



いきいき和歌山がんサポート理事長 谷野裕一

がんになっても いきいきと!

①18 乳がん情報の配信100回超

たことないですが、
いく人はいっちゃん
ますね。正しい情報
を提供しているの
に、変な治療にいく
人は仕方がないのか
も知れませんが、ひ

ます。今週100回
を超えました。慣れ
たので5分前に座っ
てセットアップ。札
幌の講演会の交流会
では、「勧めてくれ
た運動が習慣にな
り、体調がいいで
す」とおっしゃる再
発乳がんで抗がん剤
治療中の方や、術後
のホルモン治療中
の方がいて、すごく
うれしかったです。頑
張って続けます！
きょうは、ひろゆ
きさんのユー・チュ
ーブでの話。30代
の人がSNSで知り合
った外国人に200
万円だまし取られた
話。頭が悪くて欲深
いからだまされる。
自分もだまされた。
でも、そのあとはだ
まされなくなった。
若い頃にだまされる
のは悪いことではな
くて、むしろ経験と
して生かせば200
万円は安い。60歳で
退職金の1千万、2
千万をすると取り戻
せない。若い時の失
敗は大切。
がん治療の情報な
ども同じだけれど、
こんな言い方はでき
ないなあ…(笑)。冷
静になれば、おかし
い、だまされている
って分かるけど、が
ん治療では焦って、
不安なので、数百万
円もする変な治療に
引っかけられてしま
う。変な治療にいっ
て良くなった人は見

朝晩、涼しくなっ
てきました。運動に
は最適！ 病院には
たくさんの高齢の患
者さんが来ます。90
歳ともなると歩ける
かどうかという患者
さんが多いです。看
護師さんは、わりと
歩けてますねと言っ
のですが、歩けない
と自分で何もできな
い。がんみたいに生
死には関わりません
が、思ったように動
けることは、高齢者
にとっては重要で
す。高齢者予備軍の
皆さん、今から運動
を始めましょう！
平日毎朝7時「朝
活健康ラジオ」をユ
ー・チューブでやっ
ています。乳がん情
報ですが、運動のこ
とや生活のことをダ
ラダラしゃべってい

ろゆきさんみたいに
どぎつ／＼言う方が良
いのかなと思ったり
しました。炎上する
と怖いので、そこま
ではやりませんけど
ね(笑)。

先日はキャリアコ
ンサルタントの山本
桂子さん (https://
okaic.com/) と夜

にコラボライブをし
ました。和歌山の方
で、今までやってき
たコンサル技術を使
って、乳がん患者さ
んの自己実現のお手
伝いをしたい。実
は、谷野村和歌山合

宿といつのを企画し
ていて、乳がん患者
さんの自己実現のた
めの学習会を行いま
す。北海道、大阪か
ら2名ずつ、東京、
栃木、高知から来ら
れます。山本さんも

参加されます。楽し
みです。

またぜひ皆さん、
僕のユー・チューブ
チャンネル、ホーム
ページを見てくださ
い。よろしくお願
いいたします。

谷野メディカルア
ソシエイツ 代表
公立那賀病院乳腺
外科 非常勤医師
谷野裕一
ホームページに
セカンドオピニオ

ン、講演会などの
情報を掲載してい
ます。



https://www.breastlife.com