

# きぼうの虹 通信 №29 2020年2月号

発行責任者:代表理事 椎名美恵子



## 2019.12.18(水) きぼうの虹カフェ 「ハンドベルでクリスマス」



## 2020年度の「きぼうの虹」は！

来年度もカフェや講演会を  
たくさん企画していますので  
ぜひ、ご参加ください！

**NPO法人がん患者サポート研究所**  
**きぼうの虹事務局;向島2-10-5-1階**

お問合せ、参加申込は、きぼうの虹事務局:相澤・田中までお願いいたします。



「NPO法人がん患者サポート研究所きぼうの虹」は、  
がん患者さんが「診断されたときから自分らしく生きる」  
ことを応援するために結成された当事者を含む区内の  
保健師・看護師・介護保険事業所職員等による団体です



2020.1.25(土)

## きぼうの虹カフェ 「きぼうの虹かるた」

- 1月25日(土) 10:00~11:30、墨田区役所の31会議室で開催しました。
- きぼうの虹企画の「きぼうの虹かるた」の案文作成をしました。  
文房具の「のり」の成分が放射線治療の効果を上げるとの報道があった直後のため、医学の進歩について話し合い、大いに盛り上がりました。



- 12月18日(水) 18:00~19:30、墨田区役所の31会議室。平田紀子講師を迎え開催しました。
- まず、平田講師の伴奏で「よろこびの歌」や「みかんの花咲く丘」、「幼なじみ」などを皆で歌いました。  
引続き、「きよしこの夜」などのクリスマスソングをハンドベルで演奏しました。この演奏で、  
は、脳の活性化や運動性の向上、ストレス解消が図れるとのことと、歌う、リズムをとる、などを日常的な活動にしていくことにより、体調を整えられるということ学びました。  
参加者の皆さん一人ひとりが、心身の状態に関心を持つ良いきっかけになりました。
- また、合唱・ハンドベルの前後に、皆さんで近況報告をしあいました。

TEL 03-3626-2317

FAX 03-3626-2318

E-Mail: info@fresca-mike.com

Better Health & Dignity for All



笹川保健財団  
SASAKAWA  
Health Foundation

「NPO法人がん患者サポート研究所きぼうの虹」の活動は、笹川保健財団の助成を受けて行っています