



武蔵野赤十字病院

がん患者とご家族のためのサロン

# みんなで語ろう会



ニュースレターNO. 87 2020年2月発行

2020年1月15日に第93回“みんなで語ろう会”を開催しました。がん体験者8名（女性）、家族1名（女性）、合計9名が参加されました。今回は、病気になってからの辛かった気持ちや不安とどうやって折り合いをつけていくのかについて、様々な意見がでました。生きる知恵が詰まった2時間となりました。



## 《サロンのお約束》

- ・お互いの意見や気持ちを尊重し、最後まで話を聴きましょう。
  - ・このサロンで見聞きしたことは他言しないでください。
  - ・風邪等、他の方への感染の恐れのある体調での参加はご遠慮ください。
- ◎SNSへの投稿、録音、写真撮影、特定の商品の宣伝、宗教・政治・サークル等への勧誘、特定の薬や治療法を勧めることは禁止です。

○体験者ががんのことを語ることは、そうでない人に比べて説得力があるため大事だと思う。親戚などにも検診を受けるよう言っている。

○主治医からの「なるほどね」という一言でわかってもらえた！と思った。辛い、助けて、などの言葉を発することは大事。

○がんになってから8回新年を迎えられた。

○病気のことを告知された時はショックだったが、正しくない情報に振り回されないように、本や動画などで勉強している。皆さんがどう対処しているか聞きたい。

○ストレス解消がうまくいかない。サロンなどの場でしか、そういう話ができない。

○告知があった日にライブに行く予定を入れていた。それで気がまぎれた。なるべく他のことに気を向けるようにしている。

○術後のリハビリなど、どこの病院でも同じようなしっかりとしたケアや指導を受けられるようにしてほしい。

○自分に安心感を与えるために、図書館で本を借りて、色々な知識や考え方を得るようにしている。

ごく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、皆さま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 3月 18日(水)  
2020年 4月 15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：主にごがん患者さん・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。)



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

Tel: 03-5787-6411

共催：武蔵野赤十字病院

