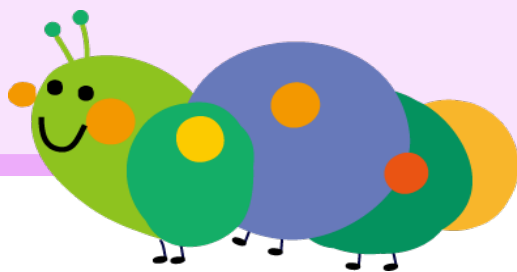


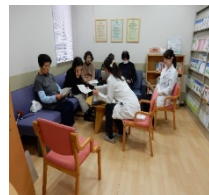
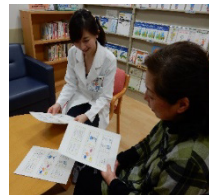
がん患者サロン ろーずまりー通信 第3回 勉強会のご報告



テーマ「がんところろ」

先日、ろーずまりーにて、今年度3回目の勉強会が開催されました。

今回は、臨床心理士の方から、がんとともに生活するための心の持ち方や、リラクスの方法についてお話をいただきました。講義だけではなく実践の時間もあり、楽しく有意義な時間でした。



参加者の声

リラックス体操
がよかった。

落ち込むことが当
たり前と聞いて
ほっとした。

ゆっくり話を聞
けてよかった。



勉強会を終えて…

がんになると、検査結果や症状で一喜一憂したり、周りとの付き合い方に悩んだり…気持ちが疲れてしまうことがあります。がんとともに、より良い生活を送るためには、治療だけではなく、自分の気持ちとの向き合い方も重要になってきます。

今日話を聞いたことで、ちょっとでも気持ちを楽にするコツを掴めたような気がします。

普段は、情報コーナー「陽だまり」にて、患者同士が知り合い、不安や悩みを分かち合い、ほっとできる場所を目的としておしゃべり会を開催しております。

一人で抱え込まず、会を通して気持ちを少しでも軽くしませんか。いつ来ても、いつ帰ってもよい自由なサロンですので、どなたでもお気軽にお越しください。



問い合わせ先

大阪南医療センター がん相談支援センター 0721-53-5761 (代表)