が来られたため、お話頂きました。歩くことの大切さをお話下さいました!)

3) 最後の30分で医療相談をしました。

台風の影響もあり、参加者は少なかったのですが、みなさんがアンケートに熱心にコメントを書き込んで下さり、とても嬉しかったです!!



3. これからの予定

10月26日（土） 10時～14時 加東市秋のフェスティバル 「がん検診に行こう」
10月27日（日） 9時～11時半 第5回 歩こう会 西脇市総合市民センター
11月30日（土） 13時～16時 西脇市複合施設みらいえ 第7回 にしわき乳がん市民公開講座 「がんと診断された時に信頼できる情報を得るには」講師 佐伯 真由佳先生（鳥取県立図書館情報相談課 相談担当 司書）みらいえには市の図書館が入っていますので、情報検索の実践も考えています。奮ってご参加ください。

4. 健幸アンバサダー養成講座について

はなみずきの会としても、西脇市としても、これまでにがん検診啓蒙活動を多数行ってきましたが、残念ながらなかなか受診率上昇には結びついていないのが現状です。がん検診率向上のために、「ロコミ」による啓蒙はどうか？と最近、アンバサダー制度（大使という意味です）が導入されてきています。西脇市でも、健幸アンバサダー養成講座が始まります！興味のある方は、ぜひ「広報にしわき 10月号」をご覧ください！！