

がん患者サロン

# よしのだより

令和5年10月発行 奈良県吉野保健所

## がん患者サロン「よしの」とは…

がん患者や、その家族同士が悩みや不安を語り合うことができ、同じ体験をした仲間が集う場です。交流会では、がんピアサポーターさんが進行し、各自の体験の共有や、情報交換を行っています。

10月の声を聞きようやく過ごしやすくなってまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？今年の暑さは例年よりも厳しく感じられましたね。

新型コロナウイルス感染症のため、令和2年度以降がん患者サロンの開催を見合わせておりましたが、去る7月28日（金）に交流会を開催し、10名の方が参加されました。初めての方や、遠方から参加の方もあり、皆さん心待ちにされていた様子うかがえました。

## 令和5年度第1回サロン

7月28日（金）開催

### 交流会～こんなご意見がありました～

- 手術うけてからの治療が長い。本人・家族共にしんどい
- 自分のしんどさや症状をDrにはっきり伝えることが大切
- 自分の気持ちと治療がついていかない場合があるので、病院等のがん相談支援センターへ相談することができる
- 笑いヨガなど笑うことで免疫力が上がる
- 科学の進歩はすごいので粘っていたら新しい薬にありつくとする

## 次回サロンのご案内

日時：令和5年11月16日（木）午後1時30分～3時30分

テーマ：「免疫力を高めるには？」～栄養のとり方を考えてみましょう！～

講師：畿央大学 健康科学部 健康栄養学科

准教授 熊本 登司子先生

交流会：奈良県がんピアサポーターによる進行

皆さんの  
ご参加お待ちしております！

