がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.34　４月・５月合併号

ゴールデンウィークが終わりました。気が付けば桜の花もチューリップも終わり、花壇の花々は新たな彩りを増しています。そして、山々は若葉でモコモコと膨らんで見えます。

新型コロナウイルス対応も３か月近く経過し、緊急事態宣言を受けて自粛生活を送る中、感染情報を確認し感染予防対策に神経を使うなど、大きな環境変化にストレスを感じている人も多いと考えます。

皆様、お変わりありませんか？病気の治療が予定通り進まなかったり、ちょっとした体調変化に心配になったりと大変でしょうが、体調管理に気をつけて下さい。

残念ですが、５月のサロンもお休みいたします。

６月は、島根での感染終息が見えれば短時間での開催を計画します。７月にはサロン再開３周年となりますので、是非とも実現させたいものです。皆さんの笑顔に会える日を楽しみにしています。

「エッセンシャル・ワーカー」「フロントライン・ワーカー」

医療従事者や危機対応にあたる行政、配達を担当する物流事業者、スーパー等の販売員、公共交通の職員など、私たちが生活を営む上で欠かせない仕事に従事する人々を、海外では感謝と尊敬を込めてこう称す。

中でも、生命にかかわる最前線で働く医療従事者は、自らの感染の危険性と背中合わせの中、家族への影響にも心を砕きながら、日々の激務に就いている。

そのような皆さんに感謝の気持ちを込めて、日本でもライトアップや一斉の拍手で感謝の気持ちを伝えている。

私たちがんサロンメンバーも、心を込めて感謝の拍手を送りたい。

メンバーの自粛生活の様子

- 体温計の電池探しに奔走
- マスク作り
- 体力低下予防（ストレッチ・体操・ウオーキング）
- 買い出しは２回／週
- ガーデニング
- 孫の子守り
- スマフォゲーム
- パッチワーク
- 読書　　等

５月のサロンは、お休みします。
６月は、感染対策として、
時間短縮、飲食無し（会費徴収なし）
で開催予定です。

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30

~~５月16日~~、６月20日、７月18日

８月22日（第４土曜日）、９月19日

場　所　　保健センター　１階

予約不要　　途中参加・退室自由です

お茶代　　100円

お問い合わせ先　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.35　2020. 6

梅雨入りした直後の大雨警報に、憂鬱な気分になるとともに、何となく落ち着かず気象情報ばかりをみていました。しかし、山々は深緑と化し、畑の野菜は生き生きと成長し底知れぬパワーを感じます。

新型コロナウイルス対策で、多くのがんサロンが休止しています。特に院内型サロンは、従来通りの開催は困難なケースが多く、開催場所の変更などご苦労しておられるようです。

SNS が発達していますが、サロンメンバーはそれを駆使してコミュニケーションを取れる世代ばかりではありません。やはり、仲間と顔を合わせ会話したいと願っています。それだけで、なぜだかホッとできるのです。

当サロンは、江津市のご厚意もあり従来通り再開することができありがたく思います。他の地域のがんサロン活動の継続ができるように、多くのご支援があることを願います。

自粛生活　Part２
～　お手紙・お電話・偶然の出会いより　～

・変わりなく過ごしている
・体調が優れず入院し、検査、処置を受けた
・家の中、外の片付け、休日が多く食事作りに追われた
・定期受診に加え、他の体調不良で通院が増えた
・６月のサロンが本当にあるのか心配になり電話した
・親族（医療従事者）が、３か月近く帰省を自粛し寂しい思いをした
・スーパーでメンバーとの偶然の出会いがあり、元気そうで安心した
・体力作りのため、運動に励む
・ガーデニングで、毎日草と格闘

サロン参加時のお願い

・朝、発熱がないことを確認
・マスクの着用
・来所・退所時の手指消毒
・開始前、終了後の清掃
・机や椅子の間隔をあける
・換気

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30
６月 20 日、７月 18 日、８月 22 日（第４土曜日）
９月 19 日、10 月 17 日、11 月 21 日

場　所　　保健センター　１階
予約不要　　途中参加・退室自由です
お茶代　　100 円
お問い合わせ先　090 - 8068 - 7920（松浦）

７月は、江津市のがんサロン再開３周年になります。

３年間を振り返り、多くの方と祝いたいと思います。

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.36　2020. 7

４か月ぶりにサロン開催しました。懐かしい顔ぶれに加え新規参加もあり、さらにはほっとサロン浜田からもお越し頂き、再開出来て本当に良かったと思います。そして、７月は江津市のがんサロン再開３周年になります。サロンでは、多くのご縁に恵まれました。これからも、心の荷物を少しでも軽くでき、笑顔になれる場であり続けたいと思います。

さて、今年も各地で豪雨災害が発生し、多くの尊い命が犠牲になりました。心からご冥福をお祈りします。異常気象は、もう異常ではなくこれが通常なのだと考えなくてはいけないのでしょうか。加えて、新型コロナウイルス流行に各地での地震、どれもこれも人命を脅かすことですが、命を守ることを最優先に考えて行動しなければなりません。

このような不安の中、病気になった時もそうでしたが、何気ないいつもと変わらない毎日を送れることが、どんなに幸せなことだったのか思い知らされます。一日一日を大切にしたいと思います。

６月のサロンの様子

- 新規参加者　広報で見て参加
- 自粛中の生活について
- ほっとサロン浜田の近況
- 今後のサロン活動について情報交換

サロン参加時のお願い

- 朝、発熱がないことを確認する
- マスクの着用し
- 来所・退所時の手指消毒
- 開始前、終了後の清掃
- 机や椅子の間隔をあけ、換気

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30

７月18日、８月22日（第４土曜日）

９月19日、10月17日、11月21日

場　所　　保健センター　１階

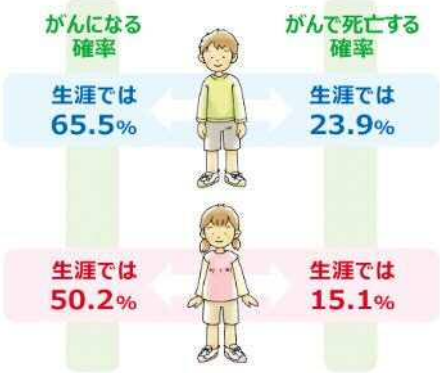
予約不要　　途中参加・退室自由

お茶代　　100円

お問い合わせ先

090 - 8068 - 7920（松浦）

累積罹患リスク・累積死亡リスク



・**累積罹患リスク**（るいせきりかんりすく）
ある年齢までにある病気と診断されるおおよその確率（ただし、その病気と診断されるまでは死なないという仮定のもとでの確率）。

・**累積死亡リスク**（るいせきしぼうりすく）
ある年齢までにある病気で死亡するおおよその確率（ただし、その病気以外では死なないという仮定のもとでの確率）。

2017年データに基づく累積罹患リスク、2018年データに基づく累積死亡リスク（がん情報サービスより）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.37　2020. 8

７月には、日本各地で豪雨災害が発生し多くの人命が奪われました。江津市でも、２年前と同じ地域で再度の被災に遭われた方も多く、心よりお見舞い申し上げます。一日も早い復興を願うとともに、防災減災の手立てを講じ安心して暮したいものです。

遅い梅雨明けの後は、連日の猛暑が到来しました。頭も身体もうまく切り替えができず、体調管理に神経をとがらせています。

今年は、新型コロナウイルス対策で、日常生活や人との関わり方も大きく変化しました。このような状況の中、病気や体調不良、つらい心と向き合いながら生活しておられる方達が多くおられると思います。そんな時は、一人で悩まずにサロンに足を運んでみて下さい。同じような体験をした仲間がお迎えします。抱え込んでいる荷物を、少しでも軽くし笑顔で帰って頂きたいと思います。

「わたしの未来ノート」

もう貰いに行きましたか？サロンメンバーは数名入手しています。
「書きたいページから、書きたいことを、気持ちが変われば書き直し、自分流で」と話していました。
※以下、江津市 HP より一部抜粋

- 高齢者の人が今までの人生の振り返りと、「エンディング」（最期）までを自分らしく生きる準備をするために書き記すノート。
- 無料配布（６５歳以上だそう）（PDF ファイルのダウンロード可能）
- 自分の生き方を振り返り、万が一に備えておくことは、これからの人生を前向きに描くことにつながります。
- 「未来ノート」を通して、家族や周囲の大切な人と話をして思いを伝えてください。
- 配付場所　　江津市役所地域包括支援センター（本庁舎２階）

江津市がんサロン再開３周年

多くの方の参加と、ご支援のお陰で無事３周年を迎えました。新規の参加者や懐かしい顔ぶれもありました。

新規参加がある時は、１分間自己紹介が恒例ですが、皆さん慣れておられとても上手にお話されます。

参加時のお願い

朝、発熱がない
マスク着用
来所、退所時の手指消毒
開始前、終了後の清掃
机や椅子の間隔をあける
換気

≪サロン開催予定≫　毎月第３土曜日　９：30～11：30
８月22日（第４土曜日）、９月19日
10月17日、11月21日、１2月19日
場　所：保健センター　１階
予約不要：途中参加・退室自由　　お茶代：100円
お問い合わせ先　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.38　2020. 9

猛暑が収まらない中、大型台風が連続して接近しました。毎年のように災害が発生し、今年は新型コロナウイルス流行も加わり、生命が危険にさらされるという事を身近に感じている方も多いと思います。

９月は、がん征圧月間です。例年なら、がんに関連した市民公開講座やがん検診啓発イベントが目白押しのはずですが、今年は開催が難しいようです。このような状況下ではありますが、自分やご家族のためにも、早期発見につながるがん検診を多くの方に受けて頂きたいと考えます。

近況・サロンでの話題等

◎例年とは、少し違ったお盆を実感
・墓参り帰省が少ないためか、お花も少ないなど共同墓地の様子が異なった
・ひ孫誕生、帰省自粛でまだ会えない
・子供たちはお互い相談し、日程をずらし帰省
・昨年介護した母が元気になり、盆団子を作ってもらいご馳走になった
◎熱中症になってしまった
◎検査や治療の際、薬剤が合わず体調を崩した
◎ペインクリニックを紹介され、薬の調整を重ね痛みが軽減できた
◎新型コロナ禍の中、がんや新型コロナに限らず終末期の看取りは、どうあれば良いのだろうか？自分はどうしたいのか？　やはり「人生会議」？エンディングノート？

参加時のお願い

朝、発熱がないことを確認し、マスク着用
来所、退所時の手指消毒
開始前、終了後の清掃
机や椅子の間隔をあけ、換気

がん検診啓発について

当サロンは、島根県のがん検診啓発サポーターに登録している。

先日、県よりがん征圧月間への協力として、パンフレット配布依頼を受けた。参加メンバーが持ち帰り、ご近所・知人などに手渡すことにした。

一昨年のサロンレターに紹介したが、様々ながん疾患には啓発カラーがありシンボルリボンとして表している。さらに啓発月間を決め、理解を深めて貰えるよう活動している。

９月は、一番多い。

前立腺がん（ライトブルー）
悪性リンパ腫（ライムグリーン）
子宮体がん（ピーチ）
卵巣がん（ティール）
小児がん（ゴールド）
白血病（オレンジ）
甲状腺がん（ティール/ピンク/ブルー）

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30
９月19日、10月17日、11月21日、
１２月19日、１月16日、２月20日
場　所：保健センター　１階
予約不要：途中参加・退室自由
お茶代：100円
お問い合わせ先：
090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター VOL.39 2020.10

暑さ寒さも彼岸までといいますが、秋がやって来て澄み渡った空は一層高く感じます。そして、夜空でも中秋の名月や火星の最接近がありました。古の人々に想いを巡らせたり、宇宙の壮大さを感じるとともに、私たちの命について考えます。

新型コロナウィルス関連のニュースが最優先の日々ですが、９月はがん征圧月間でしたし、１０月はピンクリボン月間です。最近になり例年ほどではないですが、TV で取り上げられる機会が増え、ライトアップも始まりました。まず自分たちでできるがん対策として、早期発見・早期治療のためにも、誘い合わせてがん検診を受けて頂きたいと思います。

サロンでの話題

- 皆さんは、大きな体調変化も無く自分らしく生活している。
- 台風１０号の強風で、自宅の修繕が必要となった。
- 今後のお墓の管理について
  - 次世代は遠方で、納骨堂に変えた
  - 自分たちで新規に建てるか思案中
  - 共同墓地は維持しやすい
  - 江津市のお墓情報
- 新型コロナウィルス感染症患者の軽症者等の宿泊療養施設について

  県西部においては、当市にある「少年自然の家」が該当する。開設時には、医療従事者が必要で募集している

参加時のお願い

朝、発熱がないことを確認、マスク着用
来所、退所時の手指消毒
開始前、終了後の清掃
机や椅子の間隔をあけ、換気

国立がん研究センターがん情報サービス「がんの冊子」

久しぶりに HP の資料室にある「がんの冊子」をじっくりと見た。全部で 40 種。
そこには、①がんの冊子 PDF と②でんし冊子 PDF、③音声版 mp3 がある。①と②を比較して見比べると、がんの説明内容は同じだが、①は最初に「がんの診療の流れ」の概念図と「がんと言われた あなたの心に起こること」の頁があり、最後には「診断や治療の方針に納得できたのか」「セカンドオピニオンの説明」と「がんの冊子や書籍紹介」「閲覧入手方法」と丁寧に説明してある。診断を受けた直後やそうではないかと不安な時に、段階を追いながら理解するのを手引きしてくれるイメージだ。

②は、文字が大きくすぐに病気の説明に入り読みやすいと感じた。「わたしの療養手帳」があり、自分の病状や治療方針などの書き込みができる。

③は、ほとんどの PC やスマホで聞くことが出来るそうだ。

※小児がんの冊子は全５冊あり

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　9：30～11：30
10 月 17 日、11 月 21 日、１2月 19 日、1月 16 日、2月 20 日
場　所：　保健センター　１階
予約不要：　途中参加・退室自由　　お茶代：　100 円
お問い合わせ先：　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.40　2020.11

11 月となり一気に秋が深まり、山や庭先の広葉樹が赤や黄色に彩られてきました。これからは、『一雨一度』と称されるように気温が下がり、次の季節への準備が必要になります。

９月末の気象庁発表では、寒候期予報として 12～2 月にかけての降雪量は西日本の日本海側が多くなる見込みだそうです。２年続きの暖冬でしたが、久しぶりのまとまった雪になりそうです。

季節柄多くの感染症が心配です。新型コロナ・インフルエンザ始め各種感染症に罹らないためにも体調管理に努めましょう。

サロンの様子

- １年９か月振りの参加、笑顔の再会
- 急に家事全般を担当する状況になり、普段気づかない家族それぞれの役割を再認識
- 家族の勤務体制の変化で、忙しくなり落ち着かない
- 他の人に理解してもらえないと感じ、気持ちが落ち込む
- 落ち着いていた症状が再燃し、内服調整
- 治療の影響で食欲がなく、休薬中も改善しない
- 家族が大病し、仕事しながらの介護生活

参加時のお願い

朝、発熱がないことを確認
マスク着用
来所、退所時の手指消毒
開始前、終了後の清掃

人生の最終段階の療養生活の状況や受けた医療に関する全国調査結果

10 月 31 日、国立がん研究センターが公表し、翌々日の新聞には、がん患者に関しての主な結果が示されていた。

少し詳しく内容を見ようと HP にアクセスした。これは、厚生労働省委託事業であり、前年度の予備調査を踏まえたご遺族の方への調査であった。

「がん」「心疾患」「脳血管疾患」「肺炎」「腎不全」のいずれかの病気により亡くなった約 5 万人の方のご遺族の方々の意見を広く収集し、亡くなる前に利用した医療や療養生活の実態を把握し、医療や療養環境の改善につなげることを目的としたものであった。がんにおいては、第３期がん対策推進基本計画の中間評価を控え、参考のひとつになりそうだ。

この公表には、**～医療に対する満足度は高いものの、人生の最終段階で、約４割のがん患者が痛みや気持ちのつらさなどを抱えてすごしており、緩和ケアや家族へのケアについて より一層の対策が必要であることが示されました～**とサブタイトルが付いていた。

参考：国立がん研究センターHP、トップページ＞広報活動＞プレスリリース：2020 年 10 月 31 日分

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　9：30～11：30

11 月 21 日、１2月 19 日、1 月 16 日、2 月 20 日、３月２７日（第４土）

場　所：　保健センター　１階

予約不要：　途中参加・退室自由　　お茶代：　100 円

お問い合わせ先：　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.41　2020.12

12月に入り、激動の2020年も後わずかで幕を閉じようとしています。

今年は、サロンを３か月お休みしましたが、皆様のご支援で無事継続できることに感謝いたします。

新型コロナウイルス感染者は増加の一途をたどっています。報道によると、重症患者も増加し、また医療機関でのクラスター発生など、医療提供体制維持が危ぶまれる地域が広がっています。このまま進めば、対応ベッドに余剰があるように見えても、実際は看護師不足で受け入れに支障をきたす可能性があります。更には、新型コロナウイルス感染以外の患者さんの入院や治療・手術を控えるなど、影響が大きくなっていきます。

医療崩壊を防ぐためにも、私たちにできる感染拡大防止策を確実に実践することが大切です。３密を避け、マスク・手洗い・清掃を励行しましょう。そして、長期に渡って緊張を強いられる中、患者さんに対応しておられる皆さんに、改めて感謝の「ありがとう」を伝えたいと思います。

サロンの様子

◎参加者減少！！

① 感染回避？　・感染対策しております

② 寒さの影響？　・例年冬季は減少

③ サロン開催を知らない、アピール不足？

・防災無線放送及び新聞掲載休止中

・がん相談支援センターや市役所に顔を出していない

④ 参加者が固定し、話題不足？

・サロン運営方法の検討必要

月１回の開催ですが、一人でも会場を準備しお待ちします。

新しいがん情報を収集し情報提供します。

サロン卒業の方のことも熟考し、SNSや郵送でサロンレターを送る試みを始めます。

尚、県西部での新型コロナ感染者増加を認めれば、サロン休止といたします。

島根県がん教育外部講師フォローアップ研修

12月３日に浜田保健所で、教職員向け研修をリモートで視聴した。

モデル校である県立益田高等学校と江津市立桜枝中学校の実践発表と、聖心女子大学教授・副学長の植田誠治氏の講演があった。

小学校は今年度、中学校においては来年度から「がん教育」が全面実施となる。高等学校では翌年より年次進行で実施される。

研修参加やがん教育外部講師のためのｅラーニングを受講したが、果たして自分に期待される役割が果たせるのか不安に感じる。けれども、子供たちが、「がんに対するいたずらな不安や偏見を払拭し、自分の生き方と健康を考え、自他の健康と生命の大切さを知ることが出来るように」学ぶ場で、微力ながらもお手伝いしたいと考えている。

そして、子供たちのために、多くの方が外部講師に登録して下さればと願う。

参加時のお願い

朝、発熱がないことを確認

マスク着用

来所・退所時の手指消毒

机や椅子の間隔をあける

換気（防寒対策をして下さい）

開始前、終了後の清掃

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30

１２月19日、１月16日、２月20日、３月27日（第４土）

場　所：　保健センター　１階

予約不要：　途中参加・退室自由　　お茶代：　100円

お問い合わせ先：　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.42　2021.1

2021 年が明けました。年末からの寒波の影響もあり、静かで、それでいて何とも落ち着かない年越しでした。今年は、どんな一年になるのでしょうか。

当たり前と思っていたことが出来ないもどかしさ、人との関わりが少なくなり意欲が湧かないなど、気分が沈み込んではいませんか？　当サロンは昨年３か月お休みをしましたが、何とか活動を継続することが出来ました。多くの方のご支援や励ましのお言葉、そして参加して下さるメンバーの皆さんに感謝いたします。

報道やネット情報ではありますが、新型コロナ感染者対応のため、病床や医療従事者の人員確保に迫られ、がん病棟の縮小や統合、緩和ケア病棟の休止など目にします。通常の医療提供にも支障が及び、入院治療や手術の延期などもあるようです。サバイバーやそこに従事しておられる方々を思うとやるせない気持ちでいっぱいです。

一日でも早く感染拡大が終息することを願いつつ、まずは自分にできる感染防止に努めましょう。

今後のサロンについて

「県西部での新型コロナ感染者増加を認めれば、サロン休止」と、前回決めた。

先月から県西部でも感染者が散発している。増加の判断に迷うこともあり、具体的な判断基準が必要だと感じる。

１月のサロンで相談する予定。

サロン参加時のお願い

〇朝、発熱がないことを確認して下さい
　体調が悪い時、不安がある時はお休みして下さい
〇マスクの着用をお願いします
〇来所・退所時の手指消毒を徹底しましょう
〇机や椅子の間隔をあけています
　間をあけて着席しましょう
〇換気のため、室温が上がりにくくなります
　各自、防寒対策をして下さい
〇開始前、終了後は清掃を行います

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30

１月 16 日、２月 20 日、３月２７日（第４土）

４月 17 日、５月 15 日、６月 19 日、７月 17 日

場　所：　保健センター　１階

予約不要：　途中参加・退室自由

お茶代：　100 円

お問い合わせ先：　090 - 8068 - 7920（松浦）

がんケアサロン江津

サロンレター　VOL.43　2021.2

　先月からの各地での緊急事態宣言と、県西部での新型コロナウイルス感染者増加に、明日は我が身かと戦々恐々としています。そして、LINE「島根県新型コロナ対策パーソナルサポート」の通知を待つ毎日です。ワクチン接種や治療薬開発の早期実現が待ち遠しい気持ちは皆同じだと思いますが、まずは、基本的な感染予防対策に励みましょう。

　そんな中にあっても、２月に入ると暖かい日差しが増え、261 号線沿いの梅の蕾の膨らみに春がそこまで訪れているのを感じます。少し身体が動かし易くなり、鉢植えの植物などの世話で気分転換ができるようになりました。色々と制約はありますが、心身共に健やかでありたいと思います。

１月のサロンの様子

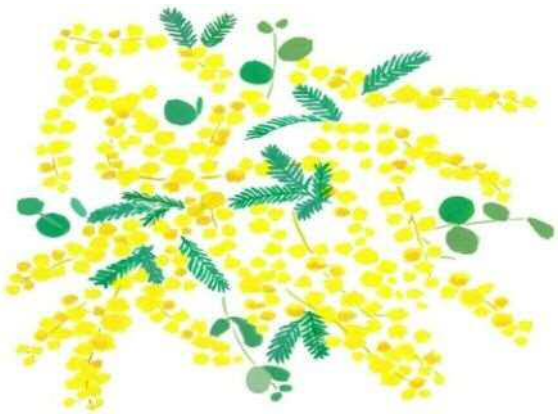
・１ 年の始まりなのでと久しぶりの参加あり
・大きく体調変化なし
・新しい治療を予定している
・高齢者自動車教習に参加
・仕事があり忙しい毎日
・術後１年を迎える「まだ１年しか経っていない」という思いと「1年頑張った」と思える自分がある
・体調不良で、QOL 低下を実感

今後のサロン運営と休止の目安

1. 当面は、茶菓なし、会費徴収なし
　心配な時は、無理をせず自己判断で休む
2. 休止の目安
　① 島根県を含む緊急事態宣言期間中
　② 江津市での感染者発生時
　　・最終感染者発症日より 14 日経過まで
　③ 浜田市など隣接市町村で、以下の状況時
　　・連続しての、５名以上の発生
　　・連続しての、感染経路不明者２名以上
※連続とは、発症日 14 日以内の感染者の連続
3. 休止再開時の対応
　① 連絡…前日までに、SNS または電話連絡
　② 休止時ｻﾛﾝﾚﾀｰ送付…SNS または郵送

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30
２月 20 日、３月２７日（第４土）
４月 17 日、５月 15 日、６月 19 日
７月 17 日、８月 21 日、９月 18 日
場　所：　保健センター　１階
予約不要：　途中参加・退室自由
お茶代：　100 円
お問い合わせ先：
　090 - 8068 - 7920（松浦）



がんケアサロン江津

サロンレター VOL.44 2021.3

３月になり夜明けも早まり、日差しの暖かい日が増えてきました。木々の新芽や花木の彩りにも、春の訪れを感じ身体と心が緩むような気がします。

新型コロナウイルス対策においては、緊急事態宣言延長に加えワクチン接種も開始されることで少しずつ前進していくのでしょうか。変異株の報告に加え、年度替わりの人々の移動が増すことも予測され、流行拡大の第４波の可能性もあるそうです。まだまだ気を引き締めて生活する必要があります。

また、３月 11 日は東日本大震災より今年で 10 年になります。津波の押し寄せる映像が今でも思い出されます。毎年のように日本のどこかで発生する自然災害ですが、いつどこで自分たちが災害に遭遇するかはわかりません。改めて、防災・減災を意識し命を守る行動を取れるよう備えたいと思います。

サロンの様子

・参加人数は少なく、固定化している
・多くの方に活動を知って参加してほしい
・防災無線での放送や、新聞の情報 BOX 掲載の再開を希望する声がある
・２月より当面の間は飲食を中止して開催し、それに伴い会費徴収も休止
・今後の治療方針に関して悩みがあったが、話すことで考えを整理でき、次回受診で医師に伝えるつもり
・落ち着いていた症状が再燃した
・がん以外の体調変化がある
・内服が増えた
・大きな変化はないので良いことだと思う

新型コロナウイルスワクチン接種

・決まれば受けるつもり
・アレルギー体質なので主治医と相談
・自分に副反応などあれば、それを次に生かしてもらいたいと思う
・現時点で発表されているデータでは特別に危険なワクチンとは思わない

参加時のお願い

朝、発熱のないことを確認
マスク着用
来所・退所時の手指消毒
机や椅子は間隔をあけ、換気
開始前、終了後の清掃

≪サロン開催予定≫

毎月第３土曜日　９：30～11：30
３月27日（第４土）、４月 17 日、５月 15 日
６月 19 日、７月 17 日、８月 21 日、９月 18 日
場　所：　保健センター　１階
予約不要：　途中参加・退室自由
お茶代：　100 円
お問い合わせ先：　090 - 8068 - 7920（松浦）