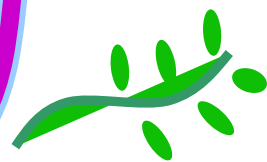


# すずかけサロンだより



サロンは **7月7日** から再開です

新型コロナウイルスの影響で、3月からサロンはお休みしていますが、7月から再開します。患者支援棟がオープンして新しいすずかけサロン室で、みなさんをお迎えます！当面は、15時から16時に時間を短縮してのオープンですが、久しぶりにお会いするのが、今から楽しみです。自粛生活中の過ごし方や「新しい生活様式」についてなど、いろいろなお話がしたいですね。参加される方は、マスクの着用にご協力ください。

治療中の方も来られますので、37.5度以上の発熱がある方、体調不良の方の参加はご遠慮ください。



## ～堀先生の勉強会～

毎月第3火曜日のサロンは堀先生のミニ勉強会を行っています。痛みのことから、最近のトピックスなど、堀先生ならではの解説が聞けたり、疑問にも答えてもらえます。今回は、7月21日 16時から。テーマは「腸内細菌」です。ぜひご参加ください。堀先生から、みなさんへコメントをいただきました。

腸内細菌と共存、ウイルスも

疼痛緩和診療科 堀 真也先生

コロナウイルスが浸透し、コロナと共存の時代になりました。私たちの腸の中には腸内細菌が100兆(人の細胞は数十兆個)も生息しており、私たちと共存しています。細菌にとっては住みかたエサが供給され、私たちも栄養素の分解や合成、免疫力のアップ、感染症の予防等の利益を得ています。詳しいことはまたすずかけサロンの勉強会でお話したいと思います。

自然の中で私たちも、細菌も、そしてウイルスも共存しています。私たちの腸内細菌も1500万年以上前から世代を超えて受け継がれたものと考えられています。今回のような重症ウイルス性肺炎も100年に一度の頻度で少なくとも数十万年前から、発生しては収束することを繰り返しています。

共存をテーマにいろいろと考えてみてはいかがでしょうか。

腸内細菌について、最近よく聞きますが、腸内細菌により腸内環境についても詳しく知りたいです。次回の勉強会が待ち遠しいですね。

## ～がん川柳、募集しています～

10月のピンクリボン運動の展示に向けて、がん川柳を募集しています。サロンだよりでも皆様にご紹介します。がん相談支援センターまでお持ちいただくか、メールでぜひご応募ください。みなさまからの一句をお待ちしております。

応募先:がん相談支援センター Mail: [chiiren-k@pref.tottori.lg.jp](mailto:chiiren-k@pref.tottori.lg.jp)

これまでに寄せられた川柳をご紹介します

『願かけは 癌良くなれと 手を合わせ』

『がんとがん 顔付き合わせ 賑やかサロン』



## 7月のサロンの予定

患者支援棟 1階 すずかけサロン

7日(火) 15～16時

21日(火) 15～16時

16時～ 堀先生勉強会



## —編集後記—

先日、西日本でも梅雨入りしました。長雨も数日であがり、真夏が続いています。梅雨の合間なのか、空梅雨(からつゆ)なのか。天気予報とにらめっこが続きますね。いよいよ7月からサロンの再開が決まりました！新しいサロン室でみなさんをお迎えすることができ、うれしいです(#^.^#)(may)