

## ラポール通信 (第2号)

### 会員のみなさんへ8つのうれしいお知らせ

#### その1 現在会員は44名です！

前回(9月4日)と同じ会員数です。更に活動を盛り上げるため新会員を募集しています。会員募集のちらしを同封しますので、身近にがん体験者やその家族の方がいらっしゃれば是非この会のことを紹介してください。よろしくお願ひします。

#### その2 メンタルセルフヒーリング講座来年の受講生募集開始！

今年の6月～11月に平日クラス4名、土日クラス4名で毎月サイモントン療法のDVDを見ながら途中ワークも交え、恐れ・不安・怒りなどのストレスを自身で癒し、前向きに生きる術を楽しく学びました。受講生の感想文を同封します。

1月から新講座を下記のとおり開催します。参加希望者は同封の参加申込み書に記入の上、料金受取人払封筒(同封)にて切手を貼らずに郵送ください。

- <目的> 自分の生き方・考え方を見直す  
恐れ・不安・怒りなどの否定的な感情を自ら癒す術を学ぶ  
心を平安に保ち明るく前向きに生きる術を学ぶ
- <定員> 平日クラス、休日クラス 各6名
- <日時> 1月～6月の計6回 全員参加できる日時を調整
- <場所> NPO法人緑の風ヘルスサポートジャパン土浦事務所
- <教材費> 2,000円のみ(6回分の合計です)

#### その3 ゲルソン療法料理講習会開催します！

がん患者のための食事療法として有名な『ゲルソン療法』の料理講習会を下記の要領で開催します(詳しくは同封の案内ちらし参照)。参加希望者は同封の参加申込み書に記入の上、料金受取人払封筒(同封)にて切手を貼らずに郵送ください。

- <日時> 平成20年12月20日(土)午前10時～午後13時
- <会場> つくば小野川公民館 1F 調理室
- <講師> 矢澤容子、池末孝子(ゲルソン療法を实践するランチの会)
- <定員> 25名(先着順)
- <参加費> 1,000円(テキスト代、材料費)

## その4 健康生活習慣セミナー（がんと統合医療）を開催します！

健康生活習慣セミナーは『がんと統合医療』のテーマで2回連続して下記の要領で開催します（詳しくは同封の案内ちらし参照）。**参加希望者は同封の参加申込み書に記入の上、料金受取人払封筒（同封）にて切手を貼らずに郵送ください。**

- その1** <日時> 平成21年1月25日（日）午前10時～午後12時  
<会場> つくば小野川公民館 1F 大会議室  
<講師> 野本篤志、矢澤容子（ゲルソン療法を实践するランチの会）
- その2** <日時> 平成21年2月21日（土）午後14時～午後16時  
<会場> 亀城プラザ 4F 第4会議室  
<講師> 野本篤志、がん体験者の方2名

## その5 第1回ラポールサロン（会員交流会）開催しました！

「会員同士が気軽に交流できる場があるといいな」という会員の方からの要望をいただいて10月5日（日）つくば市小野川公民館2階和室にて開催しました。今回はお二人が当日キャンセルされ参加者は5名だけでしたが、お互いの不安や悩みを話し合ったり、お互いの健康法についての情報交換をしたり、予定時間を超えて充実した時間を過ごすことができました。第2回も是非企画したいと考えております。その時にはより多くの会員の方にご参加いただければと思います。

## その6 緑の風蔵書貸出し利用者が増えました！

前回（9月4日）までの貸出し数は20冊でしたが、この2ヶ月だけで35冊貸出し利用がありました。あなたのご利用をお待ちしています。

- <今回の新刊> 超高濃度ビタミンC点滴療法（水上治） 体を守る栄養百点満点の健康法（山田豊文） 医者も知らない亜麻仁パワー（Dラディン）

## その7 9月初旬にNPO 緑の風のホームページを開設しました！

URLアドレスは、<http://npo-midorinokaze.com/>。11月20日現在の閲覧数は484人です。まだご覧になっていない方も是非一度のぞいてみてください。

## その8 嵐の湯の割引利用者が増えました！

前回のラポール通信で紹介してから9名の会員の方に『入浴料金割引許可証』を発行しました。これから入浴を希望される方（がん体験者本人）は、**同封の参加申込み書に記入の上、料金受取人払封筒（同封）にて切手を貼らずに郵送ください。**『入浴料金割引許可証』を郵送します。このカードをつくば嵐の湯の受付に提示いただければ割引サービス（入浴料が半額の1,000円）が受けられます。

上記で紹介したメンタルヘルスヒーリング講座、ゲルソン療法料理講習会、健康生活習慣セミナーの参加またはつくば嵐の湯の利用を希望される方は、同封の参加申込み書に所定事項をご記入の上、料金受取人払い封筒（同封）に入れ、12月3日（水）までに投函ください。 よろしくお願ひします。