



# 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

今年度の第1回は「ピアサポートの効果」というテーマで2名が参加し、がん看護専門看護師が講義を行いました。初めてピアサポートという言葉と聞いたと話し、がんサロンもピアサポートとして、仲間の大事さを話合いました。

第2回は「生活の場について考えよう」というテーマで8名が参加し、緩和ケア認定看護師が講義を行いました。色々な療養の場所があると知れて良かったと言う意見や、患者支援センターで相談してみようという意見が見られました。

第3回は「免疫治療のお話」というテーマで11名が参加し、腫瘍・血液内科医師が講義を行いました。最近話題のオプジーボのお話を、警察や警察バッジなどの例え話を基に分かりやすく話を頂きました。皆さん普段聞けないことを医師にたくさん聞けて満足そうでした。

## 交流会の様子

交流会では、「再発の不安をずっと抱えて、検査がこわい。この先どうなるのだろう」と思うと不安。「不安」と先の見えない不安な気持ちは共有し、「不安な命はそれぞれにあって、どのタイミングなのか、違うだけ。前向きに生きてみたいと強がっていき。」という意見や「どうやって前向きになれるのか？無理にでも歌を歌う」ことが大事で、無理にでも声を出すと気持ちが出る。話をするのもある。話していることを皆で笑って話しました。

また、がん告知を受けたとき、知らないうちや、残された時間を大切にしたい、医師から聞いた話や、残された時間や、平均的な年齢で、毎日の忙しき生活に、せぬに毎日忙しき生活に、考えないことを話合いました。

### 今後の勉強会の予定/講師 (変更する可能性もあります)

4/16	終了	10/15	リンパ浮腫への対応/リンパ浮腫療法士
5/21		11/19	がん治療と仕事について/社会福祉士
6/18		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	生活の中での運動/作業療法士
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	笑いとユーモア/がん看護専門看護師	3/17	がん治療とお口のケア/歯科衛生士