

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.77 2019年4月発行

2019年3月20日に第83回“みんなで語ろう会”を開催しました。桜の蕾が開き始めたおだやかな午後、がん体験者11名(男性1名、女性10名)のご参加を頂きました。今回は、治療にまつわる話や日々の食事について、医師とのコミュニケーションについてなどの話題で、様々な体験や考えを分かち合いました。会が終わってから多数の方々が残られて、お話されている姿が印象的でした。



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
 - ・他の方のお話は、善し悪しの評価をしないで最後まで聞く
 - ・サロンでのお話はこの場限りにする
- 以上三点です。又個人情報保護のために、SNSの投稿、録音、写真撮影はしないようご協力をお願いします。

○体力が戻ってきたので仕事に復帰したいと思っている。今後抗がん剤治療も始まるので、仕事との両立について経験者にお話を聞いてみたいと思ひ、参加した。

○食事に関してはいろいろな考え方を聞いてきた。どのように考えたらよいのか迷うことがある。

○抗がん剤の副作用は治療内容やそれぞれの体力によって出方が違うと思う。自分の体験上、あまり心配し過ぎないほうがよいと思う。

○仕事はうまく調整して抗がん剤治療中も続けていた。周囲に病気のことは言っていなかったのでウイッグには気がついた。

○日本人は腸の長さが欧米人と違うから、昔の日本人の食生活がよいと言われる。基本は食べ過ぎに注意しながら食べたいと思ったものを食べればよいと思っている。

○主治医とはこれまでいろいろあったが、3年たった今では良い関係になった。お互いに成長したと思っている。

○今はチーム医療だからいろいろな医療者とつながっておくのも大事と思う。辛い気持ちは主治医に遠慮せず伝えた方がいい。

○健康って大事ななあ、とつくづく思うようになった。今は食事も運動もバランスよく、を心がけている。歩くことはもっとやりたい。

○同病の集いには出たことがあったが、このようなサロンは初めてだった。機会をみつけてまた来たい。

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5月15日(水)
6月19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。)