

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.85 2019年12月発行

2019年11月20日に第91回“みんなで語ろう会”を開催しました。がん体験者9名(女性9名)、家族2名(男性1名、女性1名)のご参加をいただきました。今回は、がんとわかってからの気持ちの変化や薬の副作用などについて、話題がでました。

辛い気持ちをどうやって乗り越えていくのか、困った時にどうすればいいのかなど、体験者ならではの知恵や知識の詰まった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。

○まさか自分ががんになるとは思っていなかった。告知を冷静に受け止めていたつもりだったけれど、帰り道に財布を落としてしまっていた。

○がんがわかってから、自分の気持ちを抑えることができない。誰かと話したり、話を聴いてもらったりすると落ち着く。

○今は治療がひと段落している状態なので、がんについてあまり心配していないが、燃え尽き症候群のようで、次に何をすることが考えられない状態だ。

○家族である自分の健康維持も大事だと感じている。私は散歩に行くのが好きなので、妻もわかって行かせてくれる。

○治療を始めて2か月くらいは無我夢中だった。そばに自分のことを心配してくれる人がいるだけで安心できた。

○ひとり暮らしなので話す相手がいない。けれど、サロンに来ると、自分はひとりではないと思える。

○心の問題は、早めに誰かに相談した方がいいと思う。それが遅くなると、治るのにも時間がかかってしまう。

○初めてサロンに参加した時は私もメソメソしていた。けれど、今では心が強く変わってきた。今辛い状態の人もきっと変わることができると思う。

○サロンでの皆さんの話を聴いて、次回はぜひ妻も一緒に参加してほしいと思った。

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
2020年1月15日(水)
2020年2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。)



Cancer Patients
Support Organization

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丁目28-7
E-mail: info@canps.jp http://www.canps.jp

共催: 武蔵野赤十字病院

Tel: 03-5787-6411