



スポーツの日



2023年10月9日 栄養部からのメッセージ №.37

夏の暑さも過ぎ、秋らしい気候になって参りましたが、入院中の皆様はいかがお過ごしでしょうか。

本日10月9日は『スポーツの日』です。

『スポーツの日』といわれても、あまり聞き慣れない方も多いかと思います。この祝日は2020年に新たに名称が変更されて誕生しました。本日のお食事も『スポーツの日』にちなんだ内容になっています。ぜひ、目で舌で味わって頂けましたら幸いです。

さて、今回は近畿大学病院「がん相談支援センター」の看護師 原武さんからメッセージをお預かりしましたので紹介させて頂きます。

「スポーツの日」とは、もともと「体育の日」として親しまれており、1964年10月10日に日本で初めてとなる五輪大会「東京オリンピック」の開催を記念して「国民がスポーツに親しみ、健康な心身を培うこと」を趣旨として1966年に制定された国民の祝日です。10月10日という日は、「晴れの特異日（その前後の日と比べて偶然とは思えないほどの確立で特定の気象状態（晴れ）が現れる日のこと）」と言われ、高確率で晴天に恵まれるであろうという日です。

この季節は過ごしやすい気候で「スポーツの秋」とも言われ、小学校や中学校などでは運動会が開催される時期ですね。みなさんは、運動会のお弁当と言えば、どんな思い出がありますか。一生懸命に競技をしたり大きな声で応援したあとのお弁当は格別においしいですよね。そして、いつもより少し豪華なお弁当は、なんだかわくわくしますね。

さて、近畿大学病院「がん相談支援センター」から皆様へお知らせがあります。がん相談支援センターでは、がん患者さんやご家族ががんによる様々なストレスに対処する力を高めることを目的に、講師による講和と参加者同士の交流を行う「がん患者さんのためのサポートグループ」を開催しております。この機会に皆様が抱えておられる悩みや思いなど話したり聞いたりしてみませんか。治療を始められる方、すでに始められている方、ご家族の方、どなたでもお気軽にご参加ください。是非、皆様のご参加をお待ちしております。

＜開催日＞

2023年11月11日（土）10:00～11:30

2023年11月25日（土）10:00～11:30

2023年12月9日（土）10:00～11:30

2023年12月23日（土）10:00～11:30



＜申し込み QR コード＞

お問い合わせは、がん相談支援センター（TEL072-366-7096）までご連絡ください。お申し込みについては QR コードもしくはがん相談支援センター（当院 2F 患者支援センター内）にてお申し込みください。（全 4 回参加できる方に限ります）

なお、病院の決まりとして入院中の患者さんは新型コロナウイルスの感染予防のため参加できませんが、退院された折には是非ともご参加ください。



かんろ
寒露

残暑が厳しい日が続きましたが、少しずつ清々しい秋の空気が感じられるようになってきました。ご入院中の皆様はいかがお過ごしでしょうか。本日は「寒露」です。がん相談支援センター看護師 五味さんからメッセージを頂きましたので紹介します。

「寒露（かんろ）」とは、10月前半から10月後半にあたる二十四節気の一つです。寒い露と書くように「草木に冷たい露が降りる時期」という意味で、この時期になると朝晩はぐっと冷え込むようになります。

寒露の頃は空気が澄んで、月や星がきれいに見える時期です。十五夜の次に美しいとされる「十三夜」も寒露の頃に訪れます。十三夜は別名「栗名月」「豆名月」といい、この時期採れた栗や豆を供えて収穫に感謝する習わしがあります。旬のものを食べることで、季節を感じることができ、栄養価も高いといったメリットがあります。

さて、近畿大学病院「がん相談支援センター」から皆様へお知らせがあります。近畿大学病院では、がん患者さんやご家族が気軽に語り合う交流の場として「患者サロン なごみ」を開催しております。10月28日は、がん治療中の食事についてのミニレクチャーを予定しております。この機会に皆様が抱えておられる悩みや思いなど話したり聞いたりしてみませんか。是非、皆様のご参加をお待ちしております。

<開催日とミニレクチャー>

第3回 2023年10月28日（土）10:00～11:00 テーマ：「もっと知ってほしい。がんと栄養」

第4回 2024年2月3日（土） 10:00～11:00 テーマ：「自分でできるリラクゼーション」

お問い合わせは、がん相談支援センター（TEL 072-366-7096）までご連絡ください。お申し込みについては下記QRコードもしくはがん相談支援センター（当院2F患者支援センター内）にてお申し込み下さい。

申し訳ありませんが、病院の決まりとして入院中の患者さんは新型コロナウイルスの感染予防のため参加できませんが、退院された折には是非ご参加ください。



本日は秋の食材を使用したお食事をご用意しました。

（治療上提供できない方もいらっしゃいます）

お食事を通して少しでも秋を感じて頂けたらと思います。是非ご賞味ください。

七五三



2023年11月15日 栄養部からのメッセージ No41

病院の周りの銀杏が黄色に色づき、朝夕の冷え込みと共に冬の足あとが近づいてきました。ご入院中の皆様はいかがお過ごしでしょうか。さて本日、11月15日の「七五三」に合わせて、がん相談支援センター事務員の下村さんからメッセージが届きましたのでご紹介します。

皆さん、七五三の思い出はありますか？私は娘の七五三へ参拝した時に、着物姿の娘が千歳飴を夢中で食べていたのを思いだします。そんな七五三の思い出の一つともなる千歳飴。色も紅白で、名前もなんだか縁起が良さそうですよね。長い飴を食べることで細く長く、粘り強くという意味があって、いつまでも健やかに元気に成長するようにという願いが込められているようです。なんとも特別でめでたい飴ちゃんですね。

がん相談支援センターでは皆さんのがん専門相談員が在籍しています。私、事務員もがん専門相談員さんの近くでお仕事をしていますが、皆さん非常に人柄が良く、ともに大変親身に相談に乗ってくださいます。実際に利用された方からは「気持ちが楽になった」、「また相談したい」という声が多く聞かれます。悩みがあるのにまだ行ったことがない方、わからないことがある方など、どなたでもこの機会に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

がん相談支援センター（外来2階患者支援センター内）（直通）072-366-7096 月～金曜日 受付 9：00～16：00
※お電話でもお気軽にご相談できます。

本日は皆様方の回復と子供たちの成長を祈って、子どもたちの好きな料理と旬のりんごを使ったケーキをランチ皿に盛り付けました。（食種によって内容は変わります）ぜひご賞味ください。