

ご協力いただける方、募集中です！



病院に連れて来られても病棟に入れないきょうだいさんに遊んでもらう活動をしています。

### ボランティアさん

こどもと遊ぶのが好きな方、事務局のお手伝いを一緒にして下さる方、お待ちしております。

小児待合室活動日 毎週月曜日・木曜日、第2土曜日・第4日曜日 午前11時～午後2時

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、変更されることがあります。

### 後援会員さん・ご寄付

この団体の活動は、みなさまの会費とご寄付や助成金で行っています。ご理解とご協力をお願いします。

後援会員…ご入会頂くと「こどものちから通信」をお届けします。

◆個人3,000円/年 ◆団体(1口)10,000円/年

ご寄付…みなさまのあたたかいお気持ちは、きょうだいさんの笑顔を増やす活動に大切に活用させていただきます。

◆〈こどものちから〉の1年は、4月から翌年3月までです(˘\_˘)

### お振込先

郵便振替番号:00170-7-571697

□ 座 名:特定非営利活動法人こどものちから

### お問い合わせ・発行元

「特定非営利活動法人こどものちから」事務局  
〒136-0073 東京都江東区北砂 5-20-18-211  
TEL:080-6867-6135

メールアドレス:[tarumifight@yahoo.co.jp](mailto:tarumifight@yahoo.co.jp)

※独立した事務所がございませんので、ご連絡は上記メールアドレスまでお願いいたします。


Facebook:<https://www.facebook.com/kodomonotikara>

ホームページ:<http://kodomonono-chikara.org/>

〈協力団体〉大原薬品工業株式会社  
株式会社ソフトクリエイティブホールディングス  
クリフォードチャンス法律事務所



来年は卯年。

皆さんが可愛く、飛躍できたらいいなあ～ 

〈制作者 スタッフ・さいとう はるみ〉

No.24 2022.12月発行

たくさんの個人の方々や企業の方々からご寄付を頂きました。いつもお心に留めていただきありがとうございます。  
代表 井上るみ子





お友だちに『笑顔』が届きますように！！

◆開催日時＆開催場所＆参加人数

- ①10月 2日(日) 午後1時～午後5時 協働ステーション中央 19名参加
- ②10月16日(日) 午後1時～午後5時 協働ステーション中央 24名参加
- ③11月 6日(日) 午後1時～午後5時 東京ボランティアセンター 27名参加
- ④11月20日(日) 午後1時～午後5時 協働ステーション中央 25名参加



新型コロナウイルス感染症が世界中で大流行して3年目。病院内での対面活動は、現在も休止のままで。今年も院内のレストランでの交流会も全て中止でした。少しずつ感染対策にも慣れて、スタッフとボランティアでクリスマスカード作成を公的施設をお借りして実施しました。いつものように感染対策を充分にとりながらの4日間でした。のべ95名の参加があり、おかげさまで150枚を超えるすてきなカードができました。



マスクはずして、見せたい笑顔

その中には、4回すべてに参加して下さった方が5名もいらっしゃいました。みなさまのご協力に感謝申し上げます。今年は「スノーボールカード」に挑戦しました。クリスマスシーズンになるとクリスタルボールの中にキラキラの粉雪が漂うスノーボール。いつまでもうっとり眺めてしまいます。それをスタッフの斉藤さんがカードにしてくれました。



見本を見ながら準備を進め、たくさんのボランティアさんとワイワイ・ガヤガヤ。カードにイラストを決めて、スチールリングを貼り、キラキラの粉雪やビーズを入れて、プラ板をのせます。おなじみのクイリングペーパーやパステルアートの他に、今年はカラー筆ペンも使ってみました。

人気のキャラクターを聞いて、印刷してきて下さった方や文房具屋さんを回ってかわいいマスクングテープやシールを購入してきて下さった方もいました。入室するなり「初めてのカード作りで不安なんです。」と言っていたのに、作品作りが始まると夢中になって素敵な作品を作ってくれた方。「今日は、どんなカードにしようかな？」とワクワクしながら参加して下さった方。参加して下さった皆さんは、昨年お友達がカードを開けたときの感想を聞いて、長引くコロナ禍にあっても治療をがんばっているお友達やきょうだいさん達に思いをはせながら、楽しく丁寧にカードを作成していました。一日も早い収束と活動再開とみんなの幸せを願っています。



# 活動報告

新型コロナウイルス感染症対策のため、残念ながら院内での活動は現在も休止中です。

- ◆ 8月27日(土) 公益財団法人日本対がん協会 がんサバイバー・クラブ主催 「団体活動紹介」動画作成
- ◆ 9月 4日(日) 内部研修会、実施
- ◆ 9月11日(日) 子どもを亡くした親の会「ミニ稲村ヶ崎の会」、協力
- ◆ 9月20日(火) 東京おもちゃ美術館主催「あそびのむし」研修会、参加
- ◆ 10月 2日(日) 第1回「クリスマス工場」、スタッフ・ボランティアのみにて実施
- ◆ 10月16日(日) 第2回「クリスマス工場」、スタッフ・ボランティアのみにて実施
- ◆ 10月18日(火) 上智大学「生と死のケアリング・ココキウム」講演
- ◆ 10月26日(水) 難病のこども支援全国ネットワーク主催「プレイリーダー養成講座」講演
- ◆ 11月 6日(日) 第3回「クリスマス工場」、スタッフ・ボランティアのみにて実施
- ◆ 11月20日(日) 第4回「クリスマス工場」、スタッフ・ボランティアのみにて実施
- ◆ 12月16日(金) 通信24号 発行

## 今後の予定

- ◆ 2月5日(日) 「藤田浩子さんのおはなし会」
  - ※時間：午後1時～午後3時
  - ※場所：協働ステーション中央
  - 住所：〒103-0001 東京都中央区日本橋小伝馬町5-1 十思スクウェア2F
  - 最寄駅：東京メトロ日比谷線「小伝馬町駅」、4番出口徒歩3分
  - 申込み：1月29日(日)まで
- ◆ 5月14日(日) 総会
- ◆ 6月16日(金) 通信25号発行

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、変更されることがあります。

1日も早く収束して、また院内での活動が再開され、お友だちにあそんでもらえる日が来ることを祈っております。







活動をご理解・ご支援くださる企業や団体・個人のみなさまからたくさんのご寄付やご協力をいただきありがとうございます。

- ◆グリフォードチャンス法律事務所さま(イギリス本社の皆さま)  
頂いた活動資金は、待合室活動や交流会イベント活動の運営費として活用させていただきます。
- ◆森のライフスタイル研究所さま  
いつもカリンバを中継してくださってありがとうございます。
- ◆焼津おもちゃ美術館、楠慎也さま  
テレイドスコープ(万華鏡)をいただきました。  
さっそく小児科病棟のお友だちにプレゼントさせて頂きました。
- ◆難病のこども支援全国ネットワーク、荻須洋子さま  
たくさんのビーズをいただきました。  
クリスマスカード(スノードームカード)作りに利用させていただきました。
- ◆ソフトクリエイティブホールディングス株式会社さま  
頂いた活動資金は、待合室活動や交流会イベント活動の運営費として活用させていただきます。

### 公益財団法人日本対がん協会 がんサバイバー・クラブ主催 「がんサバイバー支援活動団体紹介」動画作成



8月27日(土)公益財団法人日本対がん協会にて「活動団体紹介」動画作成をさせていただきました。がんサバイバー・クラブの今年度の活動として、『『全国のがん患者会・支援団体を紹介していこう！いろいろな人に知ってもらおう！』という情報発信の企画』でした。

お声がけくださったがんサバイバー・クラブの濱島明美さんは、こどものちからの活動を開始してからずっと私達を支えてくださっています。とても素敵なチャンスでしたが、資料はパワーポイントを使って作成するというので、二の足を踏んでいました。濱島さんは優しく温かくご指導くださり、企画の中心でもある横山さんも私達が出来ないところを補足してくださいました。

がんサバイバークラブみなさま、本当にありがとうございます。  
<https://www.gsclub.jp/cssa>  
「キャンサー サバイバー サポート プロジェクト」で見ることが出来ます。



### 「クリスマス工場」に参加された皆さんの感想

- ★このカードを受け取るお子さん達のことを思いながら作りました。「愛をこめて！」作っている作業も楽しくて、幸せな気持ちになりました。
- ★昨年受け取ったカードの感想を聞いて良かったです。毎年カード作りは、とても楽しいです。病院の子ども達、ご家族は本当に日々がんばっていらっしゃることでしょ。何か一つでも続けていきたいです。
- ★病院でお世話になった娘とこうしてボランティアに参加できてとても嬉しく有難いです。
- ★カードを作るのはもちろん楽しかったですが、皆さんとお話するのもすごく貴重な経験で嬉しかったです。
- ★去年はクイリング。今年はスノードームと毎年進化しながら、手作りの良さがある素敵なカード作りに参加できて嬉しいです！
- ★カードをもらう人の笑顔を想像しながら、楽しんで作成出来ました。
- ★ドキドキしながら参加しましたが、とても楽しくカード作りが出来ました。この楽しい気持ちが子ども達に伝わるようなカードになってると嬉しいです。
- ★受け取ってくれる相手がどんな反応をしてくれるか想像しながらカードを作るのはとても楽しかったです。
- ★スノードームのアイデアがとても素敵だと思いました！
- ★皆さんの和気あいあいとした温かい雰囲気も素敵でした…！



### 「もらう側」から「あげる側」へ 下村海音



今年、クリスマス工場に2回参加させていただきました。私自身も数年前にクリスマスカードを買ったことがあり、突然届いたクリスマスプレゼントを開けるワクワク感がとても楽しく嬉しかったことを今でも覚えています。私がクリスマスカードを作っているときは、「自分が欲しい！」と思うくらいワクワクするカードを作っているのだから、以前私へのカードを作ってくれた方もそんな気持ちで作ってくれていたのかなと思うと、とっても嬉しい気持ちでいっぱいになります。私は9年前12歳の時に骨肉腫と診断され、がんセンター中央病院に入院していた頃に「こどものちから」に出会いました。入院した当時寂しかった病棟の待合室がだんだん楽しく賑やかになっていったことがとても印象に残っています。元気になった今、闘病中の私のようなこどもたちやきょうだいさんたちに同じような嬉しさを自分で届けたいと思うようになりました。カードを受け取ったこどもたちにも私の嬉しい気持ちが伝わってほしいな～と思います。



2015年12月21日に届いたクリスマスカード

こんなにもたくさんの絵本をご紹介いただきました！

～ 静岡県立こども病院医学図書室 塚田薫代さん ～ から

通信番号	発行月	塚田さんからの副題	絵本名	著者名	出版社
通信6号	2013年12月	ブルーナのやさしい目	ちいさなロッテ	ディック・ブルーナ	講談社
			ぼくのだいじなあおいぶね	ピーター・ジョンズ	偕成社
			ちいさなあかちゃん、こんにちは	リハルト・デレウ マイケル・シーガル	講談社
			子どもによる 子どものための「子どもの権利条約」	小口尚子・福岡結美	小学館
通信7号	2014年6月	そつと背中を押す絵本	パパとあなたの影ぼうし	こんのひとみ	金の星社
			君といたとき、いないとき	ジミー・リャオ	小学館
通信8号	2014年12月	大切なあなたへ	きみのかわりはどこにもない	メロディー・カールソン	いのちのことは社
通信9号	2015年6月	『あ』	『あ』	大槻あかね	福音館
			シャロットとしろいうま	ルース・クラウス	福山房
通信10号	2015年12月	秋の夜長にどうぞ	ここにすむおおかみ インディアンの子供たち	oba・中村光宏HiroEagle 北山耕平	じゃこめてい出版
通信11号	2016年6月	なにげない日常	あさになったのでまどをあけますよ	荒井良二	偕成社
			パツツティーン	谷川俊太郎	好学社
通信12号	2016年12月	ヒネリを効かせた絵本	サカサカぞくの だんながなんだ	宮西達也	ほるぷ出版
通信13号	2017年6月	おもしろい絵本	もう あかん！	岡田よしあ	学研プラス
			おしりをしりたい	鈴木のりたけ	小学館
通信14号	2017年12月	子ども目線の親心	ママ、ぼくのこと すき？ しろくまボロのしんぱい	ジャン・パブティスト・パロニアン	平凡社
			あいているから	マージョリー・ニューマン	評論社
通信15号	2018年6月	たまにはゆつたり	きょうはそらにまるいつき	荒井良二	偕成社
			スーちゃん おやすみなさい	アリーナ・サーナイテ	東洋館出版
通信16号	2018年12月	自分は自分	キリンですけど	高倉浩司	絵本館
			オレ、カエルやめるや	テグ・ベティ	マイクロマガジン
			サイモンは、ねこである	ガリア・バーンスタイン	あすなろ書房
通信17号	2009年6月	やさしいところで	おなじ月をみて	ジミー・リャオ	ブロンズ新社
			君といたとき、いないとき	ジミー・リャオ	小学館
			猫の小児科医ローベルト	木地雅弥子	偕成社
通信18号	2019年12月		なまえのないねこ	竹下文子	小峰書店
			だっこして	エクル・シェラ	佼成出版社
通信19号	2020年6月	不安なところ	ぶんぶんえほんくん	セドリ・クラマディエ	バイインターナショナル
			おこりんぼうのタコさん	ローリー・ライト	ミネルヴァ書房
			だいじょうぶ 自分でできる心配の強い方ワークブック	ドーン・ヒューブナー	明石書店
通信20号	2020年12月	寄り添うところ	だんろのままで	鈴木まもる	教育画劇
			おなじそらのしたで	ブリッタ・テックストラップ	ひさかたチャイルド
通信21号	2021年6月	声に出してあそぼう！	ひのたまのりのまたのひ	伊藤文人	みらいパブリッシング
			おひるのアヒル	中川ひろたか	PHP研究所
			こんにちワニ	中川ひろたか	PHP研究所
			はやくちこばで おでんもおんせん	川北 亮司	くもん出版
通信22号	2021年12月	とらどし	とらのゆめ	タイガー立石	福音館こどものとも傑作集
			トラといっしょに	ダイアン・ホフマイアー	徳間書店
通信23号	2022年6月		きょう、おともだちができたの	得田 之久	童心社
			ゆうたはともだち	きたやま ようこ	あかね書房
			塚田さんからのメッセージ どうしてなの？	フラン・ピンタデーラ	偕成社

内部研修会



9月4日(日)協働ステーション中央にて、「内部研修会」を実施しました。新型コロナウイルスの流行により、病院内での対面活動が休止となり3年目。昨年半年間出来ていたオンラインによる病棟訪問も休止となり9ヶ月。なかなか再開の目処が立たない中、

「こどものちから」がどうして出来たのか？」「目的や注意していること、活動している中でどんなことが起きてきたのか？」などをスタッフやボランティアさんともう一度確認して、今後活かしていこうと研修会を行いました。終了後は、ポリエステル製の折紙を使って「鶴の中の鶴」に挑戦しました。いつもの折紙と違って堅さがあり、少し折りづらいのですが水に浮かべると優雅な感じが素敵！！たくさん折って病棟のお友達にもお届けしました。

- <参加者からの感想>
- 😊 今までしっかり話を聞いたことがなかったので、改めて勉強となりました。
  - 😊 「鶴の中の鶴」作りも楽しかったです。子ども達がもらったら喜ぶし、小学校高学年なら作ることにチャレンジしたいだろうなと思いました。



看護師の立場から提案 常藤文香

「検温お願いします。」と入口で言われる昨今。ご自分の体温がどれくらいか、日常的にわかるようになりました。1° 下がれば30%免疫力が低下すると言われる体温ですが、はたして体温はカラダのどこで作られているのでしょうか？ うーん！と頑張っても体温は上げられませんね。今あなたが食べたもの、それを60兆個の細胞が代謝してエネルギーに変え、熱産生しているのです。その代謝にとっても重要なものが「酵素」です。洗濯に使うもの…？ ちょっと皆さんには聞き慣れないかもしれませんが、いえいえ、消化酵素(唾液、胃液、膵液など)や代謝酵素といって、反応に必要な体の成分で、一生のうち量には限りがあると言われています。疲れ、ストレス、病気、添加物などがあっても消費され、余分に使われてしまうと、正常なエネルギー代謝ができず低体温になります。そこで、外から補う事も必要で、食物酵素を毎食取り入れる事が大切なのです。現代はとかく忙しく半調理品、加工食品が大半ですが、食物酵素は生の野菜や果物に多く含まれています。だるさや眠気がもし食後にあれば、それは酵素の足りない証拠、とも言われます。野生の動物は加熱した食品を食べません。酵素いっぱいのお食事をしているのです。上手に生の切りたて、おろしたての野菜や果物を添えて、体の最大限の体温を維持していきましょう。



9年間18回の絵本紹介は41冊になりました。塚田さん、ありがとうございました。