

# 姫路医療センターさくらんぼクラブ通信

さくらんぼクラブは、がん患者さんとご家族のための会です

2012年1月 第23号

## 2011年12月のさくらんぼクラブ

第4金曜日が祝日なので、今回は前日の12月22日木曜日に開催日を変更しました。一年の締めくくり、そしてクリスマスということで、がん相談支援室から差し入れもあり(この場を借りて、ありがとうございました!)「**クリスマス茶話会**」をしました。初めての方2名を含む12名の参加がありました。今回はアート作品作りのテーブルは設けませんでした、初めて参加の方もたくさんお話をしてくださり、話題が次々出てきて、和やかな2時間を過ごしました。

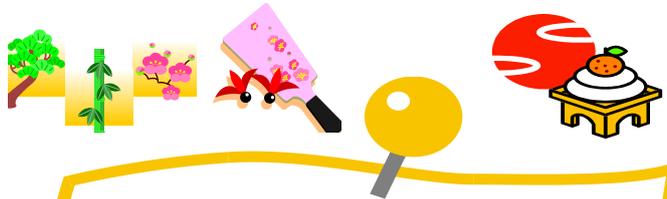
### 参加者の声



★Aさんは長い間病気と闘っています。「身体のために良いと言われることはすべてしました。」と具体的な体験談を教えてくださいましたので、私たちも大変勉強になりました。

★がん相談支援室へ相談に来られた帰り、さくらんぼクラブの存在を知って、飛び入り参加されたBさんは、「私はまだ術後、日が浅いのですが、がん相談支援室の看護師さんには、病気に対する専門的な知識を聞くことができ、さくらんぼクラブでは、今現在病気と向き合っている患者の日常生活の様子や気持ちの変化を聞くことが出来たので、来てよかったです!」と何度も言っておられました。「私たちも最初の頃は不安でいっぱいだったよね...。」と皆うなずき、ますます会話も弾みました。

★「ご近所や友達にどこまで病気のことを伝えるか...」さくらんぼクラブ通信の中でも何度も出てきた話題です。参加者全員が直面する問題だけあり、いろんな意見が出ました。もちろん人それぞれなので、完全な答えはできませんが、お互い自分が思っていることを聞いてもらい、また話すことにより、これからの付き合い方の参考になったようです。



## 今後のさくらんぼクラブの予定

2012年1月27日(金)

2012年2月24日(金)

2012年3月23日(金)

2012年4月27日(金)

2012年5月25日(金)

2012年6月22日(金)

時間は **10:00~12:00** です

### ちょっと相談してくる!

会の途中でCさんが、「手術した後、手の浮腫が気になる。外来受診の日はまだ先なので...」と言われました。さくらんぼクラブでは看護師さんがいるお部屋が隣りなので、気軽に「相談してみる!」とちょっと出ていき、看護師さんにリンパ浮腫相談、終わったらまた戻って来られました。「浮腫は大丈夫でした!」との報告に一同、安心しました。

その後、Cさんが看護師さんに教えてもらったリンパマッサージをみんなで見よう見まねでやってみました。身体を動かしながら、皆笑顔いっぱいでした。

このように、ちょっとした悩みでも気軽に相談することができるのがさくらんぼクラブの利点です。会が終わってからも、気になることを一言二言、がん相談支援室の方たちにお話すると、いろんな事を教えてくださいます。あちらこちらでお話が始まり、ついつい長居してしまいます。

さくらんぼクラブ通信は、さくらんぼクラブ会員である患者さんやそのご家族の体験・言葉で構成され、姫路医療センターがん相談支援室が発行しています。

**さくらんぼクラブのパンフレットができあがりました！**

これまでのさくらんぼクラブ通信でもたびたびお伝えしてきました「パンフレット」が、ついに完成しました。

さくらんぼクラブのことを紹介したチラシはがん相談支援室の方でも用意して下さっているのですが、参加している私たちが、自分たちの言葉で伝えたい想いがある、と感じていたことから、パンフレット作成を思い立ちました。パンフレットの類はあちこちで見かけるので、単純なものなら簡単に出来るだろうと考えていたのですが、いざ作るとなるとどうやって形にすれば良いのかわからず、思いがけず手間取り、何度も失敗し、また意見を出し合い作り直し…。そんなこんなの繰り返しの末に、ようやく、ようやく完成しました。いざ完成したのを見ると、どこまで自分たちの想いが伝わったろうかと、少々不安なのですが。

推薦文をお寄せくださった大歳先生、顔写真の公開に応じてくださったがん相談支援室のスタッフの方々、本当にありがとうございました！表紙に使わせていただいた、愛らしいさくらんぼの絵を描いた北條正さん、これからも空の上から私たちの様子を見守っててくださいね。

そして、がんになって自分はひとりぼっちだ、と置いていらっしゃる方の手に、このパンフレットが、どうか届きますように。

「**あなたはひとりではありません**」よ。



このパンフレットは、正力厚生会からの助成金で作成しました。

**がん相談支援室より**

**がん相談支援室の相談室が増えました！**

がん相談支援室の相談室が増設され、2 つになりました。今回のさくらんぼクラブではさっそく、その新しい相談室を利用しました。今後は大人数になったとしても、二部屋に分かれて会を進行することができ、患者グループと家族グループに分かれる、がん種によって分かれる、世代によって分かれるなど、多様なパターンに対応できます。さくらんぼクラブとしては、まだどのようにしていくのか、具体的には決めていません。当面はその時の要望や人数に応じて一部屋か、二部屋に分かれるか考えたいと思います。「こうしてほしい！」と思われることがありましたら、是非ご意見お聞かせください。

**2011 年を振り返って**

- ★ここでこうして話をすると気持ちが楽になる
- ★皆さんの話を聞いているだけで元気をもらえる

さくらんぼクラブの中でよく聞く言葉です。2011 年は、がん相談支援室の移転と相俟って、さくらんぼクラブも大きく進歩した年となりました。ルールブックや、念願のパンフレットも完成し、乳がんの患者さんのみの患者会も開催することができました。

これまで通りのさくらんぼクラブの持ち味を生かし、今後も変わらず、長く続けていければいいなと思います。これからもたくさんの人と出会うことができますように。