



『人生ピンチヒッター』3か条 1. 『人に接する呼吸を得ている者』 2. 『性格の悪くない者』 3. 『無規則で始める勇気と胆力を』

目白がん哲学外来 6周年 感謝の夏から秋冬春へ

目白がん哲学外来カフェ 森 尚子

おかげさまで、目白がん哲学外来カフェは6周年を迎えました。毎年8月は、樋野先生の講演とカフェ参加者によるお話の会にしています。ピンチヒッターの仲間、石井さん、大弥さん、山本さんにもお話をさせていただきました。医療の隙間を埋める市民活動、「病気であっても病人でない」。参加してくださる方々にとって、安心・安全な、心穏やかになる場でありますよう、これからもスタッフ一同、ここを込めて継続していく所存です。



継続の大切さ

東村山がん哲学外来 大弥佳寿子

今夏(8月13日)に東村山カフェの8周年記念会を開催しました。当日は東村山市役所の健康増進課 健康寿命推進係の齊藤係長様から開会のあいさつをいただき、続いて樋野先生に「種を蒔き、実を刈り、開拓！」のタイトルでご講演いただきました。休憩をはさみ後半では、4つのグループに分かれての対話カフェと個人面談を行いました。初参加の方が「こうした場所があることを知り良かったです。次回はもっといろいろな方のお話が聞いてみたいです」と感想を寄せて下さいました。

何かを始める時「3年続かないものははじめからするな」との教えのもと今日に至りますが、カフェは毎回そこに集われる方々に想いを注いでいただき続いています。常に感謝の気持ちを忘れずに、「誰のためのカフェであるか」を考えながら、私も参加者の一人として参加を続けて参りたいと思います。

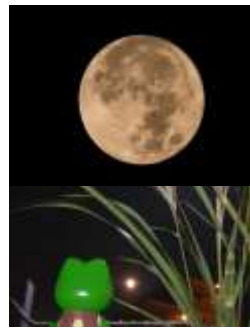


人生いばらの道、されど宴会

岡倉天心記念 がん哲学外来 巣鴨カフェ「桜」 山本 ひろみ

秋風を心地よく感じはじめた9月の巣鴨カフェは、十五夜でした。皆さんの知恵と技を結集してお月見を演出。初参加4名を交え、苦しみや悲しみ、迷いの中にありながらも、グループでの対話を通し、笑いあり涙ありの力を分け合う時を過ごしました。

夜になって、皆さんからお月見の写真が送られてきました。今動画にして巣鴨のホームページでご紹介しています。思いがけず、1年でいちばん美しい満月をカフェの皆さんと共有できたことに感謝の1日となりました。「人生いばらの道、されど宴会」これから深まり行く秋、カフェの皆さんとこうした時を紡いでいけたらと思います。



朝日を浴びること、笑うこと

コロナに加えて今年の夏の猛暑にはまいりましたが、私は雨天でない限り、毎朝徒歩15分くらいの公園のラジオ体操に行っています。

朝日を浴びることは身体のリズム、生活のリズムを整えるうえでいいことだそうです。但し、気をつけたいのは「紫外線」を浴びること、肌の日焼けやシミの原因になります。ですから日焼け止めは必要です。先日のカフェで私が日焼け止めと間違えて歯磨き粉を顔に塗ったことを話したら大爆笑でした。そう、笑うことも大切です。

その日私は皆さんのためにいいことをした気がしました・・・。



編集：丘の上のカフェ・シャローム・石井瑠美
連絡先 ☎ 03-3943-1879
後援：一般社団法人がん哲学外来