

よりよく生きる

日々是好日

かけがえのない一日として、精一杯生きるその日は好日

日時

2026 **11/3** 火・祝 10:00 ~ 17:00

開催
場所

港区立がん在宅緩和ケア支援センター
ういケアみなと
港区白金台4-6-2ゆかしの杜5階

1

映画上映会

Dr.カキゾエ 歩く処方箋
～みちのく潮風トレイルを往く～

10:30～12:30

ういケアみなと 講習室

垣添忠生先生

公益財団法人 日本対がん協会 会長
(国立がんセンター名誉総長)



2

映画上映会を終えて

～「みちのく潮風トレイル」を
ともに歩んだおふたりの
トークセッション～

12:55～13:25

ういケアみなと 講習室

垣添忠生先生と高橋都先生

1と2はセット

30名事前申込み

対象：どなたでも

3

歌うボイスエクササイズ

①14:00～14:45 ②15:00～15:45

ういケアみなと 講習室

公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団

事前申込み

各回16名

対象：どなたでも

4

おくすりなんでも相談会

13:00～15:00

ういケアみなと 交流スペース

一般社団法人東京都港区薬剤師会

定員なし

予約不要

対象：どなたでも

5

**ハンドマッサージと
ウォーターネイル体験**

13:00～15:00

ういケアみなと 交流スペース

一般社団法人アピアランス・サポート東京

定員なし

予約不要

対象：どなたでも

6

自分らしく暮らすために

知っておきたい
「医療ソーシャルワーカー」の活用法

10:00～16:00

ういケアみなと 情報コーナー

定員なし

予約不要

対象：どなたでも

7

■施設紹介 ■おすすめ図書コーナー ■みんなで作ろうシンボルツリー
■ちょっとひと休みコーナー ■スタンプラリー ■みなとくPAY設置

10:00～17:00

ういケアみなと 交流スペース

主催

港区立がん在宅緩和ケア支援センター ういケアみなと
みなと保健所

後援

一般社団法人東京都港区医師会／公益社団法人東京都港区芝歯科医師会
公益社団法人東京都港区麻布赤坂歯科医師会／一般社団法人東京都港区薬剤師会

協力

公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団／一般社団法人アピアランス・サポート東京

会場のご案内・アクセス



〒108-0071 東京都港区白金台4-6-2 ゆかしの杜5階

●東京メトロ 南北線
●都営地下鉄 三田線
「白金台」駅下車 2番出口 徒歩1分

●都営バス (品 93)
「白金台駅前」下車 徒歩1分

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。



Instagram



ホームページ

当日は感染予防のため、マスクの着用と手指消毒をお願いいたします。また、体調が優れない方は参加をご遠慮ください。

問合せ

港区立がん在宅緩和ケア支援センター ういケアみなと

申込み方法

事前申込みが必要なイベントに参加される場合は、電話またはFAXでお申込みください。
FAXの場合は、イベント名・氏名・電話番号・参加人数を記載のうえ送信してください。

tel.03-6450-3421

fax.03-6450-3583

よりよく生きる



1

映画上映会

Dr.カキゾエ 歩く処方箋 ～みちのく潮風トレイルを往く～

出演 垣添忠生先生 公益財団法人 日本対がん協会 会長
(国立がんセンター名誉総長)

絶望の淵から希望へつなぐ、Dr.カキゾエ
「みちのく潮風トレイル」1025kmの軌跡。

がん、そして震災。過酷な運命と向き合う人々対話を重ねながら辿り着いたのは、
「がんでも、震災でも、人はどんな逆境に立たされたとしても、再び立ち上がる力を
持っている」という確信でした。



1と2はセット
30名事前申込み

対象：どなたでも

2

映画上映会を終えて

～「みちのく潮風トレイル」をともに歩んだ おふたりのトークセッション～

登壇 垣添忠生先生と 高橋都先生

垣添 忠生 (かきぞえ・ただお)

大阪府出身。1967年東京大学医学部卒業。1975年より国立がんセンター(現・国立がん研究センター) 泌尿器科に勤務し、同センター中央病院長を経て、2002年総長に就任。現在、同名誉総長、日本対がん協会会長。発がん研究はもとより、がんの予防・診断・治療・緩和医療の普及などにも幅広く尽力してきた。日本医師会医学賞、瑞宝重光章など受賞歴多数、2025年文化功労者。がん専門医として多くのいのちと向き合う一方、肺がんの妻を自宅で看取った経験を持つ。自身も二度のがん治療を乗り越えたサバイバー。著書に『妻を看取る日』(新潮社)、『巡礼日記～亡き妻と歩いた 600 キロ』(中央公論新社)、『Dr.カキゾエ歩く処方箋』(朝日新聞出版)など多数。

高橋 都 (たかはし・みやこ)

岩手県出身。一般内科医、社会医学系大学教員を経て、2013年から2020年国立がん研究センターがんサバイバーシップ支援部長として勤務。2020年からNPO法人日本がんサバイバーシップネットワーク代表理事を務める。一貫して、がん診断後を生きる「がんサバイバーシップ」の研究や支援実践に取り組んできた。東京慈恵会医科大学(ういケアみなとアドバイザー)、岩手医科大学客員教授、日本対がん協会理事としても活動。自宅で胆管がんの夫を看取った遺族でもある。映画の中では、垣添氏とともに「みちのく潮風トレイル」の(ごく)一部を歩いた。



3

歌うボイスエクササイズ

呼吸法を学び、楽しく歌って体幹を鍛えよう！
大手スクールで多くの歌手を指導した菅野先生による
楽しい講座です。

講師 菅野 順子 (すげの・じゅんこ)
トップボイスエクササイズトレーナー
公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団

事前申込み
各回16名

対象：どなたでも

4

おくすりなんでも相談会

お薬相談だけではなく、薬剤師に聞いてみたいことを
なんでもご相談ください。

一般社団法人東京都港区薬剤師会

※港区医師会、港区芝浦医師会、
港区麻布赤坂歯科医師会の
リーフレットコーナーもあります。

定員なし
予約不要

対象：どなたでも

5

ハンドマッサージと ウォーターネイル体験

お肌や爪のお手入れの仕方、ちょっとしたお悩み
について、アドバイザーが为您解答します。

一般社団法人アピアランス・サポート東京

定員なし
予約不要

対象：どなたでも

6

自分らしく暮らすために

知っておきたい

「医療ソーシャルワーカー」の活用法

私たちが普段どんなお手伝いをしているのか、
具体的な活用方法をご紹介します。

定員なし
予約不要

対象：どなたでも

7

■施設紹介 ■おすすめ図書コーナー ■みんなで作ろうシンボルツリー ■ちょっとひと休みコーナー ■スタンプラリー ■みなトクPAY設置

当日はどなたでもお立ち寄りいただけます。がんの療養に役立つ情報だけでなく、おすすめの図書コーナーもあります。
スタンプラリー参加者には(先着100名様)ノベルティをプレゼント。ご来場特典として、みなトクPAYも貯まります！
みなさまのご来場を心よりお待ちしております。