

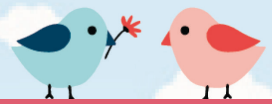


Vol.9

子育て・働く世代のがん患者と家族のつどい

あさがお通信

2021年3月発行



連絡先

医療法人養和会 松本 みゆき
TEL 0859-29-5351
Mail matumoto_m@yowakai.com



医療法人養和会
松本 みゆき 看護師

3月は卒業・旅たち・子どもの成長を感じる時期です。私の好きなマザー・テレサは、「いつもお互いに笑顔で会うことにしましょう。笑顔は愛の始まりですから」と話しています。別れるもある3月ですが、笑顔あふれる社会になりますように。



第8回あさがおを開催しました！



2月27日(土)のあさがおは、2ヶ月ぶりにオレンジサロンかみごとうにて開催しました。2名の方にご参加頂き、薬の効果や病名を診断されてからの気持ちの変化など様々な話題で話が弾みました。また、当日参加予定だった方が作られた作品を事前に持ってきていただいていたので、みんなとても喜んでおられました。

『あさがお』夜の会開催決定！

日時：4月9日(金) 20時～21時
場所：オンライン開催
テーマ：寄り添い方
講師：一般社団法人がんチャレンジャー花木氏

第9回「あさがお」

日時 3月23日(火) 13時～15時

場所 オレンジサロンかみごとう
医療法人養和会(米子市上後藤3-4-54)

4月は、4月24日(土) 13時～15時
※この日は「福祉ネイル」を施術します。ぜひお越しください！
—毎月開催—
奇数月：第4火曜 偶数月：第4土曜

開催時、鳥取県内の新型コロナウイルスの感染状況を鑑み、オレンジサロンかみごとうでの開催は中止とし、Zoom開催のみとなる場合もございます。



あさがおの開催などの情報をFacebookに掲載しています。ぜひご覧ください！

Facebook「いいね」お願いします！

旅行、外出が今までのようになかったりしますが、皆からの写真で色々な場所を見て、季節を感じる事ができています。



グループLINE



参加者のコーナー

今月のテーマ「ハマっているモノ！」



スープジャー
お昼にはホカホカスープ、サーモスおすすめ！



まるちゃん
マイブーム




ネイル



私のちくちくタイム

あさがお参加者、グループLINEメンバーからいただいた写真作品

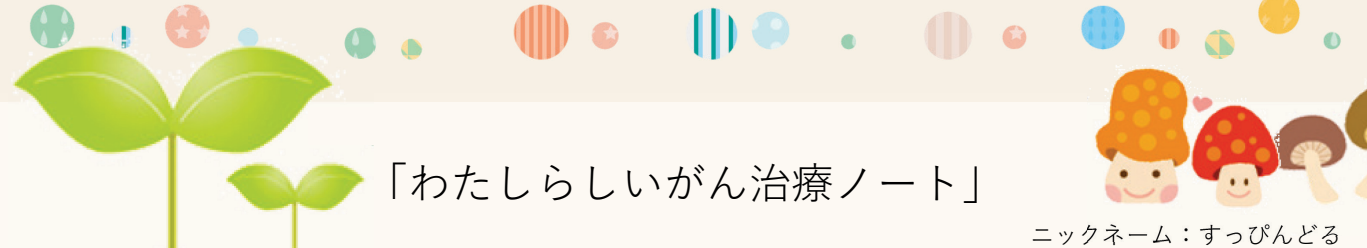
今回のテーマは『花』 道端で見つけたものやお部屋に飾っているもの、手作りのお花など、皆さんが好きな“花”の写真を送ってください！また、写真のテーマも募集しています！季節に関するものや趣味に関するものなど、ジャンルは問いません。お待ちしております☆



「私の転機」

ニックネーム：ボチボチやっています

「舌癌ですね。。まだ初期だと思うので早めに手術をしてしましましょう」
2017年 私は 舌癌の告知を受け手術、入院を経て今は経過観察の為4か月に1度通院しています。
告知～入院の日程が速やかに決まってく中 不安よりも 何故か ホットした気持ちでいる自分が居ました。
仕事 育児 家事。それまでの私は目の前の事に精一杯で 自分に優しくなかった。
入院生活を送った事で 過去の自分の在り方を反省、自分を内観する事がいかに大切なのか気付く事が出来ました。
そして 2018年から 保育士資格の勉強を開始。2019年の試験で 無事 合格。
合格通知を手にして入って頑張れば何とかなるもんなんだあと感じたのでした。
今は資格を生かし 障害児療育施設で働いています。
療育の世界に飛び込んだものの 専門知識を勉強する度 療育の難しさを感じます。
が、子供達はみんな個性的で可愛い♡そして 会う度 成長を感じます。
子供の可能性は無限大ですね。
寛解まで 後 1年ですが 自分を労る事を忘れず マイペースで進んでいくつもりでいます。



「わたしらしいがん治療ノート」

ニックネーム：すっぴんどん

2020年3月、私は肺がん4期と診断されました。詳しい病名は、肺大細胞神経内分泌腫瘍。略してLCNEC（エルシーネック）。1年近く経った今も、3週間に一度、島根大学医学部附属病院に通い、免疫チェックポイント阻害薬のアテゾリズマブの点滴を受けています。

がんと診断された時のことを、今もよく覚えています。さすがに漫画のように「ガン！」とはなりませんでしたが、それでも様々な心配事や後悔で頭が一杯になりました。仕事のこと、治療費のこと、そして余命のことなど、本当にいろいろなことを考えて、クラクラしそうでした。

幸いにして妻が冷静な人なので、二人であれこれと話しながら、まずは情報を集めようと決めました。患者会に参加したり、分からないことをメモして主治医に尋ねたりと、積極的に情報収集しました。

ただし、「〇〇すれば末期がんが治る！」だの、「治りたければ抗がん剤は使うな」だの、エビデンスに基づかない怪しげなものは、全て除外した上でのことです。

そうやって集めた情報は、実際かなり役に立ちました。何よりも、自分の現状を冷静に客観的に知ることにつながりましたし、そのことが生きる勇気にもつながりました。ただ、これを自分の頭の中だけで整理するのは、少し大変かなあという思いは、常にありました。

そんな時でした。去年の年末に、院内のがん相談支援センターを覗いたところ、一冊のファイルが目にとまりました。表紙には、こう書かれています。「わたしらしいがん治療ノート」手に取って開いてみると、そこには私と妻が調べて頭の中で整理してきたことを、項目ごとに書き込むためのノートが挟み込まれていました。

「これだ!」と思いました。これこそ、私のがんと診断されてから、ずっと欲しいと思ってきたものでした。

病気そのもののこと、仕事を続けるために何をすればよいかということ、主治医との関係、周囲の人へどのように病気を伝えるか等、多くのがん患者にとって、細かいようで大事な取り決めや仕組みについて、自分で集めた情報を書き込めるようになっていきます。 国立がんセンターがん対策情報センターの若尾文彦センター長の監修を受け、大手製薬会社で作ったものようです。全国のがん診療連携拠点病院にあるがん相談支援センターに配布されたそうですから、あなたの近くのがん相談支援センターにも、きっと届いているはずです。

まずは自分の気持ちを整理するところから使ってみるのも、ありかなと思います。

