

雲南サロン「陽だまり」

第132号 H31. 2. 1

雲南サロン「陽だまり」のめざすものとして、病気について不安を抱える患者同士（または家族）が交流することで支え合い、がんという病気の予防や検診の必要性について、患者（または家族）の立場から、普及啓発していけたらと考えています。



雪が降り積もりませんネ 良いのか悪いのか・・・？東北や北海道では、大変な様子です。節分!!「鬼は外、福は内」と福を呼び込んでください。

受験、卒業、入学、就職と忙しい日々を迎える準備の時期でもあります。

インフルエンザが流行しています。うがい、手洗い、マスクなどで予防することも本当に大切です。

2月サロンのご案内

2月14日(木)
2月28日(木)
午前10時～午後3時
です。
お待ちしております。

☆げらげら公楽歩のご案内☆

日時：2月9日(土) PM1:30～2:30
場所：島根大学医学部附属病院 病院内
3階 ほっとサロン

【お問い合わせ】
小林（電話 090-5370-4689）

生活や暮らしのことについて考える

1. あなたの周りの人に病気のことを伝える

治療が始まる前に、治療中や治療が一段落した後の生活や暮らしのことについて、ある程度考えておくことも大切です。

がんの治療ではほとんどの場合、入院や定期的な通院、自宅療養が必要となるため、仕事や家事、社会活動、日常生活にも影響が及びます。このため、できれば周りの人に病気のことを伝え、理解と協力を得ておいたほうがよいでしょう。

♡♡♡ **周囲の人とともに** ♡♡♡

治療が始まるまでに周囲の人に伝えておくことを書き出す／治療にかかる費用の目安を知っておく
保健や各種制度の手続きをする／入院の準備をする 一人で悩まずに協力してもらいましょう。

雲南サロン「陽だまり」は参加料など必要ありません。お気軽にお出かけください!

雲南サロン「陽だまり」は
第2・第4木曜日
雲南保健所内にて開設中

《お問い合わせ先》

運営世話人 小林 貴美子	TEL090-5370-4689
島根県雲南保健所	TEL(0854)42-9638
雲南市役所健康推進課	TEL(0854)40-1045