

わろてんかい  
**笑てん会**

**会報**

**笑てん会**

加古川中央市民病院が  
んサロン「笑てん会  
(わろてんかい)」は、  
がん患者さんとその  
家族が、体験を語り  
合いお互いに癒され  
る場をつくることを  
目的にとして平成29  
年7月に発足しまし  
た。  
「笑てん会」という  
会の名称は、がんに  
なっても、自分らし  
く笑って生きようと  
いう意味が込められ  
ています。



**勉強会の様子**

第4回は「がんの痛みの  
お話」というテーマで、緩  
和ケアチーム医師がより  
義があり、9名が参加さ  
れました。「最近の医療  
の変化を聞いてよかった。  
がんの痛みは我慢するこ  
とが美德と思っていた」と  
いう意見がみられたり、  
医師への痛みの上手な伝  
え方について話し合った  
りしました。

第5回は「食べられない  
時の食事の工夫」という  
テーマで、管理栄養士か  
らご講義を頂き、5名が  
参加されました。治療を  
している、食べるもの  
が減っていく中で、味覚  
障害の種類別にどのよう  
なものか食べやすいのか、  
具体的にお話頂きました。  
第6回は「生活の中  
での運動」というテーマで、  
作業療法士からご講義  
を頂きました。事前の市  
の広報の影響もあり、24  
名を多くの方に参加頂  
き、楽しい時間を過ごし  
ました。普通に運動する  
だけでも難しいので、し  
んどい時に運動するのは  
難しいと話しました。

**交流会の様子**

交流会では、「80歳と歳  
がいくと、認知症か癌か、  
という話になる。自分は  
癌で良かった。しんどいが  
自分で自分のことを決め  
られる。」といった意見や、  
「一日一日を命がけで生  
きている。今日も命がけ、  
明日も命がけ、一生懸命  
過ごそうと思う。」とい  
うような参加者の方のが  
んになって前向きに生き  
ようとする姿勢が皆を励  
ました。また、「再発  
の不安はいつもあるが、考  
えても仕方ないことは考  
えずに毎日を生きるよう  
にしている」と、自分では  
コントロールできない気持  
ちには、敢えて向き合わ  
ないという対処を取られ  
ている方もおられました。  
不安との向き合い方だ  
けではなく、抗がん剤治  
療特有の皮膚障害へのケ  
ア方法や、しびれがずっと  
あって、車の運転に注意が  
必要という話も皆で行い  
ました。

気持ちや症状など、実  
際に体験してみないと分  
からない気持ちを分かち  
合えた会となりました。

**2019年度 勉強会の予定/講師 (変更する可能性もあります)**

4/16	ピアサポートの効果/がん看護専門看護師	10/15	リンパ浮腫への対応/リンパ浮腫療法士
5/21	生活の場所について考えよう /緩和ケア認定看護師	11/19	がん治療と仕事について/社会福祉士
6/18	免疫治療のお話/腫瘍・血液内科医師	12/17	ストレスとの付き合い方 /精神看護専門看護師
7/16	がんの痛みのお話/緩和ケアチーム医師	1/21	笑いとユーモア/がん看護専門看護師
8/20	食べられない時の食事の工夫/管理栄養士	2/18	抗がん剤治療を「しりたい」 /がん化学療法看護認定看護師
9/17	生活の中での運動/作業療法士	3/17	がん治療とお口のケア/歯科衛生士