

## 令和8年度活動日

日程	内容
5月8日(金)	定例会
6月	親睦会
7月	大塚先生の勉強会※1
9月11日(金)	定例会
10月9日(金)	定例会
10月	ピンクリボン※2
12月11日(金)	学習会
令和9年1月	新年会
2月12日(金)	体験者交流会

■時間:午後1時~3時

■場所:千住保健センター  
(年会費:無料)

※1 大塚先生は大塚プレストケアクリニックの院長です。

※2 ピンクリボンあだち実行委員会が開催する講演会です。  
他の会場で開催となります。

いつでも新しい仲間の  
参加をお待ちしています!

## たんぽぽの会 (足立区乳がん体験者の会)

問合せ

千住保健センター 地域保健係

足立区千住仲町18-7

令和8年3月23日から上記へ移転

TEL 3888-4278

FAX 3888-5396

移  
転  
先



令和8年度

足立区乳がん体験者の会

# たんぽぽの会



## ピンクリボン ご存知ですか?

乳がんの早期発見・早期診断・早期治療  
の大切さを伝えるシンボルマークです。



<毎年10月は「ピンクリボン月間」です>



## \* たんぽぽの会 \*

乳がん体験者が定期的に集い、病気のハンディを乗り越え、前向きに輝いて生きるため、お互いの体験・悩み・日ごろ工夫していることなどの情報交換をしています。

さらに正しい知識を身につけ、病気の理解を深めるため、専門職をお招きして様々な勉強会を行なっています。

また、自分たちの体験を生かし、自分たちでできることを考えて、乳がん予防の活動を区内で展開しています。

一人で悩み暗く過ごしていた時期もありましたが、「たんぽぽの会」と出会い、悩みを聞いてもらったり、また病気以外の話で盛り上がったり…今では暗かった自分がうそのようです。一歩前に歩き出して「たんぽぽ」に来てよかった。

一人で心配したり悩んでいた病気について、体験した皆さんのお話などが参考になるので集まりが楽しみです。

私達は乳がんなんかには負けていません。

ひとりで悩まず、心の悩みを仲間の皆さんと一緒に悩みませんか。

心の道案内でした。

どんな話でもできる会。

同じ病気をした方同士、いろんな話ことができました。不安いっぱいのが気持ちでしたが、皆様にはげまされてとても元気が出ました。すばらしい会だと思います。

### <活動内容>

- ♪おしゃべり会 情報交換など
- ♪勉強会 乳がんについて  
健康管理について
- ♪食事会
- ♪乳がん予防普及啓発活動  
ピンクリボンあだち講演会

不安になることがあっても、皆で話し合いお話を聞くことで納得できたり安心したりしています。

病気に負けず明るく暮らせるように願っている私にとって、大切な大事な会です。

青天の霹靂（へきれき）で突然乳がんの手術をして、なんの知識もなく、これからどうなるのかと心配していた頃、たんぽぽの会という患者会を知り、出席してみて、同じ人ばかりの会で、話を聞いているだけで安心し、今日まで出席させていただいている会となっています。

