

雲南サロン「陽だまり」



第159号 R3. 5. 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。



朝方の冷え込み、暖かさ、寒暖の差には身体がついていきませんね。連休が始まりましたがどこへ行くことも出来ません。島根は安全だからと他県から来られるのがとても心配ですね。

コロナは新しいウィルスが次から次と出ています。〇〇型変異ウィルス株と言われても私達にはよくわかりません。ワクチン接種もいつになることでしょうか!? 慣れは怖いですが!! 御身体大切にしてストレスを溜めない生活を考えて過ごしましょう。☺



☆げらげら公楽歩のご案内☆
◆5月の公楽歩は、安全安心の為中止します。
場所：島根大学医学部附属病院
3階 ほっとサロン
【お問い合わせ】
小林（電話 090-5370-4689）

♪雲南サロン陽だまり♪
5月のサロンは中止します。
【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 出典：国立がん研究センターがん情報サービスより

がんと診断された方のご家族とお話しをする機会がありました。「家族が手術をしたが、本人が、がんということを周囲へ伝えないでほしい」と言い、家族は本人の気持ちを尊重していた。今は、本人から周囲へ話すようになりました。」とのお話でした。このことに関連した情報がありましたので『1. 周りの人に病気のことを伝える』『2. あらかじめ伝え方を考えておく』『3. 役割を一時的に代わってもらう』『4. 大きな決断は判断を急がない』『5. 生活や暮らしのことも相談する』の5回に分けてご紹介します。

がんと診断された方へ ～あらかじめ伝え方を考えておく～

周りの人に病気のことを伝える際には、必ずしも詳細に伝える必要はありません。しかし、自分が伝えたいことや聞かれそうなことについて、あらかじめメモにまとめるなど、答えを考えておくと、自分の考えを整理でき、落ち着いて伝えることができるでしょう。

「自分の病気のことを伝えるのは難しい」と思うこともあるかもしれませんが、すぐには伝えることができなくても、いずれかのタイミングで周りの人に伝えることを考えていくのは大切なことです。



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
午前10時～午後3時
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 岡 TEL (0854) 42-9641
雲南市役所保健医療介護連携室 TEL (0854) 40-1095