

ファミリーハウス

通信

2026
January
No.106

ファミリーハウスは小児がんなどの病気の子どもと家族に滞在施設を提供する NPO です。



清潔な寝具で、安心して休める時間を

ハウスでは、免疫力が下がった患児やご家族が、安心して過ごせるように環境づくりに力を入れています。中でも大切にしているのが、寝具やリネンの衛生管理。定期交換にご協力くださる方を募集しています。

「何日ぶりにベッドに沈み込むような深い睡眠が取れて、朝、鏡に映った自分の顔がとてもスッキリしていてびっくりしました。」

以前ハウスを利用したお母さんから、手紙をいただいたことがあります。「連日の寝不足に慣れてしまい、そんな自分の顔をすっかり忘れていました。ハウスを利用することができ、とてもありがたかったです」と続きます。

小児がんを始めとする病気の患児を取り巻く状況は、近年大きく変化し、入院期間の短縮や外来治療の増加により、家族が病院近くで安心して過ごせる滞在施設の役割が、これまで以上に高まっています。ご家族には、元気に患児の元に行ってもらえるよう、しっかり身体を休められる場として、また最近ではハウスに滞在する患児も年々増えてきており、患児自身にもよい睡眠環境を整えられるよう、ベッドマットレスは質の良いものを選んでいきます。患児用に、リクライニングや高さの調整などができる介護用ベッドを設置しているハウスもあります。

免疫力が下がった患児やご家族に安心してハウスを利用してもらえるよう、衛生面には常に気を配っていますが、中でも寝具やリネンの衛生管理は大事にしていることの1つです。寝具のクリーニングは、年2回専門業者に依頼し、ハウスに納品されるとボランティアとスタッフで全てを検品。寝具の状態、汚れや異物などが無いかを確認し、利用者が使う時に、どのようになっていたら使いやすいかを考えて収納・設置をしています。利用者からは、「特に冬は、いつも以上に感染症に気を付けなきゃと気を張っているの、ハウスに帰って来るとぐったり。衛生的な寝具でゆっくり休めてありがたい」と好評です。

クリーニング済みの寝具への交換は、4月と10月の年2回、全ハウスで延べ14回行っており、特に人手が必要な活動です。次は、2026年4月に布団交換を予定しています。定期的な活動は難しいという方、布団交換だけでも大歓迎です。ぜひお待ちしております。(ハウスマネージャ／植田桃子)



リネンは月1～2回業者が集配。利用者がすぐ使えるように、カバー類とシーツを1人分ずつセットして収納。



利用者が入れ替わる時は、必ず寝具には布団乾燥機をかけ、ベッドパッドも洗濯し、清潔な状態に戻します。



Let's Study Vol. 74

心臓の役割

国立成育医療研究センター
循環器科診療部長 金 基成

私たちが知っておきたい知識を専門家から学ぶこのコーナー。

今回から新たに、心臓の病気についての連載が始まります。第1回目は、心臓の役割や病気について伺います。

心臓の役割—それは血管を通じて血液を全身に送るためのポンプです。血液が体内をめぐるおかげで、肺で取り入れた酸素や、消化管で取り入れた栄養素を全身に送ることができますし、逆に体内で生じた老廃物を腎臓に送って捨てることができます。原始的な生物は心臓を持たず、酸素や必要な物質は体の表面からしみ込んでいきますが、これでは体の大きさに限界があります。心臓と血管のシステムを持つことで、私たちは大きな体を維持することができます。

エラで呼吸をしている魚は、心室（ポンプ）は一つです。心室から送り出された血液はエラで酸素を受け取った後で全身に送られます。両生類や爬虫類は肺で呼吸をしますが、心室（ポンプ）は一つなの

で、肺で酸素をもらってきた血液（動脈血）と体から帰ってきた酸素の少ない血液（静脈血）が心臓の中で混じってから送り出されます。一方、私たちヒトは、2つの心室（ポンプ）を持っているため、体から帰ってきた静脈血だけが右心室から肺へ送られ、肺で酸素をもらってきた動脈血だけが左心室から全身へ送られることで、より効率よく酸素を全身に送れるようになっています。

私たちが運動すると、体は普段よりたくさんの酸素を必要とします。たくさんの酸素を送るために、心臓は収縮の回数と強さを増やすことで対応します。心臓に病気があるとこれらを十分増やすことができないので、運動時に息切れしてしまい運動能力が低下するのです。

ハウスの利用状況 2025.7.1～2025.9.30

築地市場跡地開発計画のデザインモチーフの発表がありました。築地の歴史や文化を受け継ぎ、調和や発展への願いから、末広ガリの「扇」デザインが採用されるそうです。

施設名	部屋数	延利用日数	延利用人数
 ちいさいおうち	1	11	17
 ひつじさんのおうち	6	544	797
 JPルーム	1	0	0
 ひまわりのおうち	2	75	87
 うさぎさんのおうち	2	22	39
 かちどき橋のおうち	2	121	198
 おさかなのおうち (中央区)	1	46	58
 カピバラの家	1	92	224
合計	16	911	1,420



利用者からのおたより

～熊本県在住のお母様より～

息子の肝移植のため、東京の病院に入院していた間、ファミリーハウスを利用させていただきました。いくつかハウスを移動し、計3ヶ月以上の長期に渡り利用させていただき、とても感謝しています。

私がこちらのハウスに来て一番驚いたのは、チェックインの際に看護師の方から、掃除の仕方について教えてもらったことです。息子は免疫が落ちていてと頭ではわかっているものの、実際の生活についてはあまりイメージできていませんでした。息子を守っていくためには、掃除が大事なんですね。お家に帰ったら、ここでの暮らしを思い出して頑張ってみようと思います。



あたたかいご支援、ありがとうございました。

いつもご支援をくださる、個人の方、企業・団体の皆様、本当にありがとうございます。2025年7月から9月末までに各種支援をいただいた企業・団体のお名前を掲載いたします。スペースの関係上、すべての皆様をご紹介できませんことをご了承ください。なお、個人の方のお名前は、ご承諾いただいた方のみ、年1回まとめて掲載させていただいております。

◆資金のご支援をいただきました

医療法人一丸堂、株式会社エアヘッドコンサルティング、株式会社エイブル、FJホールディングス株式会社、太田鉄筋有限会社、KDDI株式会社、公益財団法人公益推進協会、シスコシステムズ合同会社、センコー株式会社、宗福寺、テルモ株式会社、東京ロータリークラブ、公益社団法人日本フィランソロピー協会、株式会社ピースワン、プリンシパル・グローバル・インベスターズ株式会社、Bloomberg L.P.、ライフテクノロジーズジャパン株式会社、Loadstar株式会社

◆物品のご支援をいただきました

Alnylam Japan 株式会社、伊藤忠テクノソリューションズ株式会社、花王株式会社、CyberArk Software株式会社、榊原記念病院医療連携室、株式会社ジェーシービー、シスコシステムズ合同会社、住友生命保険相互会社、株式会社セールスフォース・ジャパン、株式会社セリア、第一三共株式会社、大和企业投資株式会社、株式会社大和証券グループ本社、中国農業銀行東京支店、みずほ証券株式会社、モルガン・スタンレー・グループ株式会社

◆ボランティア活動でご協力いただきました

アストラゼネカ株式会社、株式会社エイブル、ゴールドマン・サックス、コリアーズ・インターナショナル株式会社、CyberArk Software株式会社、株式会社ジェーシービー、ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ、BIPROGYグループ、プリンシパル・グローバル・インベスターズ株式会社

着いたその日からふつうの生活を

取るものも取り敢えず上京しても、ハウスに到着すれば何でも揃っていて安心。
そんなハウスで利用者をお迎えするために、シャンプー、リンスのご寄付を募集しています。

ファミリーハウスでは、急にハウスの利用が決まった方でも、到着したその日から安心して滞在できるよう、生活に必要なものは全て備えてお迎えしたいと考えています。その思いに応じて、個人・企業・団体の皆さまがご寄付くださるお陰で、利用者からは「ハウスには何でもあって助かりました！」とのお声をいただいています。

ご寄付の品物の中でも、直接肌に触れるシャンプーやリンスは、肌が弱い方、患児やごきょうだいのお子さんにも安心して使っていただ

けるものが好評です。また、ブランドのものは「日頃は手が出ないけれど使ってみたいと思っていた」と気持ちの上がるアイテムとして、喜ばれています。ご協力いただける方は、事務局までご連絡ください。(ハウスマネージャ／植田桃子)



衛生上の理由から、詰め替えではなく、ボトルタイプでお願いします。

活動報告一覧 (2025年9月～11月)

9月1日(月)	ボランティア説明会(オンライン)
9月2日(火)	ボランティア説明会(オンライン)
9月9日(火)	企業ボランティア活動
9月10日(水)	企業ボランティア活動
9月11日(木)	ボランティア説明会(オンライン)
9月13日(土)	企業ボランティア活動
9月17日(水)	企業ボランティア活動、うさぎさんのおうち見学受け入れ
9月18日(木)	企業ボランティア活動(オンライン)
9月19日(金)	ボランティア説明会(オンライン)
9月20日(土)	ボランティア説明会(オンライン)
9月23日(火)	ボランティア活動
10月1日(水)	企業ボランティア活動
10月2日(木)	企業ボランティア活動(オンライン)
10月4日(土)	第25回中部小児がんトータルケア研究会発表
10月7日(火)	企業ボランティア活動
10月8日(水)	企業ボランティア活動、東京慈恵会医科大学医学部看護学科実習受け入れ
10月9日(木)	東京慈恵会医科大学医学部看護学科実習受け入れ(オンライン)、企業研修受け入れ
10月14日(月)	企業ボランティア活動(オンライン)
10月15日(水)	企業ボランティア活動
10月16日(木)	企業ボランティア活動
10月18日(土)	ボランティア説明会(オンライン2回開催)
10月19日(日)	東京レガシーハーフマラソン(チャリティ寄付先団体として参加)
10月20日(月)	ボランティア説明会(オンライン)、企業ボランティア(オンライン)
10月21日(火)	企業ボランティア活動
10月22日(水)	企業ボランティア活動
10月27日(月)	企業ボランティア活動(オンライン)
10月29日(水)	企業ボランティア活動
10月30日(木)	企業寄付先交流展示会出展
11月4日(火)	企業ボランティア活動
11月5日(水)	企業ボランティア活動
11月8日(土)	シンポジウム「子どもの終末期医療-日本における現状と課題」登壇
11月10日(月)	勉強会『社員のエンゲージメントが高まる「企業のためのボランティアのはじめの一歩」』登壇、企業ボランティア活動(オンライン)
11月11日(火)	企業ボランティア活動(オンライン)
11月12日(水)	企業ボランティア活動
11月15日(土)	「淡野ゴスベルクワイア チャリティーコンサート2025」チャリティ寄付先団体としてブース出展
11月19日(水)	企業ボランティア活動
11月19日(水)～21日(金)	日本小児血液・がん学会(JHHHネットワークとして)ブース出展
11月20日(木)	企業ボランティア活動(オンライン)
11月22日(土)～23日(日)	第26回JHHHネットワーク会議(於 福岡)
11月26日(水)	企業ボランティア活動

〈定例活動〉ハウス活動：毎週～月1回、物品運搬：各月1～2回実施

ボランティア説明会 オンライン

▶ 第1月曜日 15:00～16:00

1月12日、2月2日、3月2日

※1月のみ、第2月曜日となります

▶ 第3土曜日 14:00～15:00

1月17日、2月21日、3月21日

INFORMATION

JHHHネットワーク会議の報告書を作成中

2025年11月22日、23日、福岡パピヨン24ガスホール(福岡県福岡市)にて、第26回JHHHネットワーク会議を開催しました。今年は福岡ファミリーハウスの25周年にあたり、福岡ファミリーハウスとの共催となりました。現在報告書を作成しており、3月完成予定です。

小児がん関連学会にて活動紹介

2025年11月19日～21日の3日間、福岡にて「第67回日本小児血液・がん学会学術集会／第23回日本小児がん看護学会学術集会／第30回公益財団法人がんの子どもを守る会公開シンポジウム」が開催されました。各学術集会長の先生方のご厚情により、JHHHネットワークの団体紹介コーナーを設けていただきました。

東京マラソン2026、3月1日開催予定!

3月1日(日)に開催される東京マラソン2026にて、131名ものチャリティランナーたちが、ファミリーハウスのために走ります。今年も沿道応援や、事前に行われるEXPOへのボランティアのご協力をどうぞよろしくお願い致します。



From EDITOR

2026年に、和暦の「昭和」が満100年を迎えるそうです。時代の変化とともに、その時々利用者とともに、第二のわが家のあるべき姿を模索してまいります。

認定特定非営利活動法人(NPO) ファミリーハウス

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1-13-5 藤野ビル3F

TEL: 03-6206-8372 FAX: 03-3256-8377

<https://www.familyhouse.or.jp/> e-mail: jimukyoku@familyhouse.or.jp



WEBサイト
公式URL



X (旧Twitter)
公式アカウント

郵便振替:「ファミリーハウス」基金/口座番号00180-1-654419
インターネット寄付: WEBサイト公式URLからご確認ください

発行人: 江口八千代(ファミリーハウス理事長)

事務局長: 植田洋子

編集: 稲垣英一、植田桃子、小山健太、福田春子、柳町玲、芳賀圭子、ボランティアスタッフ

制作協力: 上野康永、小長光あかね、富田チャコ、林美帆

絵: 山脇百合子

印刷: 株式会社正光社

発送: サカエ・プレス・パッキングサービス