がん患者サロン ひだまり便り

第49号

2 月 10 日（月）、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、ピアサポーター※1 を含む 4 名の方がお集まりになりました。

今回は、患者さんの家族の、がん患者さんへの関わり方について語り合う場となりました。体調を崩している本人さんに対して、家族はどのように対応すればいいか分らないという悩みがありました。参加者から、ご自身の経験をもとに「これまでと同じように接してもらうことが、本人さんの気持ちを和らげる」というアドバイスがありました。

がん患者さんを支える家族もまた、同じように悩まれています。おひとりで悩まずに、気軽にお立ち寄り下さい。

※1　ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族（ピア・仲間）の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は未定です。

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第48号

12 月 9 日（月）、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、ピアサポーター※1 を含む 4 名の方がお集まりになりました。

今回のテーマは、「家族との距離」でした。通院や入院の付き添いしていた息子さんが就職を機に東京で一人暮らしをされることとなった。当初、息子さんがいなくなり、喪失感があったが、今は夫婦 2 人暮らしの生活にもなれてきたことを話されました。

今月で、本年のがんサロンは終わりとなります。がんに関する悩みや苦しみを参加者と分かち合うことができ、また、がん以外の日常生活の他愛のない会話に花が咲き、活気ある場となりました。来年も宜しくお願い致します。

※1　ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族（ピア・仲間）の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は **2 月 10 日（月曜日）** の予定です。**※1 月は祝日のためお休みです。**

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第47号

11 月 11 日（月）、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、ピアサポーター※1 を含む 2 名の方がお集まりになりました。

今回のテーマは、「定期検査前の不安な気持ち」でした。定期検査前は、がんが再発していないか不安な気持ちになることを話され、参加者からは、ご自身の経験をもとに、不安にどう向き合っているのかを語り合いました。

10 月 19 日（土）、当院で「健康いきいきフェスタ」を開催しました。「がん患者サロンひだまり」の紹介ブースを設け、多数ご参加あり、大変盛況に終わりました。ご協力いただき、有り難うございました。

※1 ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族（ピア・仲間）の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は **12 月 9 日（月曜日）** の予定です。

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第46号

9月9日（月）、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、ピアサポーター※1を含む4名の方がお集まりになりました。

今回のテーマは、「終活」でした。「病気になると、死を意識しながら、毎日過ごしている。そのためにエンディングノートを書いている」、「葬儀やお墓の準備をどうするべきか」等様々な思いを語り合われました。

来月10月19日（土）、当院で「健康いきいきフェスタ」を開催します。「がん患者サロンひだまり」の紹介ブースを設けています。ピアサポーターとの相談も可能です。多数のご参加お待ちしております。

※1　ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族（ピア・仲間）の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月1回開催しています。
次回は **11月11日（月曜日）** の予定です。**※10月は祝日のためお休みです。**

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後2時～4時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第45号

7 月 8 日（月）、がん患者サロン「ひだまり」が開催されました。

今回のテーマは、「抗がん剤治療や放射線治療後の副作用について」でした。「副作用が少ないので、効いているかどうか不安になる」「手のしびれが残っている」等様々な思いを語りあわれました。

また、家族と寺社に参拝されたときのことや、その他日常生活の他愛もない話しに花が咲き、活気ある場となりました。

がんで悩まれている方は、1人で悩まずに、患者サロンに気軽にお立ち寄りください。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は 9 月 9 日（月曜日）の予定です。※8 月は第 2 月曜日祝日のため開催致しません

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第44号

6 月 10 日(月)、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、2 名の方がお集まりになりました。

今回は、理学療法士も参加し、以前サロンでいただいた「リハビリ」に関する質問にお答えしました。「しびれがなかなかとれない。日常生活でどんな運動をすればいいか？」「むくみを軽減できる体操はないか？」等の質問に対して、運動方法や日頃心掛ける注意点についてアドバイスがありました。

参加者から、「家でも運動をとりいれたい」「リハビリに関する質問がたくさんできてよかった」等の前向きな感想が寄せられました。

がんで悩まれている方は、1人で悩まずに、患者サロンに気軽にお立ち寄りください。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は **7 月 8 日（月曜日）** の予定です。

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第43号

5 月 13 日(月)、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、ピアサポーター※1 を含む 5 名の方がお集まりになりました。

今回のテーマは、「治療法の選択」でした。「従来の手術療法、薬物療法、放射線療法の他、遺伝子治療、陽子線治療等新たな治療法がでてきており、どの治療法が良いのか戸惑うことがある。迷ったときはまず主治医に相談することが大事」等様々な意見もあり、活発に語り合う場となりました。

来月は、理学療法士が参加して、以前のサロンでいただいたリハビリに関する質問にお答えする予定です。多数のご参加お待ちしております！

※1　ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族(ピア・仲間)の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月 1 回開催しています。
次回は 6 月 10 日（月曜日）の予定です。

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1 階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後 2 時～4 時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）

がん患者サロン ひだまり便り

第42号

4月8日(月)、がん患者サロン「ひだまり」が開催され、**ピアサポーター**※1**を含む**3名の方がお集まりになりました。

今回は、「入院時の気分転換方法」について語り合う場となりました。「入院時は独りになる時間が多くあり、あれこれと悩むことがある。その時は、同室者と話しをしたり、図書室で読書をしている」等それぞれの気分転換方法について話されました。

また、4月の新生活で、変化した日常生活の戸惑いや、楽しい気持ちを分かち合い、大変有意義な会となりました。

がんで悩まれている方は、1人で悩まれずに、患者サロンに気軽にお立ち寄り下さい。

※1　ピア・サポーターとは、がん体験者の患者さんやご家族(ピア・仲間)の方が、奈良県の実施する「がんピア・サポーター養成研修」を修了された方のことです。

患者サロンでは、がん患者・家族の皆さんが、それぞれの思いを語り合うことが出来る場です。不安や悩みを共有し合うことで、少しでも気持ちが軽くなるようなサロンを目指し、毎月1回開催しています。
次回は**5月13日（月曜日）**の予定です。

- 対　象：がん患者さん及びそのご家族の方
  （入院中の方・また、当院に通院されていない方もご参加頂けます）
- 場　所：1階　患者図書室「こもれび」
- 時　間：午後2時～4時
- 参加費：無料（事前申込不要）

※大和高田市で気象警報が午前 10 時で発令された場合は中止とさせて頂きます。
※お飲み物などは準備しておりませんので、必要な方はご持参下さい。
※もし、会場で気分が悪くなられた時は、受診していただくことがありますので、念のため、保険証・診察券をご持参下さい。

（お問い合わせ）大和高田市立病院　地域医療連携センター　医療福祉相談窓口
0745-53-7188（直通）