

すずかけサロンだより

最近のサロンの様子

5月7日のサロンは、昭和町公園の藤棚の下でのサロンを計画しました。当日は爽やかな天気になり、お茶とおやつを持って病院を出て公園の藤棚で話をしました。藤の花は、満開を過ぎた状態で、新緑におおわれた藤棚の下で、令和初めてのサロンでした。平成の天皇様や皇后様の話、新天皇様について話題になりました。参加者の皆さんからは、「災害のないよい時代になりますように」との声が聞かれました。1時間ほどで病院に帰り、すずかけサロン室で続きの話をしました。ゴールデンウィーク明けとあって、「わらび取りにいった。」「ゴールデンウィーク関係なく仕事をしていた」などの話がでました。

また、最近のサロンでは、折り紙が人気です。4月は「兜」、5月には「ポチ袋」を折りました。兜は金色の色紙でしたので、立派な兜になりました。今後も参加者の方が持参された、折り紙の本を参考に折り紙をしてみたいと思います。



ピンクリボン交流会のご案内 6月9日(日)10:00~11:30 場所:大会議室

※乳がんを経験された方、ご家族様の交流会です。皆様のご参加をお待ちしています。

堀先生の痛みの勉強会 初めての「痛みの勉強会」を開催しました。その内容を少しご紹介します。

痛みは、子供の頃に転ぶなどして学習した、不快な情動体験を脳が覚えて痛みと感ずります。しかし、痛みがあることで、体の悪いところを知らせ、長く生きていくための知識を教えてください。痛みを取り除くことができない時は、別な痛み刺激をする。例えば、注射の針を刺す時に反対の手で足をつねるとか、また、他の人と話をして、気分を紛らわすなども有効です。参加者から、「抗がん剤をしていた時に、その後あえて仕事をする事で、体のつらさを忘れて仕事できた。」と痛みやつらさの対処法の体験談を話されました。また、腰痛についての質問もありました。最後に、「何かを始めるか迷った時には、挑戦することで良い結果が生まれる」との言葉に、参加者が前向きになりました。 次回は、6/18(火)16時~ すずかけサロン室で開催します。是非ご参加下さい。

～今後のサロン予定～

6月4日(火)

14:00~16:00

すずかけサロン室

6月18日(火)

すずかけサロン室

14:00~16:00

「痛みの勉強会」

16:00~30分程度



—編集後記— がん相談支援センターに一冊の本が送られてきました。「明日への希望をつなぐがん治療情報」という本です。その本に、がん治療はどんどん進歩していますが、「患者さんやご家族の抱える不安や苦しみは、今も、昔も変わりません。そうした不安を乗り越えていくための方法の一つのが、同じ境遇の仲間との交流です」とありました。まさに「すずかけサロン」のことと思いました。「すずかけサロン」ができて、10年になります。その間にも多くの方々が苦しい気持ちを抱えてサロンに参加され、笑顔を取り戻された方を多く拝見してきました。

是非「すずかけサロン」をのぞいてみてください。(はな子)



問い合わせ先 厚生病院がん相談支援センター

TEL: 0858-22-8181 担当竹本・船越