



「なごみ」通信 第58号

11月に入り、朝晩は寒く昼はまだ少し暖かい気温ですね。周りに目を向けると、コートやジャケットなど上着を着る方も増えてきました。皆さんいかがお過ごしでしょうか。この時期になりますと、クリスマスが近づいて、家でパーティーを予定されている方や外でレストランなど予約されている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

10月のなごみ会は16名の方が参加されました。篠田先生、辻先生にもお越しいただき、意見交換や情報交換など皆さんで自由に話し合いました。

今回は、「不安との付き合い方」や「気持ちの切り替え方」などについて話し合われました。特に「不安との付き合い方」については、がんについて知識を持つことで不安をなくすことができるといった意見や、一方で知りすぎることによって、逆に落ち込んでしまうといった意見もありました。また、なごみ会の人たちに話を聞いてもらったり、その人はその人、私は私というように割り切ったりなど、それぞれの「不安との付き合い方」がありました。

さて、次回のなごみ会は11月28日（水）です。参加者の皆さんで意見交換と情報交換を行う予定です。体調を崩しやすい季節ですのでお気を付けください。皆さんとお会いできることを楽しみにしています。ぜひご参加ください。

11月のがんサロン

開催日：11/28（水）

時間：13:30～15:00

場所：講堂（いつもの場所）

内容：意見交換・情報交換

12月のがんサロン

開催日：12/26（水）

時間：13:30～15:00

場所：講堂（いつもの場所）

内容：意見交換・情報交換

※なごみ通信はトヨタ記念病院のホームページに掲載しております。



<連絡先・問い合わせ>

がん相談支援センター／医療社会福祉相談室

TEL：0565-24-7169 / FAX：0565-24-7178



下記のページからご覧ください！（毎月更新）<http://www.toyota-mh.jp/department/msw.php>

（トップ⇒診療科のご紹介⇒医療社会福祉グループ）