

がんケアサロン 江津

サロンレター VOL. 11 2018. 5

若葉の萌黄色や新緑で山々がもこもこと膨らんでいます。あちこちの春の花にも目を奪われ心が和みます。4月から気温もどんどん上昇し、初夏に向かって一気に駆け抜けて行くかのように身体がついていきません。すでに、熱中症対策が大切になります。十分な睡眠と食事に加えて、衣服や寝具の調整やこまめな水分摂取を心がけましょう。

4月21日のサロンの様子

- ・ 会計報告
- ・ 他のサロンの様子
- ・ 石見銀山がん哲学外来の取り組み
- ・ 「ニーバの祈り」を読んで

がんサバイバーという変えられない事実をどのように受け入れ、がん向き合い、生き方をどの様に変えてきたかを伺った。

- ・ がんサロンへの想い

心や身体が一杯いっぱいの際は、外に目を向けられない。そんな時、サロンは自分を解放できる場所だと感じた。

- ・ 家族として見守るにも葛藤がある。

サロンの終了後も、そっと寄り添いお話を伺っておられる参加者の姿がありました。それぞれが多くの体験を通しての今日があります。かつて、サロンでほっとできた自分が、他の方のほっとに出会えるのです。

ご存知ですか？

「がんサバイバー」

海外では、がんと診断された人だけでなく、その家族・介護者も含めて広く定義される。この概念は、1986年に米国で生まれた。(全米がんサバイバーシップ連合)

「がんサバイバーシップ」

がんサバイバーが、がんの診断や治療を受けながら、がんと共に生き、充実した生活を送る過程全般。

どこで読んだのか忘れてたが、「サバイバーとは困難な課題に取り組み続ける人」とあった。それ以来、自分を「がんサバイバー」と抵抗なく言えるようになった。



サロン交流会のお知らせ

おおなん元気サロンとの交流会開催

日時：6月11日(月)

10:00~12:00

場所：済生会江津総合病院
2階講堂

※どなたでも参加できます

2018年のサロン開催予定

毎月第3土曜日 9:30~11:30

5月19日、6月16日、7月21日

8月18日、9月15日、10月20日

11月17日、12月15日

場所 江津保健センター 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)