

チアーズスタイルマガジン

No.19

May/2020

【特集】

免疫について

— 予防医学の知恵シリーズ —

(衣装協力 マダム・トランタン)



自分自身の特性を知って 「取扱説明書」を作ること

チアーズプラス vol.19 アズ直子さん



【チアーズスタイル公式サイト】
<http://8p-cheers.com>

おすすめ記事や最新イベント情報
など随時更新中!



※広告の企画・制作のガイドラインについて: 景品表示法、著作権法、肖像権・パブリシティ権、医療法における医療・健康に関する広告規制についての基本的考え方に沿って、広告の企画・制作を行っております。客観性・正確性を確保し得る事項については留意しながら広告事項として出来る限り幅広く認める方針としています。詳しくはHP (<http://8p-cheers.com>) でご確認ください。



チアーズスタイル公式YouTubeチャンネル

チアーズスタイルTV

チアーズスタイルTVは、「女性の不安や悩みをハッピーにかえよう!」をスローガンに、情報格差のない社会を目指して、女性の笑顔とこどもの未来を応援するチャンネルです。

とっておきの最新医療情報や目からウロコの健康情報まで、さまざまなためになる、面白い動画を配信していきます。
ぜひ、チャンネル登録よろしくお願ひいたします!



YouTube
チャンネルは
こちらから!



チアーズスタイルTV オンラインサロン

チアーズスタイルTVでは、インターネットを通じて専門家とつながり、健康や生活に関する様々なことが学べるオンラインサロンを開設いたしました!

●チアーズスタイル友の会のサロン

美容・健康分野の情報リテラシーを学びたい方向け。
専門家とつながり、確かな知識を学べます。
美容・健康分野のお仕事をしている方向け。
伝えたい人に届く情報発信・集客やブランディングについて学べます。(個別指導あり)



●教育ママと教養ママサロン

子どもの能力を高めたいママのためのなんでも相談室。
ママと子どもの未来を応援するオンラインサロンです。



お申し込みはこちらから! ▶

仕事に人生に前向きに
チャレンジする
女性にフォーカス

**チアーズ
PLUS**

チアーズプラス

ハンディを乗り越えるために必要なのは、 自分自身の特性を知って「取扱説明書」を作ること

対する正しい理解を広げるために講演活動も行っていきます。

—お仕事について教えて ください—

ネットショップを利用した通信販売やセミナー事業、出版や講演会を行っています。ネットショップでは、植物療法（アロマ、ハーブ、フラワーエッセンス）を使った心のケアに関する商品を紹介しています。多くの場合、体調が悪くなるのは病院が閉まっている時間帯です。自宅で対処できるホームケアということ喜事ばれています。また自分自身が発達障がい者ということで発達障がい

—植物療法に関わるきっかけは？—

自分自身の不調がきっかけです。24歳の時の義母の介護疲れから、心身共に疲れ気分が晴れず憂鬱状態が続きました。病院特有の匂いが苦手でしたが、消毒の匂いをオレンジの香りのアロマを使って和らげることができたことで、植物療法に大変興味を持ちました。



アスペルガー症候群と分かってから、これまでの苦労や悩みが解決したという書籍が反響を呼び、全国ネットでテレビ放送されました

分の心を客観視して落ち着ける手段として使われていることを知りました。この面白い発見は、更へのめり込む大きなきっかけでした。植物療法は知れば知るほど奥が深く、今では仕事として多くの方に提案しています。

—お仕事の様子が、苦 労などは？—

お客様からの気持ちがお客様からという喜びの声が一番嬉しです。仕事のやりがいはあるのですが、実は社長の仕事で苦手で（笑）。「ちゃんとしないさい」の「ちゃんと」が苦手なんです。

—ストレス解消法、健康 維持は？—

集中したら別のことをすることで切り換えるこ



発達障がい当事者としての体験や対策、また経営者、育児経験者としての視点も合わせ講演を行っています

—女性へのメッセージ—

女性には頑張り屋さんですごく素敵な方が多いと思います。ぜひ自分らしく「続けること」に取り組んでほしいと思います。もう少し続けると自分のなりたいたいことややりたいことが出来るのに、その前で止めてしまう。うまくいく・ためのジャッジをする手前で折れてしま

まうのはもったいないので頑張つて続けて欲しいです。発達障がい者の方にも言えることなのですが、自分の「取扱説明書」や「生活上のルール」を持つておくことで生きていくようになりますよ。これは、発達障がいのお子さんに対して同じことが言えます。自分の特性を知つて自分らしく生きてほしいですね。



ママ友として知り合ってから、植物療法などを今でも学ばせてもらっています

自分の特徴・個性と付き合いながら、お仕事を通じて必要な人に必要な情報と優しさを届けるアズ直子さん。益々のご活躍を応援しています。

インタビュー記事はチアーズスタイル公式サイト (<http://8p-cheers.com>) からご覧いただけます。



アズ 直子

【プロフィール】有限会社アズ代表取締役。一般社団法人マスターセラピストトレーニング協会代表理事。2009年に、「ADD(注意欠陥障害)の傾向の強いアスペルガー症候群」と診断を受け、これまでの生きづらさの原因が判明。その後、様々な工夫や対処を行い人生が好転したことから、大人の発達障がいの当事者として書籍を出版。現在、会社経営の他、全国の小中学校、教員研修、障がい者関係施設などで講演を行う。有限会社アズ <http://asnaoko.com/>

チアーズスタイルTVで配信中!

YouTubeへ
アクセス!

<https://www.youtube.com/c/cheersstyleTV>



チアーズスタイルTVでは、アズ直子さんのインタビュー動画がYoutubeで視聴できますよ!ぜひご覧ください!



特集

— 予防医学の知恵シリーズ —

免疫について

免疫とは

私たちの体には、外から侵入してきたウイルスや細菌を常に監視し撃退する「自己防衛システム」が備わっていて、この働きにより風邪やインフルエンザなどにことなく生活できます。

まずウイルスが体の中に入った時、最初に働くのがナチュラルキラー細胞（NK細胞）です。この細胞が活性化している人は風邪になりにくく、逆に活性が落ちていると風邪をひきやすくなります。そ

して、時間が経つてから働くのがキラーT細胞（CTL細胞）です。こういった細胞がウイルス除去に非常に重要な働きをします。そして、これらの免疫細胞の活性を上げることが簡単ではないので、どれだけ活性を下げないかということが大変重要で

免疫の活性が低いと重症化しやすい

新型コロナウイルスの場合、高齢者や基礎疾患のある方が重症化しやすいのは免疫が低いからです。また、若いから大丈夫とい

新型コロナウイルスが世界中で蔓延し、大混乱を招いていますが、私たちが持つ「免疫」について久留米大学先端癌治療研究センター 所長・山田亮教授にお話し頂きました。

うのは大きな間違いで、若い人でも感染し、免疫が低いと高齢者と同様に重症化しやすくなります。原因は、睡眠不足や過労、ストレスが溜まっていて、免疫自体が弱って免疫活性が下がってしまうからです。十分な栄養と休息、睡眠をとることが重要なのですが、家でゴロゴロしていればいかとうとそれは違います。免疫系には適度な緊張が必要で、我々が怠けると免疫も怠けてしまいます。

そんな状況で私たちに出ることは、まずはウイルスを体内に入れない為に手洗いやうがい、特に食事をするときには口からウイルスが入るので洗剤による手洗いや消毒が重要です。そして体内に入ったウイルスから体を守るためには、日頃から自分自身の免疫活性を下げないことです。私たちがやるべきことは、「自分の体は自分で守る」という意識を持ち、免疫活性を下げない日々の生活を心掛けましょう。

免疫活性を下げないポイント

- 1 7～8時間の適度な睡眠、それ以上の睡眠はあまり良くない。
- 2 規則正しい生活。
- 3 ストレスや疲労、体の冷え。
- 4 生姜や温かいものを食べ、体を中から温める。栄養バランスの取れた食事。
- 5 NK細胞は、笑うと活性化するとされているので笑いも重要。気持ちが落ち込むと免疫を抑制するステロイドホルモンが出るので、NK細胞の活性も落ちます。昔から「病は気から」と言われている通り、神経系と免疫系は密接に関係しています。
- 6 腸内環境を整える。腸内環境は、風邪やインフルエンザだけでなくがんにおいても関係があることが分かっています。ピフィズ菌がある程度定着していると免疫系が上がります。がん治療で使用する免疫チェックポイント阻害剤の効果も、動物実験ではピフィズ菌を摂取するより効果が高くなる事が分かっています。

チアーズスタイルTV

緊急特番！新型コロナウイルス感染症

私たちができる予防法、感染予防に大切な免疫力について、山田教授のインタビュー動画が視聴できます。



特集記事はチアーズスタイル公式サイト (<http://8p-chers.com>) からご覧いただけます。



【監修】久留米大学 先端癌治療研究センター 所長・教授 山田亮先生

医療ボランティアに参加しませんか？

当センターでは、参加条件に当てはまる方を対象に新規医薬品、ジェネリック医薬品、健康食品開発のための臨床試験をご案内します。

感染症を予防するワクチンモニター

20歳以上の男女

を対象とした通院型臨床試験

参加基準

- 20～75歳までの日本人男女
- 普段お薬を使用していない健康な方
- ※その他条件あり。詳細はお問い合わせください。

ボランティアに参加する前に

50歳以上の男女

を対象とした無料の健康診断

参加基準

- 50～75歳までの日本人男女
- 医療ボランティアに参加したい方

仮予約受付中

日程が決まり次第、仮予約をした方から優先してご案内いたします。



お問い合わせ先



UNICS 臨床薬理センター
☎0120-927-637

【電話受付時間】

平日・土曜9:00～17:00(日曜日除く)

健康モニター

LINE@



「納得と感動の問題解決!」
これが私の目指す弁護士像です!



弁護士
三隅珠代
先生の

トラブル解決 Q&A

【コロナ解雇編】

三隅珠代法律事務所【相談料:30分 3,300円(税込)】
三隅珠代 (みすみたまよ) TEL.092-724-4237
福岡市中央区大名2-2-1 MIKIビル4階 http://misumi-tamayo.com



電話相談も
受け付けています。

Q 職場から、新型コロナウイルスの影響で、仕事がないから解雇しますと言われました。解雇は認められるのですか?

A 新型コロナウイルスの影響だからといって解雇が無条件に認められるというわけではありません。整理解雇は次の4要件によって判断されます。(1)人員削減は本当に必要なのか(2)解雇を回避するための努力を尽くしたか(3)解雇される対象者が合理的に選ばれているか(4)説明や協議を尽くしているか
今回のコロナウイルス問題で、企業が解雇を回避するためになすべき努力の一つとして挙げられるのが、厚生労働省の雇用調整助成金の特例措置です。この制度を使わず、あるいは制度の利用を検討せずに、コロナウイルス問題を理由として解雇をした場合、無効と判断される可能性があります。その他、解雇とは言われなくても、「自宅待機してください。その間、給料はありません。」と言われた方もいらっしゃると思います。この場合も、雇用主に、雇用調整助成金制度を利用して休業手当を支払ってもらおうように言ってみましょう。
他にも、コロナウイルスによる影響で様々なお悩みを抱えていらっしゃる方が多いと思います。是非、弁護士にご相談ください。

チア-ズスタイル TV

全国の小中学校は休校、イベントが次々に自粛されたりするなど、あらゆる業界で影響が出てきた新型コロナウイルス感染症。考えられるトラブルについて、三隅珠代先生のインタビュー動画が視聴できます。



「香り」で健康 はじめてみませんか?

- 消臭・除菌
- 森林浴気分
リラックス
- 天然成分
100%
- 医学博士と
開発

「休香」はルームスプレーとして、ご家族みなさんで利用できるオーガニックな製品です。

- [300ml] 4,500円(税抜)
- [150ml] 2,500円(税抜)
- [60ml] 1,200円(税抜)

ご購入はこちら!

チアーズストア 休香 検索



私の健康法



鳥村 孝子様

[NPO法人ハッピーママくらぶ 理事長]

特に特別なことをしている訳ではありませんが、心がけているのは、できるだけ手作りで、野菜、魚、肉、乳製品を偏りなくバランスの良い食事を取ること、食事はなるべく3度きちんと取ることです。

あまり特別なことをしても長続きしません。

ですから、この基本を継続することが私にとって1番の健康法だと思っています。

【ハッピーママくらぶ】食育・子育て支援・発達障がい児の認知のための人の輪づくりを通じた活動を行っています。



ポータブル水素ガス吸引具 KENCOS[®] が 『体調改善機器』に認定されました。

体調改善機器認定製品とは

体調改善機器認定製品とは、人の健康・美容の増進、QOL(生活の質)の向上を目的とする機械器具などで、一般社団法人日本ホームヘルス機器協会が認定したものを指します。

【評価審査報告】

携帯型水素吸引具であり、本体より発生する水素ガスをいつでもどこでも手軽に吸引することで、心身のフレッシュをサポートできることは体調改善の目的に資すること、並びに使用時の安全性と製品の品質保証が認められることから体調改善機器として認定する。



ようこそ、
未来のわたし



フィギュアスケート
本田真凜選手

第20回日本健康支援学会年次学術大会、第19回日本抗加齢医学総会など各種学会で研究結果を発表 / 自治体や研究機関と共同で取り組みを実施

株式会社 アクアバンク

大阪市中央区博労町1-8-15

☎0120-901-092

【受付時間】
9:30~18:00(日・祝除く)

《研究結果はアクアバンクHPにて公開中》
<https://www.aqua-bank.co.jp>

ケンコス

ご購入は
こちらから



医療セミナー『カフェで学ぼうがんのこと』

報告

【第91回】2020年2月19日(水)
「子宮体がんと妊孕性(にんようせい)温存の可能性について」
講師:久留米大学医学部産婦人科学講座
講師 津田 尚武先生

【第92回】2020年3月18日(水)
「がん治療におけるアピランスケアの重要性」
講師:久留米大学病院腫瘍センター
(がん相談支援センター)
看護師・がん専門相談員 廣畑 紀世先生

【第93回】2020年4月21日(火)
「リンパ浮腫」
講師:医療法人にゆうわ会及川病院
緩和ケア病棟師長・看護師 上馬庭 昌恵先生

開催予定

日時:2020年5月15日(金) 15:30～
「がん免疫療法の最新情報」
講師:久留米大学先端癌治療センター
所長・教授 山田 亮先生

日時:2020年6月18日(木) 15:30～
「紫外線と皮膚がん」
講師:医療法人ホームケア よつばの杜クリニック
院長 伊藤 さおり先生

開催予定のお申し込みや レポート記事の閲覧ができます!

今後の開催予定も掲載しております。開催予定のページからお申込みいただけます。レポート記事もこちらからご覧いただけますのでチェックしてみてくださいね!

カフェで学ぼうがんのこと
開催予定とレポートは
こちらから



医療セミナー『カフェで学ぼうがんのこと』が視聴できます!

新型コロナウイルスの影響により、自宅から視聴できるオンラインセミナーを開催しています。スマートフォン・タブレット・パソコンをお持ちでインターネット環境がある方ならどなたでも参加できます。過去のセミナー動画も視聴できます!



※医療セミナーの開催に関しての変更が有り得ます。事前にお電話またはホームページ、ブログにてご確認下さい。

主催:久留米大学先端癌治療研究センター、NPO法人ウィッグリング・ジャパン 協力:財団法人福岡県そよか健康事業団～公益財団法人大阪コミュニティ財団 木原隆がん基金支援事業～

ウィッグリングの輪 vol.8



漢方養生サロン たか・りら 代表

高岡 博美さん

「がん細胞ってのはね…」という医師からの言葉で始まった闘病。31歳の時に受けた人間ドックで「不調は全くないけど無料だから」という軽い気持ちで申込んだ子宮頸がん検診の結果が、まさかの“がん”告知。手術するも、術後5年の間に2度も再発。現在は寛解し、病気の経験を活かした生理痛や生理前の不調を改善するサロンを運営しています。

WRへのコメント

抗がん剤を受けた方にとって、メイクやウィッグなどの装う力は、閉じこもった心を開放し、前に進むための後押しをし、生きる希望になると思っています。そんな装う力を支えるウィッグリングさんの活動を心から応援しています。



チア・ズスタイルTV

高岡さんの闘病秘話を配信中!
<https://www.youtube.com/c/cheersstyleTV>



求人情報 薬剤師募集!

働きやすい病院内勤務です。調剤未経験の方も相談OKです!!

- 給与▶ ○基本給350,000円～
○諸手当あり ○昇給あり
○賞与年2回(基本給の4カ月分/年)
- 時間▶ 平日・土曜 8:30～17:30
(当直 17:30～8:30)
- 休日▶ 8.5日～9日/月(別途夏季3日、冬季2日)
- 待遇▶ ○退職金制度あり(5年以上勤務)
○保育施設/託児所あり 8:00～19:00
○福利厚生その他あり/
社会保険(厚生年金保険、健康保険、雇用保険)
- 資格▶ 薬剤師免許
- 応募▶ 当直・日祝専門など相談に応じます。
まずはお気軽にお電話ください。



《福岡脳神経外科病院公式サイト》<http://www.fukuokanh.jp>



医療法人 光川会
福岡脳神経外科病院 092-558-0153
FUKUOKA NEUROSURGICAL HOSPITAL
福岡市南区日佐5丁目3番15号
【人事担当:岩切】

美容師によるウィッグのヘアスタイルサポート ～治療中・治療後の社会復帰のための外見ケア～

自分に似合う!輝く私でいたい!
そう思う貴女へオシャレのお手伝い。私達 美容室 Rote Roze(ローテローゼ)だからこそ出来る自然に仕上がるウィッグやお客様が今までと変わらない楽しい日常生活を送る事が出来るよう、お客様の心に寄り添い、精一杯のお手伝いをさせていただきます。気軽にお声がけ下さい。アフターケアも行なっております。



茨城 ローテローゼ三和店

茨城県古河市諸川1170-1

定休日 日曜日 担当者 船橋 理恵

個室 あり



茨城 エジェリー総和店

茨城県古河市上辺見487-1

定休日 日曜日 担当者 角田 仁美

個室 あり



栃木 ローテローゼ小金井店

栃木県下野市川中子3328-20

定休日 日曜日 担当者 小林 郁美

個室 あり



アピランスサポートサービス
のお問合せはこちら

TEL・FAX 092-751-4665
info@appearance-ss.com

【受付時間】
平日 午前10時～午後5時

全国の実施サロンは
こちらからご覧ください。
[asオフィシャルサイト]



がんや病気と闘う女性へ

ウィッグをレンタルするという発想!

1年間10,000円(税別)。高品質医療用ウィッグがリーズナブルにレンタルできる!

ウィッグ在庫数3,000点以上!
治療を終えた方々から贈られた
想いの詰まった高品質なウィッグたち!!

がんの治療の多くは抗がん剤治療が伴います。抗がん剤治療には脱毛の心配・不安はつきもの。そんながんと闘う患者様を支援するため、私たちNPO法人 ウィッグリング・ジャパンでは、治療を終えた方からお預かりした高品質な医療用ウィッグを1つ1つ丁寧にクリーニングし、低価格でレンタルしています。これまで1,000名以上の女性がん患者様を支援してきました。現在所有しているウィッグは3,000点!(2020年4月現在)あなたに似合うウィッグがきっとあります!悩む前に、まずはお気軽にお問い合わせください。



サービスのご案内 要予約

ご利用金額 **1年間 10,000円(税別)**
[入会金 3,000円+レンタル代 5,000円+フィッティング手数料 2,000円]
(すべて税別)

※1年間レンタルできます。 ※期間中交換可能。(別途手数料が必要です。)
※延長もできます。(更新料3,000円(税別)+レンタル代5,000円(税別)が必要です。)

全国 対応可能



ご希望の髪型や色をスタッフが
電話で伺い、心を込めてお選び
したものを3点ほどお送りします。
ご自宅で実際に試着していただ
き、ご自身で気に入ったものを
お選びください。

ウィッグリング・ジャパンはあなたのサポートを待っています!

一般の方
向け

ピアサポーター認定養成講座開催中!

がん闘病中の方と接する上で知っておきたい正しい知識やマナー等を専門家から学ぶピアサポーター養成講座です。病院以外で生活上の悩みが相談出来る場所を増やし、社会全体でがん患者を支える取り組みです。がん患者さんを支えたい方はあなたでも受講できます。



企業様
向け

医療
関係者
向け

協賛・提携企業募集中!

ウィッグリング・ジャパンは、がんの治療による脱毛や外見の変化に悩む女性の心配や不安を少しでも減らし病気に立ち向かう勇気と希望、そして笑顔をお届けします。この活動にご賛同いただける薬局や美容室、その他ご支援いただける企業様を募集しております。パンフレットの設置等の広報活動もご支援をお願いします。

寄付のお願い

私たちの活動は、サポーター(賛助会員)様からの寄付で支えられています。いただいた寄付はウィッグの管理や医療セミナーなど団体の継続的な運営の実施資金として運用させていただきます。ご支援ご協力お願い致します!

ゆうちょ銀行
または郵便局からのお振込

ゆうちょ銀行以外
からのお振込

記号: 17490
番号: 85887041
NPO法人ウィッグリング・ジャパン

ゆうちょ銀行
七四八支店(店番: 748)
普通預金 8588704
NPO法人ウィッグリング・ジャパン

SNSでも情報発信!
フォローお願いします!



新型コロナウイルス感染による肺炎に罹患された皆様に対し、謹んでお見舞いを申し上げますとともに、一日も早いご回復を心よりお祈り申し上げます。政府より新型コロナウイルスの影響により緊急事態宣言が発令されました。これによりフィッティングサロンと医療セミナーの開催に関しての変更が有り得ます。事前にお電話またはホームページ、ブログにてご確認ください。なお、**ご希望のウィッグを郵送でお送りするサービスは変わらずに行っておりますので、お気軽にご連絡ください。**ウィッグリング・ジャパンでは、お客様に安心してご利用いただけますよう、管理工程から発送まで細心の注意を払い、衛生管理・消毒等の環境整備を行っております。

2020年5~7月 福岡サロン
営業日[要予約]

5月9日①・25日② [14:00~15:00]

6月13日①・29日② [14:00~15:00]

7月11日①・27日② [14:00~15:00]

ウィッグレンタルの
お問合せは



NPO法人 ウィッグリング・ジャパン 事務局

福岡県福岡市中央区天神2-2-13 サンペアービル3F

☎ **092-725-6623**

【電話受付時間】10:00-17:00 土日・祝日休み
Mail/japan@wig-ring.info

FAX 092-725-6643 (24時間受付) ※お申込書は公式サイト(<http://wig-ring.info>)からダウンロードください。

オフィシャル
サイト



【チアーズスタイルマガジン19号】2020年5月1日発行

発行人:NPO法人 ウィッグリング・ジャパン 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神2-2-13 サンペアービル3F 電話092-725-6623

編集人:P&Cプランニング株式会社 〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神2-2-13 サンペアービル3F 電話092-725-6623

次号の発行は2020年7月1日です。お楽しみに!

【定価:100円+税】