



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.62
(2018年2月発行)



2018年1月23日に開催された第62回“おしゃべりサロン”の参加者は、体験者13名(男性5名、女性8名)、家族2名(女性2名)、合計15名でした。今回は、初めての方、リピーターさん、家族の方でストレスと心についてのお話を分かち合いました。お互いの体験した話を聞きあって、日常生活や副作用の辛さを共感したり、生活の工夫を披露したり、和気あいあいの時間を過ごしました。



サロンのお約束を確認して始まりました。

- ①自分の事を自分の言葉で話す事
 - 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事。
 - ③サロンでのお話はこの場限りにする。
- 以上三点です。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。ご協力をよろしくお願いいたします。



○母親ががんになって無力感を感じた。新しい治療や医療以外のところの知識を得たい。

○前回参加して、アドバイスや知識をたくさん頂いたので感謝している。

○がんを経験した友人から「がんは治るよ！不治の病ではないよ！」の言葉に元気をもらった。

○口腔内手術したので、粘膜が敏感になり、熱いもの、硬いものが食べられない。

○再発して2回目までは「なんで？なんで？」と思った。3回目の手術の時は「どうでもいい！」という気持ちになった。手術する度に心が強くなった。12年経った今「副作用は乗り越えるしかないのかな」と思っている。

○常に緊張しているのでストレスがある。サロンにきて心のサポートを続けていきたいと思っている。



○がんはストレスが関係していると思う。ストレスを感じない人間になるにはどうしたら良いか。

○ストレスの感じ方は思考の感じ方によるので、楽しく過ごしたいと改めて思った。サロンに参加することで心が強くなったと思っている。

○ストレスはよくなったと思っている。マイペースで過ごして、長生きしたいと思っている。

○がんになってからがんの世界が広がった。ある一定のところまでは元気なので、楽しいことをして過ごしたい。

○ネットだけではわからないことが多いので、サロンに来て体験者の話が聞けて良かった。

体験や想いを分かち合った内容の、ごく一部ですが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
2018年3月27日(火)
2018年4月24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ーホールに掲示)
- 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



「のぞみ基金 がん患者団体支援助成金」事業