

# みんなで語ろう会

ニュースレターNO.80 2019年7月発行

2019年6月19日に第86回“みんなで語ろう会”を開催しました。梅雨の晴れ間のさわやかな午後、がん体験者14名(女性12名、男性2名)、家族1名(女性)のご参加をいただきました。今回は何度か参加されている方が多く、お顔見知りも多い中、同じ病気の経験者ならではの共通の悩みや生活の工夫を、心を割って分かち合うことのできた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こと
- ・他の方のお話は、善し悪しを評価をしないで最後まで聴くこと
- ・サロンでのお話はこの場限り以上三点です。また、個人情報保護のために、SNSの投稿、録音、写真撮影は禁止です。ご協力をお願いしました。

○落ち込む時と、そうでない時と波がある。落ち込んだ時にどう乗り切ったら良いか考える。なるべく上を向いて生きていきたい。

○治療はいつまで続くか先が分からないが、今はあまり考えすぎず取り組んでいる。

○何度も入院しているので、薄味の病院食に慣れてきた。今は外食は塩気が強く感じる。

○入院すると食事は楽しみ。カレーライスが出るとうれしくなる。他の患者にもカレーは人気だ。

○初発の治療後は、体がだるく調子は悪いが、病気を忘れるべく、気持ちはポジティブでいたい、6月はカラオケや旅行などの予定を沢山入れた。

○世に標準治療以外の治療法は存在するが、保険適用されている治療は、効果が立証されているという事を忘れないようにしたい。

○がんはチーム医療といわれる。がんにかかったことで、家族や仲間というチームの絆が強くなることもある。

○体調の悪さを忘れてしまうような、夢中になれる何かを見つけたい。

○引っ込み思案な私が、病気でうつになっても、誰も気が付いてくれないと思っていたが、サロンに来て自分のことを話すうちに、変わりたい、と思うようになった。

○勝手な私の思いだが、サロンに来てみて「仲間ができた！」と思えて、心強い。

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、皆様のご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  
2019年8月21日(水)  
2019年9月18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、参加費は無料です。)