

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.48 2016年10月発行

2016年9月21日に第54回“みんなで語ろう会”を開催しました。今年は台風の上陸が多く、お天気が心配されましたが、当日は雨に降られることもなく、体験者10名(男性4名、女性6名)にご参加いただきました。体験者ならではの話題に、お互いに共感しあい、時に笑いながら語り合う、明るい会になりました。



サロンのお約束を確認して始まりました。

- ・自分のことは自分の言葉で話す事
- ・他の方のお話は評価しないで聞く事
- ・サロンでのお話は守秘義務を守る事

以上三点です。自己紹介後のテーマに沿った語ろう会は、後遺症の痛み、消化器系のがんの悩み、治療後の生活など、話のつきない2時間でした。

○最近首や肩の痛みで悩まされている。引っ張られるような、締め付けられるような感じで、夜中には2時間おきに目覚めるほど。寝ているより起きてしゃべっている方が痛みを感じなくてすむようだ。

○なぜか夜中になると痛みが出て、寝てられないこともあった。薬は何種類か試して、ようやく合う薬が見つかった。

○最近おなかの調子が悪くなりやすいので、遠出はあまりしたくない。でも、家にばかりいても落ち込んでしまう。

○治療後も吐き気やトイレの悩みがあり、長い時間バスや電車に乗るのが心配。グループで出かけても、周りに迷惑をかけてしまいそう。

○PET検査を受けたが、結果が出るまで落ち着かない。詳しく知りたくない気持ちもあり複雑な心境。

○心配せずに外出できるよう、トイレマップを自作した。ウォシュレットがある、広い、清潔など、自分なりの基準でリストアップした。

○この夏は暑くて日課の散歩ができなかった。足が弱ったように感じる。

○参考にしようと本を読んでも、70、80歳代の話はほとんど無いので自分で工夫をしている。

○医師はがんの治療をしてくれるが、生活の知恵は体験者同士で情報交換すると良いと思う。

○医師とのコミュニケーションが難しい。何気ない一言に傷つくことがある。

ごく一部ですがご紹介させていただきました。次回もスタッフ一同、皆様の参加を心よりお待ちしております。

今後の予定

- 日時: 毎月・第3水曜日 13時～15時
2016年 11月19日(水)
11月16日(水)
- 場所: 武蔵野赤十字病院 多目的室
5番館 3F 情報ラウンジ横
- 対象: 主にがん患者さん・ご家族
どちらの医療機関にかかっても参加できます。
(申込みは不要です。参加費は無料です。)