

# みんなで語ろう会

ニュースレターNO.53 2017年3月発行

2017年2月15日に第59回“みんなで語ろう会”を開催しました。会場の五番館3階の情報ラウンジは燦々と陽が差し込んで身も心も温まり、ゆったりとくつろげる空間でした。体験者7名(男性1名、女性6名)の方にご参加いただきました。参加者はいつもより少なかったのですが、治療後の通勤の工夫、副作用のコントロール、家族との関係、食事の事について、お互いの経験を踏まえた珠玉の言葉が次々にでてきました。



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、フリートーキングで話された、参加者の体験に基づく言葉を紹介します。

○患者は自分の病気を勉強しなくてはいけないと思った。

○「がん患者は心も体も痛んでいるのは当たり前、好きな事から始めて少しずつ元に戻せばよい」と担当医から言われた。

○嫌な人とは付き合わない、いやな事はしない生活をしていたら、強迫観念がなくなってきた。

○処方して頂いたうつの薬の効果で一時期のような辛い状態はなくなってきた。

○「抗がん剤治療で普通の食事ができなかつたら、ペースト状にしてでも食べて太れ」と先生に言われた。

○退院した翌朝食事をしたら苦しかった。「我慢してはいけない、何かあったらすぐ病院に来るように」と先生から言われていたので電話した。腸閉塞だった。

○仕事は今休んでいるが復帰を考えている。通勤はどのようにしていたのかお聞きしたい。

○退院して2ヶ月目にフルタイムで復帰。エレベーター、エスカレーター、路線を乗り換えるなど工夫した。

○ヘルプマークをバックにつけると良い。



○カロリーメイトはどこへ行くにも持って行く。200calあり、おにぎり1個分のカロリーは取れる。

○患者が心を開くと医師も心を開いてくれる。

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  
2017年4月19日(水)  
5月17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。)