



東京医科歯科大学 がん患者さんとご家族のための

おしゃべりサロン

サロン便り No.75
(2019年 3月発行)

2019年2月26日に開催された第75回“おしゃべりサロン”の参加者は、体験者22名(男性7名、女性15名)家族1名(女性1名)その他1名(女性1名)合計24名でした。外はまだまだ寒い冬の気候でしたが、サロンは暖かな雰囲気にもまれていました。気兼ねのないおしゃべりに花が咲き、それぞれの想いをお話しました。共感をもった分かち合いができ、有意義な時間となったのではないのでしょうか。

サロンのお約束を確認して始まりました。

- ①自分のことを自分のことばで話す
 - ②他の方のお話は、善し悪しを評価しないで最後まで聴く
 - ③ここでのお話はここ限りにする
 - ④特定の薬や治療法を勧めない。
- また、個人情報保護のため、SNSへの投稿や録音、写真撮影は禁止です。
自己紹介、休憩を挟み、グループに分かれてそれぞれに想いを共感しながらおしゃべりを楽しみました。

○サロンにはなかなか参加する勇気がなかったが、先月思いきって参加した。気持ちを出せてスッキリした。

○先月血液検査をしたが、結果がわかるまでが本当に苦しい。気持ちを維持していく方法を知りたい。

○病気になって、息子が心配してくれた。それもまた幸せなことだと思う。

○没頭できる趣味があると、病気のことでばかり考えないですむ。お金のかからない趣味がいい。

○仕事を続けて、がんのことばかり考えない。なるようになると開き直りも大切かと思っている。

○毎日を、できる範囲のことで楽しく過ごしたい。

○正しいとか、悪いとか関係なく、気持ちの思うままに話すことができた。

○自分を大切に、自分のため、自分を助けてくれる人のために生きる。

○みなさんの話を聞いて、自分の意見にこだわらず、他の考えを取り入れることも大事だと思った。

○治療をしても、毎日天井だけを見て暮らすのは嫌。脳内リゾートを頭の中に作り楽しみたい。

○治療の後遺症はあるが、折り合いをつけながら暮らしていければいいと思っている。

皆様も、仲間の話を聴いて、そして自分も話してみませんか。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。

今後の日程

■日時・場所

毎月第4火曜日 13:30 ~ 15:30

東京医科歯科大学 医学部附属病院

2019年 4月23日(火)

2019年 5月28日(火) ^{B棟5階} 症例検討室

(詳細は当日、開催階のエレベータホールに掲示)

■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いる方も参加できます(無料・予約不要)

■問合せ：東京医科歯科大学医学部附属病院
がん相談支援センター(腫瘍センター内)
電話：03-5803-4008(直通)

主催：特定非営利活動法人がん患者団体支援機構

〒154-0002 東京都世田谷区下馬5-28-7



E-mail : info@canps.jp

URL : http://www.canps.jp

共催：東京医科歯科大学医学部附属病院 腫瘍センター