

# Palette通信

社会福祉法人 広島市南区社会福祉協議会 南区ボランティアセンター  
〒734-8523 広島市南区皆実町一丁目4-46(南区地域福祉センター内)  
TEL (082) 251-0525 FAX (082) 256-0990

E-mail [minami@shakyohiroshima-city.or.jp](mailto:minami@shakyohiroshima-city.or.jp)

## 残暑お見舞い申し上げます。

8月も後半に入り、10月6日のボランティアフェスティバルに向けての準備も佳境に入ってきました。おうちでエアコンにかき氷もいいけれど…、ボランティアサロンでわいわいがやがやお茶菓子ばく★もいいですよ♪パネルやポップを作り替えたり、飾りづくりを手伝ったり。お待ちしております～す！

### 南区ボランティア連絡会研修会のご報告

#### テーマ 怒りのコントロール

7月11日(木)10:00~12:00 南区地域福祉センター大会議室で、メンタルクリニック ラッコリン 院長 中村道彦先生に講演していただきました。前半は「怒り」の理論とその対処法を講義形式で学び、後半は、ある“怒りの場面”を例に、怒りの対処法についてグループで話し合いました。

怒りとうまく付き合うにコツは、自分の“怒りのサイン”に早く気付くこと。そして、

- ①一呼吸おいてリラックス！
- ②思い込みをやめ、結論を急がない。
- ③相手の言い分や立場を考えたあと、
- ④怒りを表現する

だそうです。怒りは自然の感情であり、感情はコントロールできない。怒りでもたらされる行動をコントロールすることが大事であるという先生のお話でした。



次回のボランティア連絡会研修会は平成26年2月ごろの予定です。

2013年夏

# 南区作業所連絡会販売会 inイオン宇品店



イオン宇品店さんご協力のもと、南区作業所連絡会の自主製品販売会が開催されます!

ぜひお立ち寄りください♪

とき 8月31日(土) 11:00~20:00  
9月 1日(日) 11:00~18:00  
ところ イオン宇品店 ①1階エスカレーター横  
②2階グルメテラス

## ★販売場所と内容★

①1階エスカレーター横	②2階グルメテラス
ミルキーハウス、元気工房やる気まんまん ふるーる、広島マック作業所 未来館、トムハウス、みどり作業所	未来館・・・ポップコーン・かき氷販売 ミルキーハウス・・・万華鏡づくり、 ビーズプレスづくり体験 ふるーる・・・ネイルアート

## 平成25年度 がん講演会

### 「知って損はない がんの話」



なぜがんになるのか、がんは遺伝するのか…。  
がんについて、知らないことも  
多いかと思います。ご自身の、ご家族の  
ために、知ってください!

【日時】 平成25年10月8日(火) 13:00~15:00  
【場所】 南区地域福祉センター 4階 大会議室  
(南区皆実町1-4-46 南区役所別館)  
【講師】 県立広島病院 消化器・乳腺・移植外科  
医師 板本 敏行 先生

※要申込  
(先着100名)

<申込み・問合せ先>  
広島市南保健センター(健康長寿課)  
TEL: 082-250-4108  
FAX: 082-254-9184

# 緩和ケア病棟ボランティア養成講座

## 参加者募集

がん医療における緩和ケアとは、がんに伴う体と心の痛みを和らげ、生活やその人らしさを大切に考える考え方です。

がん患者さんや家族は、がんと診断されたとき、治療の経過、あるいは再発や転移がわかったときなどのさまざまな場面でつらさやストレスを感じます。緩和ケアでは患者さんと家族が自分らしく過ごせるように、医学的な側面に限らず、いろいろな場面で幅広い対応をしていきます。緩和ケア病棟で活動して下さるボランティアさんを募集します。

開催日	内容	講師
10月12日 (土)	【講義】 緩和ケアボランティアをはじめるとあって	広島・ホスピスケアをすすめる会代表 広島県地域包括推進センター主幹 石口 房子 さん
10月26日 (土)	【講義】 がんの基礎知識と緩和ケア概論	シムラ病院 院長・緩和ケア病棟医長 医師 岩田 尚士 さん
	緩和ケア病棟について	シムラ病院ケア病棟主任 看護師 山崎 真由美 さん
11月17日 (日)	がん患者と家族への支援のあり方	訪問看護ステーション・ピース所長 がん看護専門看護師 浜本 千春 さん
11月23日 (土)	ロールプレイによる演習  演習終了後、懇親会	シムラ病院緩和ケア病棟副主任 がん看護専門看護師 岸野 恵 さん

【時間】 すべて 14:00~16:00

【場所】 シムラ病院 会議室

【定員】 30名 【受講料】 2,000円

【対象】 緩和ケア病棟でボランティア活動を希望される  
一般市民の方で、

- ①高校生以上
- ②ご家族が亡くなられてから1年以上経過している
- ③原則として全過程出席可能な方に限ります。



【申込】 講座事務局 広島市中区舟入町3-13 シムラ病院  
ボランティアコーディネーター  
加太(かぶと)孝子さんまで! TEL. 082-294-5151

# 「今じゃろ！地域の輪」

バザー物品の提供をお願いいたします！！

★ご提供いただきたいもの★

石けん、タオル、食器、寝具、日用雑貨、  
手づくり品(手芸品)などで未使用の物

食料品、古着、図書はご遠慮ください。バザー物品は、  
恐れ入りますが、**9月13日(金)まで**に  
南区社会福祉協議会までお持込みください m(\_ \_)m

募集締切  
9/27(金)

ボランティア募集!

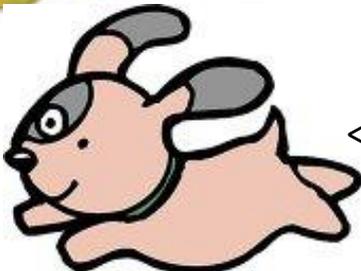
## 活動時間

一日	9:00~16:00
午前	9:00~12:30
午後	12:30~16:00

## お願いしたい活動

- |             |               |
|-------------|---------------|
| ① 軽食コーナー    | (うどん・焼きそばの販売) |
| ② バザーコーナー   | (販売補助・物品陳列など) |
| ③ 作業所等のコーナー | (販売補助など)      |
| ④ 受付・案内     | (パンフレット配布など)  |

南区ボランティアアフエスデイバル



<お申し込み先>

南区社会福祉協議会

Tel(082)251-0525

Fax(082)256-0990

担当:菅野 かんの