

# がん患者さんとご家族のための おしゃべりサロン

都立駒込病院  
サロン便り No. 61  
(2017年2月発行)



2017年1月13日に第68回“おしゃべりサロン”を開催しました。体験者11名（男性4名、女性7名）が参加されました。今年最初の開催で、入院中の方もいらっしゃいました。また、こまどりのピア相談窓口から紹介を受けてのご参加や、半年ぶりのご参加の方などで、話題も豊富となりました。それぞれの思いを皆さんで共有し、とても和やかなひとときとなりました。



本日のサロンは三つのルール(①自分のことは自分の言葉で話す、②お話は評価することなく聴く、③ここでの話はこの場限りの守秘義務)と自己紹介から始まりました。予め質問をご用意していらした方もいっしょに、それぞれの思いを語り合いました。お話の中から心に響いた言葉を紹介します。

○医師に後遺症の可能性を言われ不安。術後の生活はどうなるだろうか。

○病気になる前はフルタイムで働いていたが現在は休んでいる。食生活と仕事のバランスの取り方を皆さんにお聞きしたい。

○手術前にサロンに初めて参加した時、同じような悩みを抱える人と話し、思いを吐き出したら気持ちがスッキリした。

○笑っている時は自分の病気のことを忘れられるので、常に笑うことを心がけている。

○外出の時は歩くようにしている。自然に触れるのは心身ともに良いし気持ちがクリアになる。また、疲れるので夜ぐっすり眠れる。

○再発・転移したら、どこまで生きられるか誰もわからない。今後、一日一日をいかに貴重に過ごすかがポイントだ。

○温かい雰囲気、とても良いおしゃべりサロンだった。

○過去を振り返っても仕方ない。未来の指揮者は自分である。

○心の中の思っていることを吐き出したり、みんなの思いを聞いたりして、心がリフレッシュした。

○皆さんのお話から、心のケアの仕方を学んだ。これからは楽しく生きていこうと思う。

○世の中のがん患者のイメージは決して良いものではない。サバイバーの生きる力をアピールし、がんを負けない社会を作りたい。

患者さんやご家族のお話を聞いて、ご自分の思っていることを話してみませんか。スタッフ一同、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

## 次回・次々回のご案内



- 日時：毎月・第2金曜日（13時～15時）  
2017年3月10日（金）  
2017年4月14日（金）
- 場所：都立駒込病院 本館3階  
患者サロン(中央エレベーター横)
- 対象：主にがん患者さん・ご家族  
どちらの医療機関に掛かっていても参加出来ます。

\* 予約はいりません / 参加費は無料です