

がん患者さんとその家族の集い

こんにちは、久しぶりの会報です。

ほっとサロン浜田

名言名文句

Mother Teresa マザー・テレサ(1910年～1997年)
現在のマケドニアのスコピエに生まれ、神の愛の宣教者会の創立者。

笑ってあげなさい。笑いたくなくても笑うのよ。

笑顔が人間に必要なの。



がんという言葉は、心に大きなストレスをもたらします。「なぜ、自分だけがこんな目に遭わなければならないのか」「私が何か悪いことをしたのか」などと、怒りを感じることもあるでしょう。「食生活が悪かったのではないか」「仕事のストレスのせいだ」などと、自分を責める人もいます。しばらくの間は、不安や落ち込みの強い状態が続くかもしれません。眠れなかったり、食欲がなかったり、集中力が低下する人も少なくありません。中には、今まで経験したことのないような、つらい状態におちいってしまう人もいます。そんなときには、無理にがんばったり、平静を装ったりする必要はありません。がんになったのは、決してあなたのせいではありません。誰とも話したくない時間や、一日中布団をかぶって寝ているという日があってもいいのです。がんと言われたあなたが不安で落ち込むのは、むしろ自然なことです。自分だけがどうして……と思うこともあるでしょう。多くの方々がこのようなストレスに直面しています。

がん患者さんとその家族の方ぜひ、集いにいらしてください。

憩いの場・語らいの場・情報収集の場・気軽にこられる場・元気と勇気の湧く場

★ 日時：月4回 第1、2、3、4水曜日 午後1時～3時30分(祝日を除く)

★ 場所：浜田市医療センター 6階多目的室

玄関に看板が出ております。

時間内 自由入退場 OKです。

駐車券持参してください。(駐車代は無料となります。)

皆様のご参加お待ちしております。 がん相談室：0855-28-7096(2階)

がん患者さんとその家族の集い

ほっとサロン浜田

鮮やかな紅葉

2016年11月15日

朝夕一際冷え込むころご自愛ください

今回の名言名文句

自分の弱点をさらけ出さずに人から利益を受けられない。
自分の弱点をさらけ出さずに人に利益を与えられない

夏目漱石(なつめ そうせき) 小説家、評論家、英文学者。本名、金之助

癌細胞と正常細胞について

人間の体は約60兆個の細胞からできていると言われています。

がん細胞は、普通の細胞から発生した正常でない=異常な細胞で、がんはこの異常な細胞の塊です。

正常細胞は、体や周囲の状態に応じて、増えたり、増えることをやめたりします。

例.けがをすれば細胞が増殖して傷口を塞(ふさ)ぎます。しかし、傷が治れば増殖を停止します。

対して、がん細胞は、体や周囲の状況を無視して殖え続けます。

増え続けるので、どんどん数を増し、周囲の大切な組織を
圧迫したり、壊したり、機能障害を引き起こします。

クリスマス会のお知らせ

日時 12月14日 水曜日

13:00~15:30

(軽食を準備しております)

場所 浜田医療センター 6階

可能な方は500円以内のプレゼントをご用意してください。

飛び入り参加OKです。

奮ってご参加ください。

* 11月30日は5週目ですが、23日の振替でほっとサロンは開きます。

* 12月28日はお休みします。

よろしく申し上げます。

