

がん哲学外来さいわいカフェ in 茨城・筑西

さいわい ニュースレター

第5号



リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018茨城

樋野興夫先生の言葉の処方箋

「人生は1周遅れぐらいがちょうどいい」

人生なんて相対的なものです。・・・

いま振り返ると「人生は1周遅れぐらいのほうがちょうどいい。ゆっくり走ると、ゆとりが生まれる。人生はゆとりを持って品性を保ちながら走り続けることが大切」と感じます。

病気になるって人に遅れを取ってしまったからといって焦らなくていい。

失敗して無駄な時間を使ってしまったからといって焦らなくていい。

うまくできないからといって焦らなくていい。

むしろゆとりを持って、品性を保ちながらやり続けることが大事です。

人生は相対的です。息を切らして必死の形相で先頭を走るよりも、鼻歌を歌いながら1周遅れぐらいがちょうどいいんです。

一等にもビリにもそれぞれに違った価値がある。

周回遅れになっても、最期まで走りきった姿に人は感動する。走り続けることが大事。

『明日この世を去るとしても、今日の花に水をあげなさい』

幻冬舎より抜粋

樋野興夫著

順天堂大学医学部 教授

がん哲学外来 理事長



「リレー・フォー・ライフ・ジャパン茨城」初参加 がん患者支援 チャリティウォークイベント

2018年5月19日(土)12時～20日(日)12時 つくば市研究学園駅前公園

「がん哲学外来 さいわいカフェ in 茨城・筑西」として初めて、RFLに参加させて頂きました。皆様と一緒に時を過ごすことができたいわいです♪

「一年365日のうち、僅か24時間ですが

素敵で元気な笑顔に囲まれ

ひとりではない事に喜びと安心感を得ることができ

生きる勇気と、諦めない力

そして、どんなに辛くても苦しくても

また一年私は頑張る！

生き抜いて、またRFLに参加する！

と目標を持ち、

これから先も生きられるんです・・・

これが がん患者の本当の気持ちです・・・

ひとりじゃない

RFLはいつもみんなが傍に居てくれる事を 感じられるイベントです」

『がん患者としてがん患者の 気持ちを伝える事が自分の役割』

RFL 茨城の活動ホームページ

佐藤聡美さんの文章より抜粋

<http://relayforlife.jp/ibaraki/>



RFL茨城マスコットキャラクター 「キュアリン・ホプリン」

● 第3回さいわいカフェ報告 20180327 ●

3月は北関東も暖かい日が続き、一斉に花盛り・・・満開の桜が咲く3月27日、第3回さいわいカフェが開催されました。県内は水戸・石岡・つくば・常総・古河・桜川・筑西からお集まり下さり、また、東京足立チャウチャウ夫妻が菜の花ドライブを楽しみながらご参加下さいました。参加者は14名3テーブルに分かれてカフェタイムをもちました。桜川おかきカフェのおかきをご用意していましたが、きらいち婦人が手作りおかきをみなさんにプレゼントくださり、やめられないとまらない「おかきの日」となりました。また、WINDS珈琲の香りがこころ安らぐひと時、さいわいキャンデイズのさっちゃんによるアイスブレイク体操ではじまり、みぼりんに樋野興夫先生の著書の朗読をリードしていただきました。「自分にしかできないことは案外少ない。ほとんどを人に任せる。そうすることで品性が生まれる。」内村鑑三先生の「人生の目的は、品性を完成するにあり」を思わされたひと時でした。

未熟な品性の茨城チャウチャウ犬 修行中だワン！ U^ェ^U えびわんこ





★リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018 茨城★

がん哲学外来さいわいカフェ参加内容

- ・樋野興夫先生の著書の販売（新刊あり・RFL特価あり）
- ・ニュースレターとチラシの配布
- ・「言葉の処方箋」カード
- ・フォトフレームの展示販売
- ・「しあわせのクローバー」
- ・絵本の読み聞かせ



オリジナル横断幕を作成しました

安心・安全な場にするためのお約束

- ・自分の考えや価値観を相手に押し付けません。
- ・相手の意見や考えを否定したり、非難したり、傷つける発言はしません。
- ・全員が話せるように、一人で長く話しません。
- ・個人的な話の内容は外で話しません。
- ・特定の宗教や思想は押し付けず、強引な販売や勧誘はしません。
- ・カフェ以外での参加者の交流は自己責任でお願いします。



0526 第4回さいわいカフェの予定

- 14:00 はじめの挨拶 お約束事の説明
歌「きみは愛されるため生まれた」
- 14:15 テキストの朗読
- 14:30 グループで会談：自己紹介、受け取ったことば
日頃感じていること、参加の動機など…♪
(もちろん、無理に話さなくても大丈夫です。)
- 15:30 総括：感想など
- 15:50 歌「365日の紙飛行機」 お知らせ おわりの挨拶

今後のさいわいカフェのご案内

テキストに樋野興夫先生の著書
「明日この世を去るとしても、今日の花に水をあげなさい」を朗読し、お互いに思いや体験を分かち合い「解決できなくても、解消はできる」場を目指しています。(テキストの貸出販売有)

- 今後の日程 第5回 2018年 7月28日(土)
第6回 2018年 9月22日(土)

13:30～受付 14:00～16:00開催予定
詳細は、チラシやHPをご覧ください。
託児も可能ですので、ご希望の方はお知らせください。

Cafeのお供：カフェとも♪

5/26は、筑西市菅谷にあります「甘茶や彩」の甘味をご用意する予定です。お楽しみに～(*^^)♪



がん哲学外来豆知識

★がん哲学外来新人さんの素朴な疑問・質問のコーナー
Q：『どあらっこ』ってなに？ ドアを開けるラッコかな？
A：どあらっこは中日ドラゴンズの“ドラア”からきています。1984年、初めて日本にコアラがやってきた場所こそが、愛知県の東山動物園です。というのも、名古屋市とコアラパークで有名なシドニーとは姉妹関係にあり、このご縁がきっかけでコアラが日本にやってきたのです。日本とシドニーを繋いだコアラのように、がん患者である子供達や、がん患者の親をもつ子供同士の架け橋になりたいと名付けました@(.●.)@

なるほど！野球にうとい私はドラアを知らなかった^^；
初の中学生カフェから、高校生カフェとなった
先輩カフェのどあらっこさん♪ どうぞよろしくお願いします。



● 新刊のご案内 ●

本日、5月19日に樋野興夫先生の新刊が発売となりました。

『大切な人が がんになったとき…
生きる力 を引き出す 寄り添い方』

笑顔が生まれる接し方とは
青春出版社 1000円
できたてほかほか 手に取ってご覧ください。



● 編集後記 ●

●朝つゆの中、散歩していましたが、かたつむりに出会いました。目が合って了解を得て^^；いらっしゃいませ～と我が家へ。水槽の中のかたつむりの世界、恵みの雨を注がないと休眠してしまいます。霧吹きで朝つゆシャワーのひとつ、かたつむりの動く姿、餌を食べる音に、なぜか癒されています。

●ガーデニングをしていましたら、帽子にお客様！？一瞬、小枝チョコ！かと思ったのですが、腰を曲げてクネクネ運動、尺取虫でした。走るわけでも飛びわけでもなく一歩一歩着実に前進していく尺取虫、ヤガ科の蛾の幼虫もしかして、わたしを励ましに来てくれたのかしら。。。蛾を見たらキヤー！ですが、尺取虫ならのんびりほのぼのと対話ができそうな気がしました。

●RFLに参加してみたいけどどうしよう…とさいわい姉妹。家族を巻き込んでつくばにやってきました。どんな出会いがあるか、どんな24時間となるか楽しみにしています。初参加で心細い中、カフェにご参加下さった方より「応援に行くから一緒に歩きましょう」とのうれしい知らせ。このニュースレターにもRFLJの記事の掲載を快く承諾して下さい下さった事務局のみなさん ありがとうございます。今後ともどうぞよろしく願いいたします。海老澤規子



ボランティアスタッフさん、ありがとう！

★「何をやるかよくわかんないんだけど、手伝って言うからついてきたよ(^_^)」と照れくさそうな さち夫さん！30年前に買った愛用のギターを片手に登場。さいわい姉妹の歌の伴奏を引き受けてくださいました。これで百人力！
★3月末に『偉大なるお節介症候群認定証』をボランティアスタッフの方々に差し上げたく樋野先生に申請しました。すると、はからずも『気がかり症候群認定証』が届きました。次のさいわいカフェの時に、気がかりな茨城チャウチャウを支えて下さっている方々に授与させていただく予定です。今後とも気がかりな者(犬?)のヘルプをお願いいたします。

★ GOOD NEWS 1周年記念特別講演会開催 ★

来る11月4日(日)午後 県生涯学習センターにおいて樋野興夫先生をお迎えして、記念講演会を開催することが決定いたしました。ぜひぜひ、みなさんお誘いあわせの上お越しください。入場無料、詳細は後程ご案内いたします。

