



先日、ある雑誌に医科大学教授のこんな文章が載っていました。

「多忙でストレスの多い生活をしていると免疫力が低下することや、ファーストフードやコンビニ食が免疫力を低下させる傾向にあることはすでに学問的に明らかにされています。

若くて元気な人でも、毎日少なくとも 3000 個以上のがん細胞が体内に発生しています。それにもかかわらず、あまりがんにならないのは、私たちの体内にあるナチュラルキラー（NK）細胞という、生まれながらにがん細胞を退治する細胞がいるからです。体内に 50 億個以上、多い人では 1000 億個も NK 細胞が存在し、日々発生するがん細胞を探し出しては攻撃し破壊してくれています。

野菜、豆類、穀類など植物性食品が NK 細胞を活性化させていることがわかりました。そして笑ったり感動したりして楽しく生活することもストレスを軽減し、NK 細胞の活性を高めていることがわかりました。食事に注意をしてストレスのない楽しい生活が大事です」

がんになることは特別なことではありません。子供たちに「ほほえみ」を忘れずに子ども自身の免疫力を高めてあげましょう。

<第96回 ほほえみの会>

奈良先生をはじめ6人が参加しました。

▽ 7歳の男の子。急性リンパ性白血病。昨年4月入学式の翌日から発熱し具合が悪くなる。近くの医者に見てももらい悪くはないといわれたが症状が変わらないため総合病院で診てもらいすぐにこども病院を紹介された。

入院治療をして今は学校にも行けるようになった。本人は学校に行きたがり行くが、具合が悪くなり途中で学校の先生から電話がかかってくる。5歳の妹も病院に通っており、兄の病気はショックだったが治る病気だと思っている。

次回は 7月13日(日) 11時から 総会 です

ほほえみの会 総会

日時:2003年7月13日(日)11時~13時

場所:新館3階 教室

内容:◎2002年度活動報告・会計報告

◎2003年度役員選出

◎奈良先生のお話

「退院後のよき生活のために」

◎特別講演「小児がん患児の遊び」
~アメリカの病院と日本の病院~

講師 三重大大学付属病院 チャイルドサポート担当

李 永淑さん

李さんは 大阪大学大学院 修了後 三重大付属病院
小児病棟に勤務 ボランティアグループの代表でもある

病気の子供たちはストレスがいっぱい。そんな子供たちの精神的なケアをして前向きに治療する気持ちを持たせるために「遊び」の役割は大きい。どんな遊びを喜び、親はどう接すればいいのか。具体的事例をアメリカの病院との違いも交えお話頂きます。

◎質疑応答

お子様はボランティアの方が面倒を見てください。
軽食も用意してあります。お気軽にご参加ください

ほほえみの会 代表 池田恵一 TEL054-247-9560

E-mailアドレス k_likeda@yahoo.co.jp

ホームページ <http://www.geocities.jp/hohoeminokai/>

※メールアドレスとURLを変更しました