

# 自分の健康は自分で取り戻す

## ラポールの会、土浦で総会

がんや難病の体験者や患者、その家族らで作る「ラポールの会」(土浦市、野本篤志代表、会員約100人)の総会がこのほど、土浦市中村西根のつくばカーサで開催された。25人が出席し、今年度の活動方針案などを承認した。

同会は2008年に発足。「自分の健康は自分で取り戻そう」を合言葉に、

がん患者同士が率直に語り合う月1回のつくばがんサロンをはじめ、心理療法のカウンセリング、親睦をかねた温泉地への日帰りバス旅行など多彩な活動を展開している。

今年10月に、第3回がん統合医療シンポジウムをつくば国際会議場で開催する。また土浦市乙戸に新たに開設した「くぬぎ野ファ

ーム」で、ブルーベリー摘みやキノコ狩りを実施する予定。

質疑の中で、カウンセリングから心理療法について

「がんはメンタルな要素が強い病気。表面的な意識だけでなく潜在的なものを少しずつ良くしていくのがよい」との説明があり、体験者からは「先生の前では自分で信じられないほどポイントと話ができる。自分の考え方のくせもわかり、自分を見つめるのにも良い」との感想も語られた。

閉会后には参加者有志が、くぬぎ野ファームでタケノコ掘りを楽しんだ。

問い合わせは、ラポールの会(電話050・1417・5964)まで。

(赤嶺谷子)



「大収穫!」の声もあがったラポールの会のタケノコ掘り。土浦市乙戸