

# すすかけサロンだより

## 最近のサロンの様子

7/3日のサロンは、フリートークの日でした。新参加者もあり、自己紹介を兼ねて、がんを患って今の気持ちを、それぞれが話されました。それぞれのお気持ちを十分に伝えることはできないかもしれませんが、ある方は「抗がん剤が効いて少し太り、喜んでます。効かなくなる時が来るらしいので、そこが心配」また、別の方は「抗がん剤をしながら、がんばっているが、サロンは、私にとっては楽園です。今の気持ちを何でも話せて受け入れてもらえる所です。」また、「がんになって、生かされている。」「がんになってから、いいお父さんになった。」など、がんになり、苦しい状況にはあるが、皆さんが前向きに生きておられるなと感じました。「オンコロ vol.8」という、がんの情報誌に、がんになって「出来なくなった事を嘆くより、出来る事を見つける方が大切」との投稿者がありました。この投稿者も、苦しい時を乗り越えてがんと共に生きておられました。毎回すすかけサロンに参加しているがん相談員の私たちも、逆にパワーをいただき、人生勉強をさせていただいていることに、感謝しています



## ピンクリボン交流会 (乳がんを経験された方の交流会)

6月9日(日)の交流会に、9名の方が参加されました。今回は、皆さんの緊張をほぐすために「笑いで免疫力をあげる」「スマイル顔ヨガ」というテーマで皆さんと一緒に顔ヨガを実践しました。リラックスした後に参加者の皆さんと医師、看護師、相談員で治療や再発の不安について語り合いました。それぞれの想いを語りあい、医療者のアドバイスに耳を傾け、患者同士が情報を共有できた有意義な時間となりました。



## 日本オストミー協会

鳥取県内のオストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)は、約1200人、その内正会員は2%の52名しかいません。協会では、オストメイトを管理していく上での問題を共有し、アドバイスをしたり、情報共有の場所となっています。不安や、お悩みをお持ちの方は、ぜひご参加してください。

—お問い合わせ先—

厚生病院がん相談支援センター担当竹本・船越

## ～今後のサロン予定～

**8月6日(火)**  
14:00～16:00  
第1会議室(5階)  
**8月20日(火)**  
第1会議室(5階)  
14:00～16:00  
「痛みの勉強会」  
16:00～30分程度



※工事のため開催場所が変更になっています。

問い合わせ先 厚生病院がん相談支援センター  
TEL: 0858-22-8181 担当竹本・船越

—編集後記— 毎年7月に医師を対象とした緩和ケア研修会を開催しています。今年も無事に開催することができました。その中で、患者さんに、がん告知を受けた時の気持ちや、手術・化学療法の時に思われたこと、生活や仕事の変化について、話を伺いました。①心の通った診療とケア ②丁寧な説明 を希望されていました。話を聞きながら、患者さんがどんなに大変な思いをしながら治療を受けておられるかを、改めて知り、私自身を振り返ることもできました。今後の医療・看護に活かしていきたいと、心に留めました。

サロンでも参加者の皆さんのお気持ちを大切にしていきたいと思っています。(はな子)

