

んぽん舗

ポツ



174号

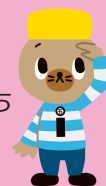
2018年2月

【発行元】

石巻市NPO支援オフィス
〒986-0832 宮城県石巻市泉町3丁目1-63
TEL・FAX 0225-23-3641
MAIL : centerishinomaki@gmail.com
http://ishinomakinposhienoffice.jimdo.com/
開館時間：月～金 10：00～20：00
土曜日 10：00～18：00
日曜・祝日休館日

毎月20日発行

NPOや市民活動に
役立つ情報をお
届けします。
みなさまからの
情報提供もお待ち
しております。



ピックアップんぽ

このコーナーは、毎月一人のNPOの代表者を取り上げ、その活動やこれからの目標について思いを熱く語っていただくコーナーです♪

登録番号118 いっぱずつ…乳がんになったあなたとともに
代表 勝浦千珠さん



【団体の概要】

自身の乳がんの経験をもとに、セミナーや講演会などで乳がんの早期発見の啓発活動、また、乳がん患者やその家族の支援活動を行っています。



【活動をはじめたきっかけ】

私は毎年乳がん検診を受け、時々自己検診もしていました。2009年の年末のある日、たまたま左肩のあたりに手を伸ばしたところ、2cmくらいのしこりがあるのに気付きました。病院に行き精密検査を受け医師から告げられたのは、そのしこりとは別に、がんはまだ中に留まっていてステージ0期、1mmにもなっていないけれど乳腺全体に広がるがんなので、全摘出しなければならないということでした。がんがいつからあったのか伺ったところ「10年くらい前からあった」と言われ、今までずっと元気に過ごしてきたのに、知らないうちにがんと共に生きていたなんて…と信じられない気持ちで一杯でした。

手術前は不安な事ばかりだったのですが、そんなとき一番ありがたかったのは乳がん体験者の知人からのアドバイスでした。同じ痛みを持ったもの同士、「大丈夫だよ」という言葉に本当に勇気づけられ、不安な気持ちは殆どなくなりました。

そして2010年3月、左胸の全摘出手術と、自分の背中中の筋肉を使った乳房再建手術を同日に行いました。手術から間もなく8年、正面には傷一つなく、今では背中と左胸の脇の傷もあまり目立たないほど、とても自然できれいな胸になりました。すばらしい現代の医療技術のおかげで、私は新しい乳房を取り戻したのです。

私はがん保険に加入していました。乳房再建の準備もあったので、がんになったら全摘して再建手術を行えばいいと簡単に考えていたのですが、そうではありませんでした。幸いにも担当医師の考えが一緒だったため、自分の望むとおりの手術をすることができました。それも全て早期発見できたからできたことだと思っています。



【活動内容】

2013年の3月に「NPOいっぱいずつ…乳がんになったあなたとともに」を仲間と共に立ち上げ、乳がんの啓発活動をはじめました。現在は講演会や、保育園、健康まつりなどに伺って体験談をお話し、早期発見の啓発をしています。講演会では、再建した胸を実際に見て触れてもらうのですが、今まで1,500人以上の方が私の胸を見て、その見事な出来栄えに大変驚かれました。医療機関に問い合わせ、私たちのところに相談に来た方や、心細いから話を聞いて欲しい、どこに相談したらいいのか…といった電話を受けたり、医師・看護師には聞きづらいことに自分自身の経験の中から気付いたアドバイスや役に立つ情報などを話すこともあります。

講演の中では、がん保険加入の必要性も訴えています。がんの治療にはお金がかかります。私は保険に加入していたため安心して治療方法などを選択することが出来ましたが、がんになってから保険に加入することは難しいと思います。もしものために、がん保険のことを前向きに考えてほしい…あなたのためです。

【これからの目標】

乳がんは何歳になったらかからない、というわけではありません。若い女性だけではなく、高齢者や男性もかかる病気です。定期検診でがんが見つかる場合も少なからずあるので、ぜひ受診してほしいです。そして、検査は必ず乳腺科や専門医のところで行ってください。私は今、とても元気に過ごしています。それも、早期発見・がんへの準備があったから、周りの方々の支えのおかげだと思っています。活動を続けていくことで、一人でも多くの方の役に立つことができたら幸甚です。

いっぱいずつ…乳がんになったあなたとともに

住所：石巻市前谷地字新横沼164-2
電話・FAX：0225-86-3215
携帯：070-6496-3215
メール：npoippo2013@nifty.com



取材日記

1月31日(水)、宮城県高齢者生活協同組合さんが地域の寄り合い所として運営されている地域福祉事業所「ひなたぼっこ石巻」にて、講座「追波川物語」が開催されました。

「ひなたぼっこ石巻」では、ささえあい・交流・協同の場とし、多世代交流や講座、ハイキング、季節ごとのイベントなどを行われています。故郷の素晴らしさをじっくり知る機会として、郷土史を勉強されている神農さんを講師にお招きし、定期的に市内の郷土史(金華山、貞山運河、若宮丸など)について学ぶ会も開催されており、今回は追波川をテーマとして、地域の名前の由来や昔存在したお城など、縄文時代から現在までの郷土史について学びました。

参加されたみなさんは、傾きながら真剣にお話を聞かれました。毎回この講座は、みなさんからとても好評だそうです。終わった後はスタッフの方が作った特製の美味しいお雑煮にみんなで舌鼓し、充実した時間を過ごされていました。



イベント情報のお知らせ

3・11 忘れないウォーキング in石巻

祈ることしかできなかった「あの日」から7年目の石巻を歩きます。

追悼と被災者の「こころの復興」を祈念しながら…

コース予定:約10km

石巻駅→立町通り→内海橋→湊町→魚町避難タワー→

日和大橋→南浜地区→がんばろう石巻→日和山→

いしのまき元気市場→復興まちづくり情報交流館→SSマツムラ(解散)

※工事状況によって、コース変更あり ※小雨決行

●日時:2018年3月11日(日)

●集合時刻:AM8:45 ●集合場所:JR石巻駅前広場

●料金:500円(当日ご持参下さい)

●問・申込み:NPO法人 石巻スポーツ振興サポートセンター

「①氏名②年齢③住所④連絡先電話番号」をお伝え下さい。

電話:090-8787-3873 FAX:0225-95-2808

メール:info@i-support.or.jp ※申込み締切:3月7日(水)17:00



石巻市NPO支援オフィスより

Facebook活用講座のご案内

Facebook(フェイスブック)を個人では活用しているけど、団体のPRやイベントの作成などでも上手に活用してみたい!という団体さんはぜひご参加ください。

講師:後藤和江さん(母親支援団体ママンフルーリ)

●日時:2018年3月7日(水)10:00~12:00

●場所:石巻市NPO支援オフィス

●参加費:500円(資料代)

●対象者:Facebookアカウントを持っている方(定員5名 先着順)

●持ち物:スマホ、またはタブレットをご持参下さい。

●問・申込み:石巻市NPO支援オフィス

TEL:0225-23-3641



ロックくんの編集後記



こな〜ゆき〜♪

今回もんぱん舗を読んでいただき、ありがとうございますモグ〜♪今年の冬は、去年よりも毎日寒いですね。皆さんは風邪などひかれていませんか??とこで先日の2月3日、節分がありましたね。ここ数年、節分時の恒例行事になってきた恵方巻き。

今年はお店の恵方巻きが大量廃棄されていたとニュースで見ても心が痛くなりました。恵方巻きに限らず、作ってくれた方、食べ物に対する感謝の気持ちを忘れず、毎日過ごしていきたいなと改めて思ったモグ〜。

東日本大震災追悼 3.11のつどい

●日時・内容:

2018年3月11日(日)9:30~23:00(献花台は終日設置)

14:46 黙とう 15:00 バルーンリリース(700個)

16:30 灯籠点火(3,600個)

●会場:「がんばろう!石巻」看板付近(石巻市南浜津波復興祈念公園内)

●ボランティア募集:

・キャンドルホイル巻・灯籠へのメッセージ

3月3日(土)10:00~ イオンモール石巻

・灯籠づくりワークショップ

3月4日(日)10:00~ 多目的スペースK-BOX

・当日ボランティア

3月11日(日)9:20 集合 灯籠制作・会場設営

3月12日(月)9:20 集合 撤収作業

●お問合せ:

東日本大震災追悼3.11のつどい実行委員会

0225-23-9638/090-3643-1910(黒澤)



新規登録団体のご紹介

登録番号184

特定非営利活動法人 乳幼児保育園ミルク

この法人は、主に石巻市、女川町、東松島及び登米市に移住する乳幼児及びその保護者に対して乳幼児の保育、保護者に対する教育啓発に関する事業を行い、子どもの健全育成に寄与することを目的とする。

- 1.乳幼児保育園ミルクの設置及び運営
- 2.乳幼児と高齢者のふれあい事業
- 3.保護者教育啓発事業
- 4.病後児保育事業
- 5.体調不良児型保育事業
- 6.療育支援事業
- 7.保育士人材育成事業



登録番号185 一歩を楽しむ石巻

視覚障害者の自立支援を目的とする。

・ガイドヘルパー講座 ・社会参加への導入



登録番号186

山下地区協働のまちづくり協議会

山下地区における住民自治組織として設置し、地区住民が相互の連帯のもとに、住民自ら地区の将来像を考え、その実現に向け、行政と住民、及び住民同士の協働で行動することにより、賑わいのある、優しく、活力に満ちた住みよい山下地区を形成して行くことを目的とする。

- ・文化祭の開催
- ・各種マップづくり
- ・ノルディックウォーキング
- ・コミュニティーお茶っ会 など

