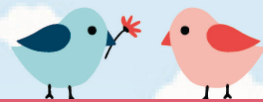




# あさがお通信

2021年5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

最近「鯉のぼり」を見かけることが少なくなりましたが、鯉のぼりには、人生という流れの中で遭遇する難関を鯉のように突破して立身出世して欲しいという願いが込められています。また、鯉は清流のみならず池や沼地などでも生息できる、生命力の強い魚です。私も鯉のように強い生命で難関突破がんばります！

## 第10回 あさがお（夜の部）「ゆうがお」を開催しました！

4/9（金）オレンジサロンかみごとうからZoomを繋いで初の“夜の部”を開催しました。いつもの参加者に加えて、緩和ケア認定看護師さんやキャンサーペアレンツの発足・運営に携わっている方など計7名の方にご参加いただきました。全国各地の方々と当事者・支援者それぞれの視点から感じることにについて意見交換を行い、とても有意義な時間となりました。

## 第12回 あさがお（夜の部）

日時 5月25日（火）20時～21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）

6月は、6月26日（土）13時～15時

— 毎月開催 —

奇数月：第4火曜 偶数月：第4土曜

奇数月は“ゆうがお”として夜に開催します！

20時～21時

（19時～自由に出入り可）

参加希望の方はお気軽にお問い合わせ下さい！

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がございます。



第11回 あさがおの会（4月24日（土））の様子

（当事者の方）

他県の方と繋がれたことや、医療される方もお話をできたことがとてもいい経験になりましたし、参考になりました。仲間がいるのっていいですね！ありがとうございます！

（当事者の方）

がん患者だけでなく、サポートされる方も参加してもらったので色々な話が聞けて良かったと思います。また参加人数も程よい感じで様々な考え方があったなと思いました。



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



Facebook「いいね」お願いします！

## 参加者のコーナー

### 今月のテーマ「私がオススメしたいもの」



ニコン派  
癒やされます



ばんだ  
地元がベスト



もせこ  
セブンイレブンの牛乳寒天



すっぴんどる  
ロードバイク

あさがお参加者、グループメンバーからいただいた写真作品

次回のテーマは『休日の過ごし方』 お休みをどのように過ごしているか、写真で教えてください！  
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☆



# 「自分らしく生きる」

ニックネーム…わーちゃん

胸のしこりに気づき、受診するも問題なしと言われていました。でもなにかモヤモヤとずっと不安でした。

その2年後、2020年「浸潤性乳管癌」と診断されました。その後、温存手術、放射線治療、現在ホルモン療法中です。

私には1人息子がいます。来年は高校卒業、行きたい学校もあるよう目標に向かってどんな大人になつていくかなあと楽しみます。

今後、転移や再発の可能性がゼロではないので正直こわくてたまらない時もあります。

でも私にとって息子の存在はものすごいパワーになっています。

息子がいなければこんな前向きになれていなかったと思います。その次に音楽も私の生活にかかせないものです。手術した病院では手術室で術前に好きなCDをかけることが可能だったので音楽を聞きながら緊張も少し和らぎました。

まだまだ治療は長いですが、自分らしく日々を過ごしていきたいと思えます。

術前に聞いたCDは「ONE OK ROCK」



自分らしく生きる。



術前に聞いたCDは

「ONE OK ROCK」

## 病気と言われたときから緩和ケアを

鳥取大学医学部附属病院

緩和ケア認定看護師 柳瀬 広和



緩和ケアについてどのようなイメージがありますか。病気と診断された方に関わらせていただく時に、緩和ケア認定看護師であると自己紹介をすると、表情が暗くなる方や「そんなに私の病状はよくない」と言われる方がおられます。このようにまだまだ“緩和ケア”に関してよくないイメージや最後に受けるものだというイメージを持たれている方が多いのかもしれませんが、しかし、“緩和ケア”はがんだけではなく生命を脅かす病気であると言われたときから始めます。病気になると、からだのこと・気持ちのこと・家族のこと・仕事のこと・お金のこと・今後のことなど、つらいことや気になることが出てくるかと思えます。緩和ケアはこのようなつらいことや気になることを少しでも和らげるためのケアです。

また、緩和ケアはご本人だけでなくご家族の方も対象です。ご家族のかたも気になることが多いと思います。ご家族のかたも遠慮なくご相談下さい。どこに相談したらよいか悩まれた場合は、通っている外来の主治医や看護師に相談して下さい。また、がん診療連携拠点病院にはがん相談支援センターが設置されていますので、そちらに相談されてもよいです。

子育てや仕事や介護などをしながら、心も身体も苦痛なくやりたいことができるという“自分らしさ”を大切にしながら治療ができることを支えます。こんなこと相談しても良いのかなと思わずにどんな些細なことでもご相談下さい。病気と言われた時から緩和ケアを始めませんか。

通信の感想・ご意見など、なんでもお気軽にお寄せ下さい。

医療法人養和会 松本 みゆき ☎ 0859-29-5351

✉ matumoto\_m@yowakai.com



養和会HP

