



がん患者コミュニティサロン通信

No.1



みなさんご存知ですか？

秋田赤十字病院では、がん患者、ならびにご家族の皆様をサポートする取り組みを積極的に行っております。その一つに、「**がん患者コミュニティサロン**」が月に一度、開催されているのをご存知ですか？今回は、すでに実施から5回目を迎えたこのサロンについてご紹介いたします！



コミュニティサロンの目的

- ◆ この会は、がんの種別に関係なく、当院に入院または外来通院しているがん患者さんとご家族であればどなたでも参加できます。
- ◆ 「自分の体験を話したい」「同じような病気の人のお話をききたい」「誰でも参加でき、何でも話せるがんサロンの会にできたら」という多くの声から始まった会です。



どんなことをしているの？



- ★ お茶を飲みながら、自由にお話をしています。
- ★ 患者さんご自身やご家族の経験談。
- ★ 食事は今までと同じで大丈夫？副作用があるときはどうしよう・・・などご家族の疑問や不安も一緒に考えます。
- ★ がん治療に関わる病院スタッフが業務上可能な時は出席し、専門的なアドバイスを行います。



スタッフからひとこと



こんにちは！
ケースワーカーの米谷です。
医療費のこと、生活のこと、一緒に考えます。



4月から相談支援センター
担当になりました。
病気のこと、治療のこと、何でもご相談ください。





今回は、病院スタッフをはじめ、患者さんご本人3名、ご家族のみ参加が3名と総勢8名で開催されました。

フリートーク形式で行われたこの会では、まず患者さんから、ご本人の経験談として、家族や職場、ご近所との関わり方、副作用の対処法、日々の出来事についてのお話がありました。また、「気分によっては、つい家族にあたってしまう自分がいて・・・悪いと思いつつ、いい人でいられないんです」と素直な胸の内を涙ながらに語ってくださった方のお話では「うん、うん」とうなずきながら、患者さんをサポートする立場であるご自身の境遇と重ねて共感しているご家族の姿も見られました。そのほかにも食事を中心とする家庭で可能なケア方法や科学療法による副作用を緩和するためにいい方法はないか？など多くの質問が寄せられました。この日は、化学治療担当スタッフも出席くださり、専門家としての見解やアドバイスをくださりました。

時に涙あり、笑いあり、役立つアドバイスもありで「あっ！」と言う間の2時間でした。みなさん、ぜひ一度のぞいてみてください。



参加者の声

9月より参加させて頂いていますが、多くの方の経験談や私自身の思いを話すことが精神安定につながるようですので、これからも参加させて頂きたいと思っております。

初参加はがんと診断後間もない時期で気持ちが非常に不安定な中、どの様な話をどの様な雰囲気で行うのか、又私の様なものが参加していいのかどうか等参加には若干の不安と迷いがありました。ただがんとなった以上、私一人で立ち向かう勇気も自信もありませんでしたので、率直に参加することを決めました。簡単な自己紹介と病状についての話をした後、家族子供の話になると涙が止まらなくなりました。その時、先輩の方より「今はどうしようもない位に色々な思いが頭の中を駆け回ると言うが1年、2年と時間が経つにつれて冷静になってくる」と言ってくれました。悲しく苦しい気持ちの時は時間感覚がなく、無意識のうちに永遠に続くように思っていたかもしれません。この先輩のアドバイスが冷静になるきっかけになったと思います。

コミュニティサロンでは、よく食事のことも話題に上ります。ある方は動物性たんぱく質を抑えているとか、又ある方は玄米を食べるようにしているとかと基本は自然食を中心とした食生活を送るように気を付けているようです。ただ、私を含め食欲が旺盛になっている方が多く私だけではないことに安心しています。私のがんへの考え方、生活は他の人と同じなのか違うのかという漠然とした思いも参加者の話を聞かなかで少しずつ見えてきた様な気がしますし又それが精神安定につながっているような気がします。

その他、医療費、病気の詳細、家族の方からは患者の接し方等色々な話題がありますが、まだまだ参加者が少ないというのが現状です。今後このコミュニティサロンの参加者が増えてより多くの経験談や悩みが相談し合える場となれば思っております。



みなさん
ご協力ありがとうございました。

先日、院内にて「がん患者コミュニティサロン」に関するアンケートにご協力頂きました。今後は、関心が高かった企画について、当院の先生方と協力して情報提供の場を設けられるよう、調整を行ってまいりたいと思います。以下、多くの要望があった項目です。

- ・「最新のがん治療について」
- ・「食事・栄養について」
- ・「科学療法・放射線治療の副作用」
- ・「精神面（心のケア）」 など

みなさんの声を反映し、多くの方にお越し頂ける拓かれたサロンになるよう、一歩一歩進んで行きたいと思っております♪

次回の開催は・・・

1月12日（火）

10：00～12：00



秋田赤十字病院2階多目的ホール
途中の入・退室は自由です。

申込不要・無料

問合せ：018-829-5000（内線2182）

秋田赤十字病院 がん相談支援センター
（医療社会事業部）