



Made In Japan

奈良県広陵町
Koryo Town, Nara Pref.



何もあきらめない、
いつものヘアスタイルと、
安心と安全を提供します。

全国に
15店舗

神戸・
三宮店

札幌・豊平店
札幌駅北口店

京都・
四条烏丸店

市立稚内病院
併設店

名古屋店

東京・銀座店

関西医大枚方店

関西医大滝井店

茨木店

京橋本店

京橋京阪モール店

南森町店

心斎橋店

堺店

医療用
ウィッグ

edu style

edu 京橋本店 JR京橋駅より1分

大阪市城東区新喜多1-2-7 リバーカントリーガーデン2F

edu style京橋・京阪モール店
京橋・京阪モール2F (京阪京橋駅直結)

大阪府都島区東野田町2-1-38 京阪モール2F

KEIHAN
MALL

株式会社 edu style

ホームページ <https://www.wig-ladys.com/>



NPO法人
つながりひろば

7th
Anniversary
2017~2023





理事長挨拶	3
つながりひろばとは	4
つながりひろば 7 年のあゆみ	5
がんと栄養	6
メディカルレシピ®	7
つながりファーム	8
つながりひろばの情報発信	10
つながりひろばの活動支援	11
つながりイベント	12
大人の遠足	12
美味しい昼食	13
竹の茶室でお茶会体験	14
ウォーキング教室	15
アピアランスケアイベント	16
つながりひろば出張所	17
お家時間で手作り小物	18
ひろくまくん	20
アピアランスケア商品	21
元気マラソンチーム	22
大阪マラソンへの挑戦	23
利用者みなさんの声	24
支援者の声	26
つながりひろばスタッフ／寄付・入会のおねがい	28



2017年11月の設立から7年目に入りました。
この間、多くのがんと向き合う患者さん、ご家族の方々との出会いがありました。自己決定、意思決定を選択する中で、精一杯がんと向き合って旅立たれた方、最後の段階での患者さんの思いもたくさん知ることができました。



つながりひろばの笹田理事長



オンラインのイベントもこなします



つながりひろばに携わる人間として学んだことは、何が正しい、何が間違っているということは絶対はないということです。
そのどれもが、自分が病氣と精一杯向き合ってこられた結果だということです。

私が多くの患者さんの相談にかかわる中で、間違いなく伝えてきたことは「後悔」をしないことでした。
それは患者さんに対しても、ご家族に対してもです。
今のがん治療（それだけに限らず）では、患者自身の選択が求められます。設立当初はまだまだ「先生にお任せします」と話す人が多かったように記憶していますが、「後悔」をしないためには自分で決めることが大切です。そして、そのためには確かな情報を知ることが必要です。
医療の進歩は日進月歩、私たちに求められることは選択し自己決定することができるための環境を整えることだと考えます。

2023年4月から開始された「第4期がん対策推進基本計画」において、3つの柱の一つ「がんとの共生」の中で、相談支援及び情報提供が示されています。私たちはそれらの環境を調整し提供していくことが求められています。これからも、患者さんが自主的に、前向きにがんという病氣と向き合えることを支援していくことを、私たちの使命として取り組んでまいります

理事長：笹田 友恵



みんなのお悩みにも答えます！

オンラインイベントの様子



つながりひろばとは

つながりひろばの活動

つながりひろばは2017年11月に設立された、がん患者支援のための特定非営利活動法人（NPO法人）です。
 がんと向き合う人たちが「いつでも」「だれでも」「自由に」訪れることができる「場」です。
 がんという病気と向き合うことで、いろんな悩みや不安、困りごとがたくさん出てきます。どこに聞けばいいのか？何を聞けばいいのか？そんな時に訪ねてみてください。
 みなさまの不安や困りごとが少しでも軽減できるように、支えることができる場所です。



ファームのひろくま



メディカルレシビ*



クリスマスキャンドル



つながりひろばの由来

つながりひろばは設立当初に、どんな所にしたい、こんな場所にしたいとの思いをみんなで話している中で誕生しました。患者さん同士がつながりの「場」に集い、いろんなことを話す、コミュニティーが自然にできる、そして、その輪がつながり広がっていく、そんな意味を持って「つながりひろば」としました。
 7年という月日の中この名称は徐々に定着し「つながりひろば」であることがとても良かった！と思えるようになりました。
 今後ともよろしくお願いいたします。



つながりひろば7年のあゆみ



2017 年

- 10 月 市民啓発活動「縁活」参加
- 11 月 1 日 NPO 法人つながりひろば開設
- 12 月 第 7 回大阪マラソン参加
元気マラソンチームとして初参加
よろず相談会（第 1 回）
タッチングで癒し（第 1 回）

2018 年

- 1 月 フラワーリース作り
- 2 月 つながって語ろう会（第 1 回）
- 6 月 映像上映会（保山耕一氏）
「がんと栄養」セミナー（第 1 回）
- 10 月 つながりシンポジウム
「自分らしくがん向き合う」
※宮川花子氏講演
つながって歩こう会（第 1 回）
- 11 月 ジョギングフェスティバル 2018
第 8 回大阪マラソン参加

2019 年

- 2 月～7 月 安全・安心ランニングセミナー
- 3 月 大阪国際がんセンター
患者交流棟 2 階で事務所オープン
- 5 月 「自分らしくがん向き合う」
※保山耕一氏作品上映会
健康セミナー
- 6 月 ウォーキングセミナー
- 7 月 折花を楽しもう
- 10 月 ゴムを使って健康体操
ジョギングフェスティバル 2019
- 12 月 第 9 回大阪マラソンチャリティー寄附先で参加
「がんと栄養」薬膳カレーを一緒に！
「笑いとがんライフ」第 1 回

2020 年

- 2 月 「がんと生きる言葉の処方箋」上映会
※樋野興夫氏講演
- 6 月 YouTube 撮影
- 5 月 オンライン「つながって語ろう会」
- 9 月～オンライン「がん栄養」

2021 年

- 1 月～12 月 オンライン「がん栄養⑤～⑩」
- 1 月～12 月 オンライン「つながって語ろう会」
- 6 月 3 周年記念誌発行
- 10 月 ホームページリニューアル
- 11 月 お家時間で手作り小物 クリスマスリース

2022 年

- 1 月～12 月 オンライン「がん栄養⑪～⑲」
- 1 月～12 月 オンライン「つながって語ろう会」
- 5 月・10 月 つながり遠足 春：箕面公園 秋：平岡神社、石切神社
- 5 月・11 月・3 月 スキンケア塾
- 6 月 つながりお茶会（大徳寺大慈院住職による）
- 6 月・11 月 お家時間で手作り小物
（貝殻リース、クリスマスキャンドル）
- 8 月 ブドウ狩り&バーベキュー大会
- 11 月 さつまいも掘り&収穫感謝祭バーベキュー

2023 年

- 1 月～12 月 オンライン「がん栄養⑳～㉔」
- 1 月～12 月 オンライン「つながって語ろう会」
- 3 月 アピランス体験イベント
- 4 月 桜の下でお茶会
（大阪城公園 大徳寺大慈院住職による）
- 5 月・10 月 つながり遠足 春：いちご狩り 秋：當麻寺
- 5 月・11 月・1 月 スキンケアセミナー
- 7 月・12 月 お家時間で手作り小物
（シーグラスアート、草木染）
- 8 月 ブドウ狩り&バーベキュー大会
- 8 月 9～15 日 つながりひろば出張所（大阪うめだ阪急）
- 9 月 ウォーキング教室（全 7 回）
- 10 月 講演会 大橋洋平先生
- 11 月 さつまいも掘り&収穫感謝祭バーベキュー





オンラインでつながる参加型ライブ

「がんと栄養」は2020年9月から開始しました。
患者さんやご家族からの食事に関する相談も数多く、何か取り組めないかと考えていた時、大阪国際がんセンター臨床栄養委員会監修の「メディカルレシピ®」に出会いました。



がんと栄養オープニング画面



笹田理事長のナビゲーションで始まります！



がん治療に伴う各種症状に対応できるレシピが複数紹介されています。
入手困難な食材ではなく、スーパーで気軽に手に入るもので作れることが一つのコンセプトになっています。
月に1回レシピの試作をして、患者さんに紹介し、漢方内科医に食材や作り合わせ、季節の養生などを話していただく会になりました。
コロナ禍にはオンラインとリアル参加できる会にして、2023年末で「40回」を迎えました。
そろそろ、紹介できるメニューも少なくなったので、今では薬膳をベースに季節に合ったつながりひろばが育てているファーム野菜でのレシピを紹介しています。



メディカルレシピ®の紹介

「がんと栄養」では毎回、理事長からはトピックス（コロナ、熱中症、プロテインなど）、山口先生からは「食と養生」で漢方に関することや、季節における生活上の注意などを教えていただいています。最近では管理栄養士さんにも参加して頂いており、食事の悩みなど、実際に困っていることなどを相談することができるようになり、さらに充実した内容になっています。



がんの患者さんだけでなく、人にとって「食事をする」ことは楽しみのひとつですが、がん治療によっておこる味覚の変化や口内炎、吐き気、下痢、便秘などの影響によって食べられない場合があります。しかし、治療を継続するためにはしっかり食事をして体力をつけることが大切です。そこで、大阪国際がんセンター臨床栄養委員会監修された『メディカルレシピ®』を皆さんに紹介しています。



材料の準備

『メディカルレシピ®』は貧血、食欲不振、味覚の変化など症状別にレシピが掲載されています。例えば、食欲不振では「たらと野菜のたっぷりチゲ」、味覚の変化では「ブロッコリーときのこの黒酢スープ」などがあります。
季節に合ったレシピを選び、事前に試作します。（ちょうどつながりひろばに来られている利用者様がいらっしゃれば一緒に試食をします）「がんと栄養」は毎月1回行っており、直接来られない方はオンラインで参加されます。食材は「つながりファーム」でとれたものがあればそれを利用しており、今までにジャガイモ、かぼちゃ、人参、だいこんなどを使用しています。
ファームに参加してくださっている利用者さんもおられ、自分たちで作った野菜なのでさらにパワーをもらえるのではないかと考えています。



ふわとろ冷製豆乳茶碗蒸し



MS BR

一般社団法人
メディカルサイエンス
ベアトリソース研究所



メディカルレシピ®は
上記QRコードから
ご確認ください



つながりファームとは

つながりファームは大阪府柏原市安堂地区にある『特定非営利活動法人ディーセント・ファームかしわら』の農地（45平方メートル）を借用し、2022年6月から農園作業を開始しました。

きっかけは「患者さんからの栄養相談」です。安全・安心の食物を提供できないかと考えスタートしました。

2年目の栽培を経験し、予想以上のたくさんの経験ができています。

「物を育てる」「土に触れる」「自然の中での活動」これらには多くのメリットがあり、それらを明確にしていこうと考えています。



ファームの活動

小さい種を一つ一つ畝に植えていく。

かわいい芽が出てきて、日ごとに成長していく。

それらは生き物を育てることの大きな喜びです。

最初の年は土の中にいる、あるいは野菜の葉っぱの中にある「虫」が怖くて、「キャーキャー！」叫んでいました。

しかし、それらの「虫たち」にも少しずつ慣れてきました。

キュウリやトマト、ゴーヤやなすび、春菊、ホウレンソウなどが育ちましたが、白菜は多くの虫に食べられてしまいました。

翌年のいちごは、食べようという段階でカラスに全部やられました。

そして、2年目3年目と「害獣・害虫・害鳥」といった以前とは異なった悩みが増えてきました。

さて、1週間に一度のファーム作業はリフレッシュできる時間です。

現在、複数のがん患者さんたちと作業をともにしています。

人数がより多くなり、ファーム作業での身体、精神、社会的な場面で作業に取り組むことでの効果について研究に取り組んでいます。



収穫感謝祭

野菜を育て収穫する。このことはとても幸せなことです。畝を作り、種をまいて、苗を育て、実りを得る。

それらはどんなに形が悪くても、どんなに大きくても小さくても嬉しいものです。

それらの喜びをできるだけ多くの方々に味わっていただこうと思い始めたのが「収穫感謝祭&バーベキュー大会」です。



毎年8月の「ぶどう狩り&バーベキュー大会」11月の「さつまいも掘り&焼き芋大会」、そして、毎週金曜日のファーム後の収穫物があるときは、その日につながりひろばを訪問してくださったみなさまにお持ち帰りいただきます。

これが採りたての野菜なので、最高に柔らかくて新鮮でおいしい！と評判です。

バーベキューは20~25人の参加があり、いつの間にか火をおこす専門の人やバーベキュー部長まで登場していました。

患者さんは勿論のこと、小さい子どもさんや患者さんのお母さんの参加もあります。

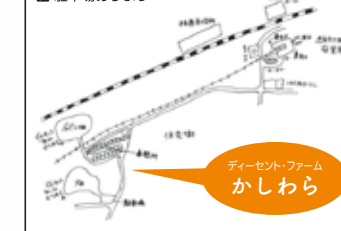
ワイワイ、ガヤガヤ、青空の下、空気の良いところで食べるお肉や野菜は、最高においしいです。

次回はみなさんもぜひご参加ください。



近鉄大阪線安堂駅より徒歩10分

■ 駐車場あります



〒582-0016 柏原市安堂町28-17
TEL.090-8143-4068

◆ お問い合わせ ◆

decent.kashiwara@gmail.com

◆ ホームページ ◆

<https://decent-kashiwara.com/>



管理は
こちらからの
サポートも
あります

体験農園募集中!
30m² 12,000円/月





つながりひろばの情報発信

つながりひろばの情報発信

「公式ホームページ」

つながりひろばの活動やイベントの告知、申し込みなどは公式ホームページでお知らせしています。



公式サイト



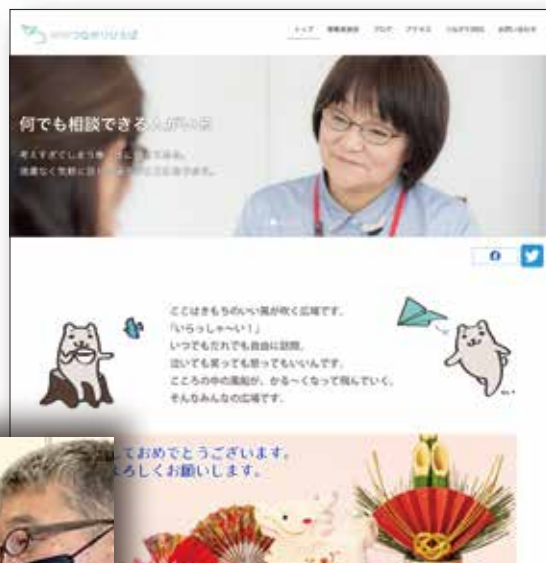
Instagram



つながりライブコンビ



今日のネタの打ち合わせ



つながりライブ ゆる〜く配信中

2022年2月から始めたライブ配信。

明るく、楽しくをモットーにつながりひろばの活動やイベント情報だけでなく、医療情報から時事ネタなど幅広くお話ししています。



Facebook

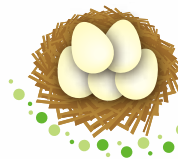


ゲストの皆さんとの楽しいひととき

様々なゲストも登場！

時には、つながりひろばにあそびに来ていた方がゲスト出演したり、遠足などのイベントで屋外からの配信をすることも。

フェイスブックとInstagramで週2回程のライブ配信です。SNSの友達申請、フォローもよろしくお願いします。



つながりひろば活動支援

つながりひろば活動支援

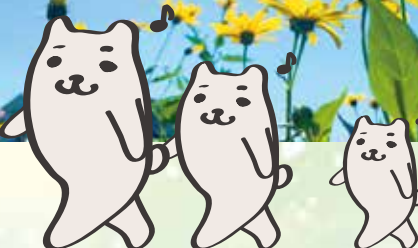
つながりひろばの活動は、会員のみなさまからの会費、ご寄附で運営されています。また、公的な助成金（大阪府、大阪市からの支援金）や企業からの助成金（正力厚生会、丸紅基金、熊西地域振興財団など）は、活動を支える大きな支援です。今回初めて丸紅基金から助成金が採択されました。事業は患者さんたちと協働するつながりファームで活動するための「電熱ベスト」や「防獣、防鳥ネット」などの購入です。

正力厚生会からはつながりファームの運営費用、活動誌の製作費用を助成いただきました。

大阪府や大阪市の支援金では「ウォーキング教室」の開催、自らのがん体験を綴っていたいただいた講演会、「アピアランスフェア」など多彩に開催できました。

また、つながりの仲間として病気と向き合ってきた患者様からのご寄附も大きな支援になりました。

この場を借りて厚く感謝申し上げます。





つながりイベント

大人の遠足

2022年5月14日の「箕面の滝」から始まったつながりひろば大人の遠足。室内ではなく自然の空気の中で、みんなで楽しむことで、普段とは異なった空間でのコミュニケーションや情報交換ができると考えました。



箕面の滝



自然を満喫

今までの遠足は…。

2022年春 大阪府箕面市

日本の滝百選にも選ばれている「箕面大滝」

2022年秋 大阪府東大阪市

古代の息吹あふれる「平岡神社」、でんぼの神様「石切劔箭神社」

2023年春 奈良県広陵町

ストロベリータウン奈良広陵町
ブランドイチゴ「古都華」のいちご狩り

2023年秋 奈良県葛城市

當麻寺で写仏体験

さて、次はどこに行こうかな～。



美味しい昼食

「病氣してから初めて旅行に来たみたい」そんな言葉も聞かれました。その日から毎年「春」「秋」の2回、大人の遠足を続けています。遠足の楽しみの一つに「おいしい昼食」があります。

遠足のコースの中に楽しみになるランチができる場所を探してきました。毎回、参加者にご満足いただけているようですが、反対に主催者にとってはいかにニーズに応えられる場所を探すか、プレッシャーになっています（苦笑）



美味しいお弁当

釜めしはいろんな種類がありました



デザートのお楽しみ

いちご大好きいちご狩り

2023年5月には「いちご狩り」に、バス遠足に行きました。

いちご大好きみなさんの嬉しそうな顔は「キラキラ！」でした。



神社仏閣めぐり、當麻寺での写仏体験など、個人的にはなかなか体験できないことを探して、これからも楽しんでいただける「大人の遠足」を企画していきます。

つながりイベント

竹の茶室「帰庵」でお茶会体験

竹の茶室でのお茶体験。京都大徳寺大慈院の住職にお点前をいただきます。
近頃ではなかなかお点前をいただく機会は少なくなり、こんな異空間での体験を楽しもうと思ったのがお茶会のきっかけです。



お茶を立てる住職

お話を聞きながらお茶を頂きます



大阪城での帰庵

「都会の中で感じる静かな不思議な空間でした」
「住職のお話を聴くと、自然と自分の思いが言葉になりました」

大徳寺大慈院の戸田住職をお招きしてお茶を頂きながら住職のご講和を聴く。皆さんご自身のお話を住職に聴いて頂く。
特別な取り決めはないお茶席、帰庵の中で頂く一服はいつもとは少し違った体験になりました。



第1回目はつながりひろばの事務所の中に竹の茶室「帰庵」を建てての体験でした。竹の梁を組み立てただけなのですが、その中は言葉通りの「異空間」です。
結界が張られるので、それだけで身の引き締まる思いになりました。
2回目は「桜の下でお茶会」、大阪城公園で開催しました。コロナ禍でインバウンドはほとんどなかったのですが、通りがかりの人たちも珍しそうに見物されていました。

ウォーキング教室

がんと向き合っていくために必要なこととして「体力をつけること」の重要性が数年前から注目されています。
以前は「運動なんてしてる場合じゃない」「退院後、あるいは日々の生活の中でどのように取り組めばいいの」なんて声も聞こえていました。

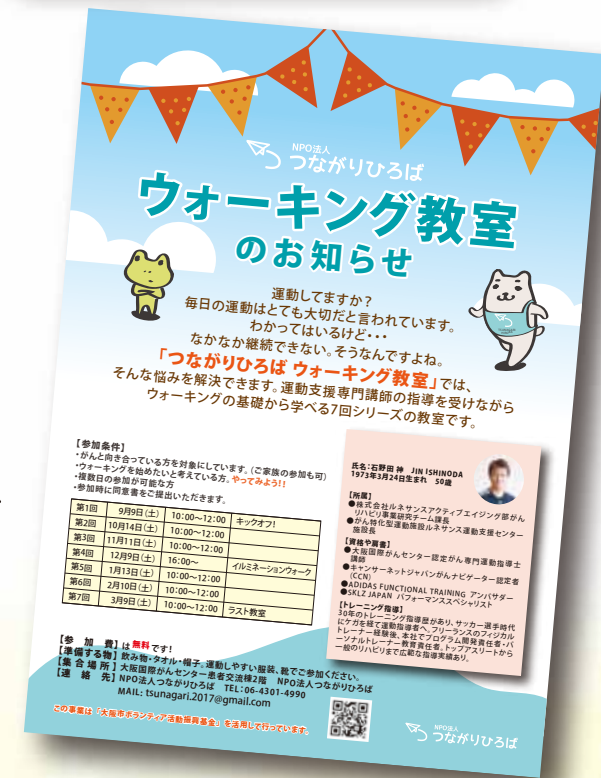


【指導】石野田 トレーナー
大阪国際がんセンター認定がん専門運動指導士
ルネサンス運動支援センター 施設長

一人で取り組むよりもみんなで一緒に運動するにはと考え、「つながりひろばウォーキング教室」を開催することになりました。「散歩することが苦痛じゃなくなる」「積極的にウォーキングできる」を目的にスタート、2023年9月から7回シリーズで行っています。
患者交流棟3階の「ルネサンス運動支援センター」の石野田トレーナーを講師に迎え、歩くことの基礎から指導を受けています。
12月にはキラキラの御堂筋イルミネーションを見ながら、大阪市中央公会堂から難波までの5.1kmをウォークしました。途中、参加者の多くとたくさん話をすることができました。体調を壊す人もなく、なんば高島屋前で記念撮影、そしてかいさーん！
「結構歩けた」「久しぶりのイルミネーションが楽しかった」などのお声をいただきました。



まず、笹田理事長からのご紹介 & ご挨拶

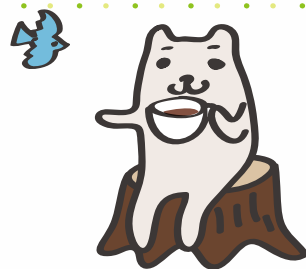




つながりイベント

アピアランスケアイベント

がんと向き合う方々の輝きをサポートするアピアランス（外見）ケアイベントを開催。



たくさんのひとがつながりひろばに集まってくださいました。



気になるウィッグのラインナップ



コスメブースにて



プロカメラマンの撮影ブース

主なイベント内容

- ・ビデオ講演では医師、看護師、化粧品メーカー、抗がん剤治療経験者それぞれの立場からアピアランスケアについて語って頂きました。
- ・アピアランスケア商品を扱う企業ブースでは、興味ある商品の説明を聞いたり体験も。
- ・プロカメラマンの撮影ブース みんなの笑顔がキラッと輝いていました。



ビデオ講演



上の階ではジムの体験も



つながりひろば出張所

2023年8月9日～14日の6日間、阪急百貨店うめだ本店10階うめだスークへ「つながりひろば出張所」としてイベント出店しました。

いくつかの企業様にも協力頂き、がんやアピアランスケアについての情報発信、相談会を実施、つながりひろばの活動を多くの方に知っていただくことが出来ました。



ひろくまくん、阪急百貨店へ

なんとイベントでは、ひろくまくんが大人気となり用意したミニぬいぐるみなどのひろくまグッズは完売となりました。





つながりイベント

お家時間で手作り小物

コロナ禍に家で過ごす時間が増えました。

オンラインでもリアルでも楽しめる物作りに取り組めないかと考え、2021年夏からスタートしました。

サマーリース、ウィンターリース、シーグラスアート、クリスマスキャンドルなどを製作しました。また、直近の2023年冬は初めての「草木染め」にチャレンジ。「幸せのシルクストール」として製作しました。



クリスマスキャンドル



草木染め

シルクストールを①玉ねぎの皮②アボガドの皮③ブドウ（紫）の皮を実施日前に参加者の協力を得て収集しました。この制作はオンラインではできないので、リアル参加のみで行いました。それぞれの皮の下ごしらえから染色液の抽出、染色と進めていきました。

参加者が染めたい色のところに集合し、作業を進めていきました。仕上がりは想像以上で、早速、ストールを巻いて写真撮影をしていました。



染まったよー！！





ひろくまくん

ひろばに発生した得体の知れない生物

ひろくまはつながりひろばのキャラクターです。つながりひろばの設立当初からの仲間です。

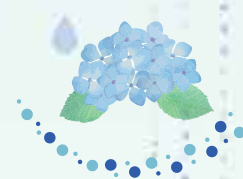
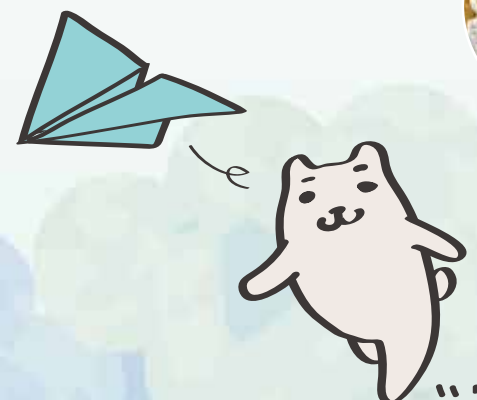
「ひろばに発生した得体のしれない生物」というプロフィールを持っています。これが、なかなか可愛らしく、いつの間にか立体のぬいぐるみになり、人気者になっていました。

「旅するひろくま」

ひろくまを手元に、みなさんにいろんな場所に連れて行っていただいています。遠くはハワイ、出雲大社、北海道には3回旅しました。信州のさくらんぼ狩りにも行ってきました。まだまだ、たくさんの場所に旅したい僕を、一緒に連れて行ってください。



ひろくまの友人関係



アピアランスケア商品

つながりひろばでは「今すぐ手元に欲しい」の要求にお応えできるように、企業から協力をいただき、展示販売しています。手に取って確認して納得して購入できる、そんな環境を提供しています。



ウィッグ



アウロラフレア全身シャンプー

「抗がん剤による脱毛期」「元気な髪を取り戻す育毛期」にそなえたシャンプー選びが大切です。

現在はウィッグ商品（7社）、脱毛前後の頭皮ケアに優れたシャンプー、治療中の口腔ケアのための万毛歯ブラシ、肌ケア基礎化粧品、乾燥肌用クリーム、がん体験者が作成したケア帽子、乳房パットなどがあります。

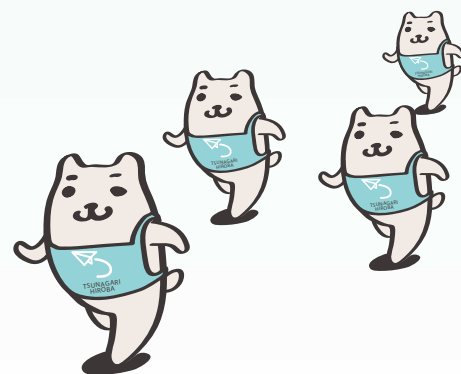




元気マラソンチーム

元気マラソンチームは、2017年に大阪国際がんセンターのがん患者、医療従事者がともに大阪マラソンを走ることを目的に設立されました。

その後、大阪国際がんセンターからつながりひろばに運営移管されました。実際の練習ではがん患者の方がリードしている状況も見られていました。元気マラソンチームは、ランナー個々人が自分自身の目標にチャレンジしています。



大阪マラソンへの挑戦

大阪マラソンへは2017年からチームとしてチャレンジしています。

また、2019年からはチャリティー寄付先団体として参加しました。

つながりひろばの私設エイド「こまいどエイド」を立ち上げ、沿道でランナーのみなさんをサポートしました。



みんな、ファイト！！

タイムが遅いランナーが走るころには、公設エイドに食べるものが残っていなかったようで、自分のチームではないランナー、海外から参加のランナーが食べ物を求めて「こまいどエイド」に立ち寄って行かれました。沿道での応援はとても感動的で、ランナーさんたちの汗にまみれた「手」にハイタッチをするのですが、ジーン!としてしまいました。

2023年の開催ではコロナ禍のため声なしで拍手のみの沿道での応援になりました。

(こっそりリクエストのいちご大福を提供しました)

しかし『つながりひろば』のゼッケンを背負ってくださっているランナーさんたちを応援することは、ランナーと応援者がともに「大阪マラソン」に挑戦している気持ちになることができます。

今年も大阪マラソンを元気に走る「つながり元気マラソンチーム」のメンバーを精一杯応援していこうと思います。

頑張れー

今年もいちご大福を用意して、沿道応援します！



利用者のみなさんの声

「走っても良いんですか？」

今から7年前、僕はガンになった。「腎盂尿管癌」でステージⅢ。抗がん剤治療 4 クール後、左の腎臓と尿管を切除して会社は7ヶ月お休みいただきました。手術後はオプジーボの点滴を2週間に1回を26回コース、つまり1年続けました。そのオプジーボの点滴をしている時、ボーッと眺めていたモニター画面に出てきたテロップが…「私たちと一緒に走りませんか？」カラダは浮腫んで、歩くのが精一杯で「走る」ことは諦めてしまっていた僕に光が差し込んで来た瞬間です。それから最初の練習会で、大阪マラソンの目標を聞かれました。僕は「完走です」と答えると、チームリーダーで医師の先生から「何言ってるんですか？ベストタイムは？」「3時間17分です」「じゃ、3時間半目指しましょう！」「は？…ハイッ！」嬉しかった。走っても良いだけじゃなく、思いっきり走っても良いんだ！それから、週に2回の練習会と2週間に1回の抗がん剤治療、つまり週に2〜3日はがんセンターに行く様になり、病院すぐそばの大阪城公園でひたすら練習しました。そして迎えた大阪マラソン当日、今まで一緒に練習した患者仲間、医師、看護師、薬剤師、理学療法士や病院スタッフのみんなとエール交換をして、いざスタート！途中何度も苦しくなりましたが、治道で応援してくれる「つながりひろば」の仲間達の後押しを受けて、目標より18秒速い3時間29分42秒でゴール！今でもあの感動は忘れません。そして今、僕は「つながりひろば」で支える側にならせていただいています。ガンになっても「好きな事をあきらめない」ことを教えてくれた「つながりひろば」その恩返しはこれからも続きます。

鈴木 哲さん



つながりひろばと私

2021年11月、私は「胆嚢癌ステージ4」の診断を受けました。当時、複数の病院で、複数の医師から異口同音に悲観的な所見を述べられました。妻と幼い子ども2人を持つ私は、簡単に諦めるわけにはいきません。なんとしても生き延びなければならなかったのです。

抗癌剤点滴治療を続けていたが、それだけでは不安は解消せず、何かもうと良い治療方法はないものかとインターネットを検索する日々を送っていました。検索で出てくるのは、極端な食事療法や怪しげで高額な「奇跡の〇〇療法！」といった自由診療ばかりで、何を信じてよいのかわからず右往左往するばかりでした。そんな毎日、血眼になってパソコンを見つめている私に、「インターネットばかりじゃなく、実際に話を聞いてもらったら？」と妻から、こちらのつながりひろばのパンフレットを手渡されたのです。

正直、最初はそんなに期待もせず、何気なく伺ったのですが、理事長の笹田さんは、優しく落ち着いた眼差しで、私の拙いこれまでの状況説明を聞いて下さいました。このようにじっくり話を聞いて頂く経験をしたのは、実はこれが初めてでした。

それから私は、随時、つながりひろばに伺って、お話を聞いて頂くようになりました。それはやはり、いちご狩り・ぶどう狩り・さつまいも掘りといった楽しいイベントに、子どもたち含め家族全員で参加させて頂くまでにどっぷりハマってしまいました（笑）。また、そのような場で、他の癌患者さんたちと情報交換ができるのも私にとっては貴重な機会となりました。

振り返ればつながりひろばに参加させて頂いて、もう3年目に入りました。私にとっては、かけがえのない場所であり、最早、「パラダイス」といっても過言ではありません。おかげさまで抗癌剤治療も上手になっています。これからも私のような多くの癌患者のために、つながりひろばの益々のご発展をお祈り申し上げる次第であります。

海部 恭宏さん

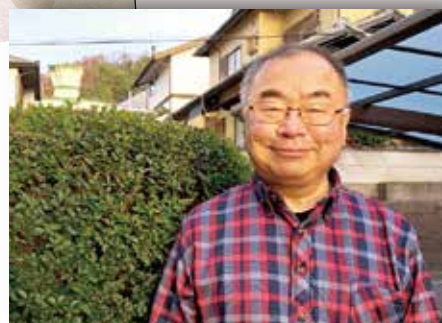


NPO法人つながりひろば様との経緯

NPO 法人つながりひろばの立ち上げ時、大阪国際がんセンターで弊社はセルフケアフェアに出店していた際に、笹田理事長がお越しになって立ち上げる旨のご挨拶を頂いた時からのお付き合いをさせて頂いております。

それ以来、つながりひろばの奥まった小部屋の仮準備事務所に出入りさせて頂き今に至っております。弊社としては、先ずは患者の皆様や病院の職員様方につながりひろばを知って頂くお手伝いと、つながりひろば自体の魅力を付け、維持継続することに微力ではありますが、努めることに注力させて頂いております。

笹田理事長をはじめ、関係する方々には、そのご努力を垣間見る度に自分の非力さを感じることを痛感していますが、何とかこれからも微力ですが尽力していきたいと思っています。



ヒロタヒロ株式会社
箕輪 弘様

おめでとうございます。

貴法人の設立から七年の歳月が流れ、その間、がん患者の方々への支援や情報提供に尽力されてきました。

このような重要な役割を担う組織が継続して発展していくことは、社会にとって非常に価値あることです。

これからも様々なイベントや活動を通じて、更なる成長と可能性を追求していただきたいと思います。

皆様の努力と献身に心から敬意を表し、これからも継続的な成功をお祈り申し上げます。



株式会社 edu style様

つながりひろばスタッフ



つながりひろばのスタッフを紹介します。
理事長補佐「井村さん」相談スタッフ「菅野さん」
ファーム担当「山本さん・持山さん・山路さん」メ
ディカルレシピ試作担当「杉田さん」管理栄養士で
がん専門栄養士「曹さん」HPデザイン担当「島田
さん」。
多くのスタッフにサポートを受けながら、たくさん
の事業にチャレンジしています。
みんな気さくでお話ししやすい人たちです。
ぜひ、仲良しになってください。



寄附・入会のおねがい

寄附 によるご支援

がんと向きあう人たちの
生きる希望につながるご支援を
よろしくおねがいします。

入会 によるご支援

賛助会員として継続的なご支援をお願いします。

会費(1口あたり)

■個人:1万円/年間 ■企業・団体:5万円/年間

■特別賛助会員:10万円/年間



振込先

●りそな銀行 大手支店 普通口座 91151
●郵便振替 00950-1-237161 ゆうちょ銀行 099店 当座 237161
口座名義(共通) トクヒ)ツナガリヒロバ

お問い合わせ

NPO法人
つながりひろば

541-8567 大阪市中央区大手前3丁目1-69
大阪国際がんセンター患者交流棟2階

TEL 06-4301-4990

FAX 06-4301-4991

E-mail tsunagari.2017@gmail.com

Web https://tsunagari.osaka.jp/



この冊子は正力厚生会助成金により作成しています



公益財団法人 大阪対がん協会の事業

がんの知識と予防等の普及啓発

講演会・イベントの開催

大阪対がん協会セミナー、成人病公開講座

がん情報の提供・検診の奨励

進めがん防衛隊、春・秋のがん検診のご案内



学術研究への助成

がん研究助成奨励金事業

若手研究者への助成、令和4年度に第63回目の助成を行い、
延べ1,775人が受賞



当協会の活動は、
みなさまのご支援で成り立っています



▲冊子配布中!



公益財団法人大阪対がん協会

〒541-8567 大阪市中央区大手前3-1-69
大阪国際がんセンター 患者交流棟 2F
TEL: 06-7777-3565 FAX: 06-6585-0353



NPO法人
つながりひろば



541-8567 大阪市中央区大手前3丁目1-69
大阪国際がんセンター患者交流棟2階
TEL 06-4301-4990 FAX 06-4301-4991
Web https://tsunagari.osaka.jp/

つながりひろば7周年記念誌 制作: 有限会社 AI クリエイト
発刊日: 2023年12月31日

お問い合わせ

TEL 06-4301-4990

E-mail tsunagari.2017@gmail.com

新呼吸

水素吸入でリラックスしませんか？



ポータブル水素吸入器ラブリエエラン®

la briller elan2

製造元: ISMZ 株式会社 イズミズ

がん患者支援団体 NPO法人つながりひろば に常設しています
お気軽に水素吸入体験にお越しください

販売店: 株式会社APHRODITESTYLE.

web サイト: <https://www.aphrodite-co.jp>

お問い合わせ: aphroditestyle.chiho@gmail.com 担当: 井村

株式会社アプロディーテスタイル.



web サイト



公式LINE



看護小規模多機能型居宅介護事業所

Healing Life Shiho

ヒーリングライフ志宝

一人ひとりの暮らしを支える



ヒーリングライフ志宝は
看護小規模多機能型居宅介護です



看護小規模多機能型居宅介護事業所とは一つの施設から
なみの入居者が「通い」「泊まり」「訪問介護」の
4つのサービスを必要に応じて提供させていただきます。
介護保険自己負担金に關しては一月定額料金となります。
他に食事代、宿泊費などは別途必要となります。

ご利用対象者

- 要介護(1~5)の認定を受けている方
- 医療ニーズの高い方
- 上記以外の方でもまずはお気軽ください

施設ご利用内容

- 健康増進・医療ケア
- 夜間サービス
- 入浴サービス
- 食事サービス
- シニアエッセンス
- 宿泊サービス

泊まり 訪問看護
通い 訪問介護



通いサービス

AM9:00~PM4:00

施設にお越しの際は送
迎させていただきます。入浴
もして頂きます。
ご本人様やご家族様の
都合に合わせたサービスの
提供時間や方法でご
利用頂けます。



宿泊サービス

PM4:00~PM9:00

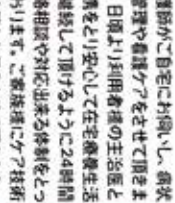
医療ニーズの高い方、通
院後で病状が不安定に
なる方、在宅での療養生
活を希望される方の療養を
支援させていただきます。



訪問看護サービス

随時

看護師が自宅にお伺いし、病状
の管理や看護ケアをさせて頂きま
す。日頃より利用者の主治医と
連絡をとり安心して在宅療養生活
を継続して頂けるように24時間
連絡相談や対応出来る体制をとっ
ております。ご家族様にケア技術
方法等もお伝えさせていただきます。



訪問介護サービス

随時

「通い」や「泊まり」と同
じなじみのスタッフが訪
問介護にお伺いさせていただきます。



他事業のごあんない

訪問看護ステーションしほう

0歳からご高齢の方まで、一人ひとりの暮らしを
変えます。どのようなお悩みの方もお気軽で安心
して療養生活を送れるように訪問看護師が24
時間体制で生活をサポートいたします。

しほうケアプラザセンター

専門のケアマネジャーが、医療や介護のサービ
スを運営し、一人ひとりに合わせたケアプラン
を作成いたします。

福祉用具 志宝

ご自宅の改修や福祉用具のレンタル、販売など
住みやすい環境づくりのご提案をいたします。

ご利用について

各種サービスのご利用方法は
志宝スタッフまでご相談ください。

施設見学は随時承ります。
お気軽にお問合せください。
TEL:06-6971-3321



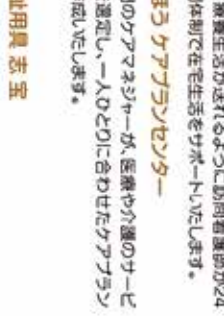
ヒーリングライフ志宝
〒537-0021 大阪市東淀川区東中本2丁目10-10
TEL:06-6971-3321 FAX:06-6971-3317



株式会社 志宝



TEL:06-6971-3321



TEL:06-6971-3321

