

ニュースレター No. 35 ハーモニー・ライフ 平成20年10月25日発行

ミニ集会のお知らせ

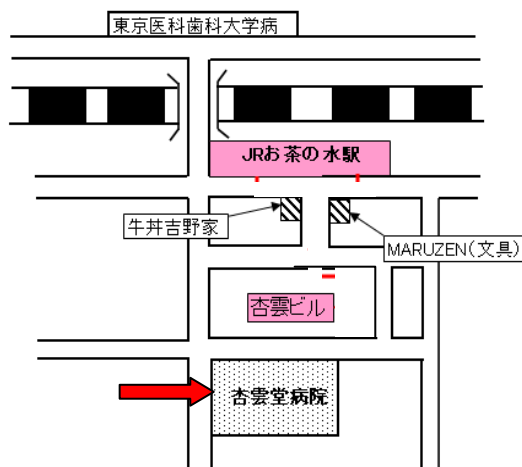
何となく気にかかっていること・・・、少人数でじっくり話をしてみませんか？
お菓子を準備してお待ちしています。

日時：平成20年11月2日（日）13時～15時

場所：杏雲堂杏雲堂病院9階会議室
（休日入口から）

交通：JR中央線 御茶ノ水駅 徒歩4分
営団地下鉄千代田線 新御茶ノ水駅 徒歩4分
営団地下鉄丸の内線 御茶ノ水駅 徒歩5分

参加費（無料） 事前申し込みは必要ありません



2008年度ミニ集会の予定

【昼の部】
2月1日（日）13～15時

【夜の部】
12月5日（金）18～20時？（忘年会？）
3月6日（金）18～20時

（日程等については変更する場合がありますのでご注意下さい）

最近の活動報告など

9月5日夜の茶話会には男性5名、女性4名が参加しました。

寝る時の不安解消に何か対策が無いものか・話題にあがりました。なかなか便のコントロールが難しく、苦労している方もたくさん居られると思います。寝る前に腸の中の物を出し切れたら安心できるけど、不思議とまだ残っているんですね。私の場合はFAPの予防薬としてインダシン座薬を使うと下痢状になります。主治医のすすめでフェロベリンを寝る前に飲んだら失敗しませんでした。下

痢止めの薬も人それぞれなので主治医に相談するのがよいのでしょう。

主治医とのコミュニケーションについて。どうしても医者に質問するのは気が引けるものです。自分の期待通りの答えが返ってこなかったら戸惑います。でも不安を解消するためには解らないことは教えてもらいましょう。主治医もコミュニケーションを待っているでしょう。

検査を続けて経過観察しながら予防薬の完成を心待ちにしている方も居ます。

内視鏡の下剤の飲み方も前日に半分飲むと

か。最近グレープフルーツ味で、少しは飲みやすくなりましたね。

毎年開催していたバーベキュー、残念ですが今年中止になりました。潮風公園は、お台場という人気スポットにあるので最近取りにくくなっています。パソコンでの申込みが日付が変わった時点でできるので、翌朝、電話したときには間に合わなかったのです。来年はパソコンで挑戦するので是非楽しみにしてください。

10月11日、12日に関西のハーモニーラインとの合同企画に参加しました。盛りだくさんの企画で今後、患者のための生活ハンドブック作成に向けて協力していくことになりました。

交流会では少々圧倒されながらも、しっかり関西のパワーをいただけてきました。合同企画については後日お知らせします。

<Y・K>



事務局：〒101-0062

東京都千代田区神田駿河台1-8-12

佐々木研究所附属杏雲堂病院（岩間毅夫）

TEL 03（3292）2051

FAX 03（3292）3376

入会のご案内と会費納入のお願い

「ハーモニー・ライフ」では、随時会員の入会を受け付けております。入会申込書にご記入いただき事務局にお送り下さい。同時に、下記の振込口座に年会費（2000円）を振り込んで下さい。会費の納入が確認でき次第、会員として登録させていただきます。お知り合いの方で入会を希望される方がいらっしゃれば、是非ご紹介下さい。

会員の方は20年度分会費（2000円）の納入をよろしく願います。

ご不明な点については、事務局に文書でお問い合わせ下さい。

<年会費の郵便振込口座>

振込口座番号：00100-9-69372

加入者名：ハーモニーライフ

編集後記：

伊良湖岬での集会。ハーモニー・ライフからは10名が参加しました。夜は遅くまで時間を気にせず、お互いの経験を共有することができました。ハンドブック作成についても意見交換が行われ、会の活動が今後益々発展していくことに対する熱い思いを感じました。

記録・広報係：武田祐子

慶應義塾大学看護医療学部

E-mail: takeday@sfc.keio.ac.jp

〒160-8582東京都新宿区信濃町35

TEL 03-5363-2064

