

大和市立病院がんサロン 「山ざくら」を 11/27に開催しました



ミニ講座

「生活の工夫～」

生活上のヒント&対処法」

講師：大和市立病院

乳がん看護認定看護師 西潟 恵美 氏

今回は国立がん研究センター中央病院の生活の工夫カードを参考に、日常生活における様々な生活の工夫・その方法等について西潟看護師よりお話をいただきました。

治療をしている中、またその前後においても生活上では様々な不安や困りごとが生じることがあると思います。

日常において難しいことや特別なことではなく、今できる、ちょっとした工夫を取り入れながら過ごすのは大切なことですね。新たな発見や参考になることもあったかと思しますので、ぜひ参考にして取り入れていただくと良いと思います。



ミニ講座の後は、おしゃべり会です

今回は有難いことに前回よりも参加者が増え、皆さんが和気あいあいと、時には笑い、時には真剣な表情で話されたり耳を傾けて話を聞くなど、今までの中で一番時間が足りなかったのではないかと思います。それぞれのグループごとに盛り上がっていたのを目の当たりにしました。

今回のミニ講座にあった日常生活における工夫や、今まで体験されたこと、考えていることや心配なこと、頑張っていることなど、様々な内容を交流会という場で共有されていたように思います。皆さんと共有した「山ざくら」での時間が参加者の方々にとって良い時間になっていたのであれば幸いです。

次回のがんサロン「山ざくら」は、今年度最後となる2月26日（水）となります。皆様のご参加をお待ちしています。入院患者さん、外来患者さん、ご家族やご友人等の参加、また会の途中での参加、退出もO.Kです。飲み物は各自でご持参ください。ご興味のある方はどうぞいらしてください。お待ちしております。

2024年度 予定

次回 2025年 2月26日 水曜 13:15～ 3階講堂 北
※入院・外来患者さん、ご家族、ご友人等、参加費無料、
事前申込不要、当日参加可、途中退出可、
飲み物は各自でご持参ください（食事は不可）
※ミニ講座テーマは決まり次第、病院ホームページに掲載します。

サロンの名前は「山ざくら」です

「山ざくら」は、大和市の木です。
花言葉のひとつに『あなたに微笑む』があるそうです。由来は、残雪や肌寒さを感じる季節の中で、木々が芽吹くよりも先に咲き、上品な花によって思わず笑みがこぼれてしまう、といった情景から付けられたとされているそうです。～ピアサポーター小俣さんより～

問い合わせ先：がん相談支援センター（大林、平井）
連絡先 046-260-0111
大和市立病院がんサロン便り vol.3(2024.12.25)