

「～がん患者ご家族の交流会～」 患者サロン便り

日時：令和6年11月15日(金)14時15分～15時30分 於：山崎記念講堂

周りの木々も色づき、過ごしやすい秋日和の中、10名（男性2名、女性8名）の方にご参加いただきました。今回は初めて参加された方が多かったです。おしゃべりしている間に少しずつ緊張がほぐれて和やかな雰囲気になったように感じました。「皆さんの話を聴いてあまり気にしなくてもよいのだなと思った」「ネットと本だけの情報だったのでここに来てよかった」「がんばって前向きにいきたい」「いろいろな考えがあることがわかった」などの感想をいただきました。

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。
- ・**禁止事項** 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。

◆このようなことをみんなで話しました

【食事について】

- ・がん患者の家族として食事に気をつかうようになった。
- ・好きなものをがまんするストレスもあるので、アルコールは過度にならないよう気をつけながら楽しんでいる。
- ・本人は主治医に言われて好きなものを過度に取るのを控えるようになった。家族として気になるころはあるが、口を出さずに見守っている。
- ・自分のがんにはお酒とたばこは良くないと主治医に言われて、きっぱりとやめた。

【治療の副作用について】

- ・抗がん剤治療をはじめて間もないので不安が大きいですが、がんの先輩たちがみな元気なので安心した。
- ・主治医に伝える時には痛みの度合いを記入する用紙を活用した。
- ・副作用が辛い時は緩和医療科を受診するのもよいのでは。

【交流会について】

- ・一人で考えるとネガティブになりがちなので、いろいろな交流会に積極的に参加するようにしている。

次回のサロン

令和7年1月17日(金)

14時～15時30分

会場 山崎記念講堂

申込み がん相談支援センター
5番館1階

ご自身の体験や日頃感じている事をお話ししてみませんか？

