

「わたしの おっぴい 元気かな〜？」〜No.4〜



7月1日(土)開催の「おしゃべりカフェ♪」たくさんの方々に来場していただき無事行うことができました。

感想をいただきましたので紹介いたします。

「自分のカラダのこと 大切な人のカラダのこと・・・気にしてみましょう」という思いで2015年から開催している「おしゃべりカフェ♪」・・・今年度は、子宮がん体験談・足つぼ講座・ライブ♪と内容も てんこ盛りで行いました。

第4回目となった今回は、保育園から一歩そとにも呼び掛けの声をあげて・・・誘いの声にココロを動かし参加して下さった方が100名を超え、賑やかな会場となりました。

前半はタレントの原千晶さんにご自身の子宮がん体験談を語っていただきました。赤裸々に事実を話して下さり「私のようにならないで！」という訴えに、参加された皆が心を打たれました。

続いての「足つぼ講座」では、「足の裏から元気になろう」と参加者全員で竹踏みを行いましたよ。お土産となった竹をその後も毎日踏みながら・・・カラダの調子を伺っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか(笑)

そして歌・・・優しい歌声に 皆が心癒され 小さな幸せをかみしめました。

わたしはいま “ここにいていい” あなたが ぎづかせてくれたんだ

生きてるから 出会えたし 笑っていられるし

あなたの やさしさが すっと ところに すっと ところに・・・

あたりまえの日常に 心動かして 感謝して

あたりまえの日常を ひとつひとつずつ ありがとうのことばで

包んで あなたに 届けたい

もしも いつか あなたに 禍ごとが起きた時 心のぼけっと さぐってみて

あたりまえの日常が 小さなしあわせに変わりますように・・・

わたしはいま “ここにいていいんだ” こうして あなたとであえたね

「ありがとう」

毎日 笑えること 怒れること 泣けること 食べれること 語り合えること・・・
気にも留めずいる あたりまえのこと・・・これ出来るってことは 幸せなことです。
忙しく過ぎる日々ですが、自分のカラダ 大事にしましょう・・・ね。

とても素晴らしい「おしゃべりカフェ」でした。原さんの体験談つらい時を思い出されましたね。何年たっても忘れられないあの時のこと・・・今、輝いている原さんに負けないよう、私も輝いていこうと思いました。苦しかったあの時をのり越えて来たから今があるのですよね。今日は、ありがとうございました。

松江生協病院 乳腺外科
中島医師

毎回、お世話になっています。今回は、原さんと一緒に来場の皆さんからの質問や不安に思うとに答えていただきました。



島根県立大学看護学部の学生さんたち
いろいろなお手伝いをしていただきました。

タレント！原千晶さん
自らの子宮がんの闘病体験を
赤裸々にお話され、がんの
早期発見早期治療の
大切さを訴えられました。

今日は、原千晶さんをゲストに・・・という貴重な機会をありがとうございます。笑いあり涙多いにあり、といった感じで話しを聞くことに無我夢中であつという間の時間でした。私と同じ年にがん発見・・・どんな気持ちだったろうと想像してもしきれませんでした。ちょうど、がん検診のハガキがきて、予約をしづっていたところ・・・よし！と検診予約をとることができました。ありがとうございました。

園長先生と原さんの流される涙を見て、病気が与えることの大きさを改めて感じました。本当に壮絶だったんだらうな・・・と思いました。完治されたとはいえ、きっと不安な日々もある中、全てを聞かせてくださったこと。同じ思いをする人がいなくなるように・・・と活動されていること。園長先生の思い・・・きっと全員に届いたことと思います。同じ女性として園長先生の行動力にすごいなあと思い、このような活動をされていること、参加させていただけたことに、ありがとうと感謝の気持ちです。これからも、お身体を大切にされ、また、お話を聞かせて下さい。

自分は、健康診断や検診など、ここ数年受けていません。今日の原さんや安達園長先生の話を知って必ず検診を受けていこうと思いました。私も心のどこかで“自分は大丈夫だ”と思っていたところもあると思います。これからは、もっともっと自分の身体と向き合っていこうと思いました。

癌になった時、それを自分のこととして、きちんと受けとめる大切さがわかった。自分が自分だけのものではないということ、本当に大切なことだと思い知りました。今日、聞いた事、第2回、第3回でも聞いた事など、このおしゃべり会では、いろいろな大切な事を学ばせていただきました。ありがとうございました。

前に園長先生のお話を聞かせてもらい、今回は原さんのお話・・・。自分の事に置き換えて大泣きしました。いつも仕事や育児を理由にして自分の身体をいたわる事を怠っている私。原さんの話を聞いて色々考え直さないと、と思いました。小林さんの事も、夫と話す事も、自分の身体も大切にしないと残される大切な人の事を考えないと、と思いました。



裏面も記載が
あります

私はがん検診なんて・・・という感じだったので今日の原さんの話を聞いて、自分の身体を大切にしたいと思いました。感じたことは本当に沢山ありましたが、それが一番だと思います。とても良い一日でした。

今日は良き時間を作って下さって、ありがとうございました。スタッフの皆さま、ありがとう。所長さん、本当にありがとう。



あしつぼ講座
講師のふわりさん
「足の裏から元気になろう」
たけふみ体操を教
いただきました

のんちゃんも強かったと思いますが、原さんもつよいです!!
いろんな思いが伝わりました。せっかくの今日の出会いをチャンスとして受け止めます。
仕事休んで来たかがありました。

原さんのお話、ずしんとききました。自分は大丈夫!というのは誰もが思うことですね。
私は父をガンで亡くしました。大切な人がいなくなるということはとてもつらいことです。自分の家族も大切にしたいと思います。
今日は、ありがとうございました。
人とのつながりも広がり楽しい時間でした。
タメたちの知らなかった才能にビックリ!!
すごい感激しました。ぜったいタメ会しようね。また、頑張ろうと思えました。ステキな時間をありがとう!

原さんのお話を直接聞くことができ、本当に貴重な時間に参加できたことを嬉しく思います。
その時々症状や、原さんの気持ちなど、とても具体的で詳しく教えていただき、わかりやすかったです。
よく理解できすぎて、胸が痛かったり、涙が出たりしました。
自分の体に少し不安なことがあると「大丈夫」だと逃げがちだけど私もきちんと検診に行きたいと思いました。

アットホームな雰囲気でもとても良い会だと思いました。
原千晶さんのすごく正直な体験談、心に響きました。
私も頑張りすぎず、頑張りたいと思います。
こういった機会を作っていただき、ありがとうございました。



テレビ局の
インタビュー

雑賀幼稚園に子どもを通わせていますが、今日、機会に恵まれ参加できて、とても良かったです。どのプログラムも心に響きました。皆のために、自分の体を大切にすることに留めて生きていきたいです。

原さんのお話がすごく心に響きました。
毎日たしかに忙しいけれど、自分を大切にすることは家族や自分の大切な人を大切にすることにつながると改めて感じました。
健康の大切さを改めて噛みしめたひと時でした。



徐々に足裏を移動して
全体を刺激!



“オ～!”
あまりの痛みに悶えたり
笑顔になったり...

こんな小さな会場に来ていただきお話ししていただき、ありがとうございました。
これからも皆さん、私自分の為、ファンの為に長生きして下さいね。とても良かったです。

<原千晶さんの講演>
ご自分の体験をもとに、とても分かりやすい内容のお話で1時間半があつという間でした。終始目頭があつくなりました。今まで以上に自分の体に関心を持ち、健康で長生きしたいと改めて思いました。

<「おしゃべりカフェ」について>
園長先生のご体験をきっかけに始まった勉強会が徐々に輪が広がり、今日を迎えられ素晴らしいと思えました。
その会に声をかけていただき、ありがとうございました。

よいお話が聴けてよかったです。家族のために自分の健康の大切さを改めて考えることができました。
ありがとうございました。



かわいい孫たちの
ためにも検診に
行かなくっちゃ!!

久しぶりにリラックスして集中してお話を聞くことができました。
原さんの「お母さんは頑張りすぎる」という一言、心にしみました。
自分のケアもしながら子育て頑張りたいと思います。
ありがとうございました。

原さんのお話、聞いて本当によかったです。
ご自身の経験からの言葉はとても心に響きました。

おしゃべりカフェ、毎回参加させてもらっています。
だんだんパワーアップしていてとても楽しみです。
今回は、また盛りだくさんで原千晶さんの生のお話は感動したり、考えさせられたりしました。
家族のためにも自分のためにも体を大切にしようと思いました。
ありがとうございました。

貴重なお話でした。帰って娘に検診をすすめます。

原さんのお話が人ごとではなく、誰がいつなってもおかしくないのだ・・・と感じさせられました。
生理痛がひどい、ちょっと量が多いな・・・。それだけで気づける自信はありません。だからこそ、定期的な検診は大切なのだと思いました。
竹ふみマッサージはとても気持ちよかったです。
体もポカポカしてきて、リラックスできました。
最後のうた、一日のお話や先生のお話、いろいろ思い返し涙が出そうでした。
こんなにもステキな人がいっぱいおられるなんて、出会えたことに感謝です。



持田洋平(ひうた)さん

らいぶ〜♪
みなさんに癒しを...
と聴いていただいたり、
綾香の「にじいろ」を
一緒に歌いました。



田中園長せんせい
(みつき中央保育園)
森井園長せんせい
(みのり黒田保育園)



初めて参加させていただきました。子どもは他の保育園ですが市の保健師さんから案内をいただいでの参加でした。
原千晶さんのお話、同じ女性として共感できることがいっぱいでした。
健診、大切だと思いつつも、仕事、家庭に忙しくしているとなかなかという現実です。
でも、大事なものの、人があるからこそ、自分を大事にする大切さを改めて感じることができました。
ありがとうございました。