

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.54 2017年4月発行

2017年3月15日に第60回“みんなで語ろう会”を開催しました。寒さが厳しかった冬が終わり、春の訪れを感じる穏やかな午後、体験者11名(男性3名、女性8名)、ご家族3名(男性1名、女性2名)の方にご参加いただきました。今回も同じがんという病気を体験した患者や家族同志、活発にお話が交わされました。がん治療後の生活スタイルや考え方の変化など、話のつきない2時間となりました。



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、自然に話題にのぼったテーマで、自分なりの思いを語り合いました。

○サロンでがん治療を頑張っている人に出会うと、自分も自分のがんにしっかり向き合わなくてはという気持ちになる。

○がん治療後、やりたいと思ったことは後回しにしないで、すぐ実行するようになった。旅行が趣味なので夫婦で良く出かけている。

○食事は「仕事」だと思ってしっかり食べて体力をつけ、元の職場に復帰することが目標。

○経過観察していた血液の状態が良くなり、主治医に「今は安心して良い」と言われ心が明るくなった。これからは生きがいを見つけていきたい。

○不安で眠れないときは我慢せず、医師から処方された睡眠導入剤を飲んで寝るようにしている。

○睡眠導入剤と睡眠薬は違うとわかった。

○がんの治療の間に筋肉が落ちてしまったので、4月からスポーツクラブに通いたい。

○家にひとりしていると、落ち込んでしまいがちなのでサロンに来た。

○治るものだと信じて治療をしている。

○主治医から「腫瘍マーカーは単なる数値、気にしすぎないこと」と言われ勇気付けられた。

○良いことも悪いことも含めて「今」を楽しく過ごしたい。先のことをあまり考えすぎない。

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5月17日(水)
6月21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。)