pal★system

ささえあい・学びあい・たすけあう

パルシステム共済連通信
～びぃあらいぶ～

発行元
パルシステム共済生活協同組合連合会 管理部

2019年
11月1回号
次回は1月2回です
（12/23～27配付）
特集テーマ
「老後のお金」

がんに寄り添う

病院でも自宅でもない、もうひとつの居場所
マギーズ東京

もし自分や家族が
「がん」と診断されたら、
とまどいや不安を抱えながら
日々の暮らしや治療に
向き合う人も多いでしょう。
がんによってとまどったり
孤独を感じたりした人が、
気軽に訪れて安心して過ごせ、
自分に必要なさまざまな
サポートを見つけられる場所が
「マギーズ東京」です。

気軽に訪れ、安心して話せる

マギーズ東京はがんに関わる人ならだれでも利用できる施設です。予約なしで自由に訪れることができ、利用料も無料。中ではお茶を飲んだり、本を読んだり、ゆったりと過ごすことができます。また、医療知識のある看護師や心理士が常駐しているので、「病院でも家庭でも話せないこと」を話せたり、いまの自分に必要なサポートを見つけることもできます。
マギーズではセンターを建てる際の「建築概要」が定められています。マギーズ東京もそれに沿って設計・建築され、とても落ち着く心地よい空間になっています。

英国発祥の、がんに関わるひとをケアするセンター

マギーズ東京は、マギーズ国際ネットワークの一員として運営されています。
がんに悩む本人・家族・友人のための空間として1996年にイギリスで生まれた「マギーズキャンサーケアリングセンター」は、現在イギリス国内約20カ所のほか、香港やオーストラリアにも広がっています。日本でも「マギーズセンターのような場所が必要」と感じた多くの人の願いが形になり、2016年、東京・豊洲にオープンしました。

マギーズ東京はチャリティーで運営されています。
直接の寄付だけでなく、マギーズ東京機関誌『HUG』やマギーズグッズの購入などでも支援できます。詳しくはマギーズ東京のホームページをご覧ください。
http://maggiestokyo.org/
オープン日時／月～金（祝日除く）の
10：00～16：00
東京都江東区豊洲6-4-18
Tel.03-3520-9913

「マギーズ東京」についてもっと詳しく知りたい方は、10月21日公開のパルシステムの情報メディア「KOKOCARA」をぜひご覧ください。
https://kokocara.pal-system.co.jp/ パルシステム　KOKOCARA 検索

がんに寄り添う

たすけあい活動助成金イベント

マギーズ東京見学会

（パルシステム東京）

パルシステム東京では、ピンクリボン活動の一環として、2019年7月にマギーズ東京の見学会を実施しました。

当日は23名の方が参加。まず、マギーズ東京のキャンサーサポートスペシャリスト・岩城さんから、センターの概要やマギーズセンターの担っていること、病院でも自宅でもない「第3の居場所」の必要性などについて説明を受け、施設内を見て回りました。

見学後は希望者が2グループに分かれて、参加した理由や感想などを語り合う時間も用意。マギーズ東京のスタッフも交え、さまざまな立場の方がそれぞれの思いや感想を共有しあいました。

たすけあい活動助成金

パルシステムの組合員が地域で行うたすけあい活動、子育て支援活動、健康維持活動、ライフプランニング活動を資金面で支援するパルシステム共済連独自の助成金制度。

参加された方の感想

がんになった友人が、マギーズ東京がオープンする前からマギーズが日本にできるという情報をキャッチしていて、治療が落ち着いてセンターがオープンしたらぜひ行きたいと言っていました。残念ながら友人はここへ来ることが叶いませんでしたが、私自身ががんである友人としっかり向き合えなかったと後悔する部分もあり、ぜひ訪れてみたい！　と思い参加しました。
環境も建物も、思っていた以上に素敵な場所で感動しました。また時間をみつけてうかがいたいと思っています。

井澤 博美さん

鈴木 佳余子さん

がんって、どんな方にも、私や家族にも訪れる可能性がある病気だと感じているので、マギーズ東京には興味がありました。なので、パルシステムで見学会のお知らせを見たときは飛びつきました（笑）
「自分らしくいられる環境」ってどういう所だろう…と思っていましたが、医療や介護の施設らしくないところ、心がオープンになる環境というのはこういう場所なんだと、実際に訪れてみて実感できたので、参加してよかったです。

環境が大切ということがわかってよかったです。落ち着いた雰囲気で、また来てみたいと思える場所です。

病院にも家族にも友だちにも話せないことを聞いてもらえる場所を必要としている人が多いことに、あらためて気づかされました。

次回はがんと闘っている友人と一緒に来たいと思います。

がんで行き詰っている方がいたら紹介させていただきたい。
また、自分や家族にもいつか役に立つと思います。

「私の場所」の必要性をすごく感じました。
環境とヒューマンサポートの重要性、ときに“私のなかにある答えに気づいてもらえるようにアシストする”という言葉が胸に残りました。

パルシステムでも
がんに関する学習会を
開催・支援しています

学習会「乳がん 他人事ではない病気です」
(パルシステム埼玉)

埼玉県草加地区で開催された乳がん学習会に、パルシステム埼玉のLPA(ライフプランアドバイザー)※が、乳がん経験者の元看護師さんとともに講師として参加しました。

パソコンなどで簡単に病気に関するさまざまな情報が手に入る現代。講師2人からは「その情報は自分にとって有益なものなのか」と一度立ち止まって考えることの大切さ、情報に振り回されない大切さについての話がありました。

パルシステムはこれからも、組合員向け学習会だけでなく、地域の方々の学びの場への参加・支援も行っていきたいと考えています。

※LPAとは
生協の全国組織である日本コープ共済連が実施する「LPA養成セミナー」を修了・合格した組合員。
またはFP2級以上のファイナンシャル・プランナー資格を自ら取得し一定の研修課程を修了した組合員。

＼2019特別連載

日頃の備えで**防災・減災** Vol.4

地震発生! 7日間を生きのびる
～災害時に役立つ「知恵と技」～

パワーズのメンバーが持ち歩くポーチの中には、
いざというときに役立つものがいっぱい。

パワーズ便利ポーチ

- ☐ 懐中電灯(小型のLEDがおすすめ)
- ☐ ハサミ
- ☐ 手ぬぐい(傷の保護や止血にも)
- ☐ 耳栓(避難所での安眠に)
- ☐ マスク
- ☐ 飴・スティック状の砂糖(エネルギー補給用)
- ☐ 予備の電池
- ☐ 裁縫セット
- ☐ 歯ブラシセット(災害時のオーラルケアは重要)
- ☐ 爪切り(手では開けられないものにも)
- ☐ ライター
- ☐ 笛
- ☐ ビニール袋
- ☐ 携帯電話充電器(電池やソーラータイプを)
- ☐ 乳液＆リップクリーム(使い慣れたものを小分けで)
- ☐ 手鏡

ワンポイント

このほかに、外出時には500ml入りの水を用意。また、お薬手帳の写しなど個人の生活に役立つものをプラスしてください。

2018年は地震・台風などが多く発生しました。そんな大きな自然災害に対して日頃からできることを中心に、防災・減災に関する情報を6回連続でお届けします。
情報は女性防災クラブ平塚パワーズ発行の「防災 減災 パワーズブック」から抜粋してご紹介しています。

●女性防災クラブ平塚パワーズ
平成8年、神奈川県平塚市で結成されたボランティア団体。防災知識・技術の向上を目指し、地域の防災訓練への参加や各種イベントでの防災啓発など、女性のパワーを生かした防災活動を行っています。