

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.75 2019年2月発行

2019年1月16日に第81回“みんなで語ろう会”を開催しました。新年初めての今回は、がん体験者10名(男性2名、女性8名)のご参加を頂きました。毎回楽しみに来られている方々と初めて参加された2名を交えて、病気治療の不安、がん情報の探し方、今取り組んでいる運動についてなど、たくさん話題で盛り上がり、なごやかなサロンとなりました。



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
 - ・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3点です。又個人情報保護のために、SNSの投稿、録音、写真撮影は禁止です。ご協力をよろしくお願いいたします。

○昨年、手術、治療後半年で転移が見つかり、また抗がん剤治療中。でも、2月には職場復帰をしたいと思っている。

○体力づくりも兼ねて万歩計を使って歩くようになった。夫と距離を競うようになって楽しんで歩けるようになった。

○初期にがんが見つかって治療できたので、がんに限らず、病気は早期発見、早期治療が大切と実感。先週、胃がんの検査をしたが大丈夫だったので安心した。

○治療がこれからです。わからないことだらけなので、相談支援センターでこのサロンを教えてください初めて参加。乳がんの粘液がん治療方法や治療費などに不安を感じている。

○治療の辛かった時、夫にストレスをぶつけてきたが、理解してくれていて、今になってやっと感謝できるようになった。

○術後抗がん剤を受けるかどうかで悩んだ。ここの相談支援センターに行き、今は副作用が軽くなっていることや、後悔しないためとわかり受けた。すべて終了し、今はとても元気になった。

○毎日、5000歩は歩こうと思いお買物は買いだめをしないで、こまめに行くようにしている。

○体力づくりにラジオ体操をしている。1日も長く生きるにはどうしたいかと考えて、ウォーキングもするようにしている。

○初めてで緊張したが、思い切って参加して本当に良かった。

一部ですがご紹介させていただきました。次回も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3月20日(水)
4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、参加費は無料です。)