がんとむきあう会

2022年
月間通信

～がん患者の居場所～ 認定NPO法人 がんとむきあう会

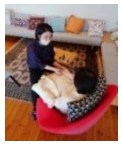
6月の元ちゃんハウス

【ナイト元ちゃんハウス】

この日は医師・西村元一の命日の翌日にあたり、理事長の西村から、ACP(人生会議)の体験談を話しました。もしものときどうしたいか、家族は本人に聞きづらかったり、医師であっても本人もわからなかったりします。正解はなく、その方たちの物語がすべて、人生会議なのだと思います。みんなそれぞれ、そのときを精いっぱい頑張っています。見送ってからは、周りの人はあれこれ言わないことが大切だと話しました。参加者からセカンドオピニオンについて質問があり、他の参加者が自分の体験を交えて教えてくれました。オンラインでセカンドオピニオンが受けられる病院もあります。希少な病気の治療薬についても質問があり、参加者の薬剤師さんがその場で調べて説明してくれました。

【特別な火曜日】

早い梅雨明けで、厳しい暑さが続きます。アロマセラピストさんから、暑いときはミントを使うと－2℃涼しく感じるとのお話がありました。その他、リンパ浮腫の患者会活動の紹介など、参加者同士でたくさん情報交換をしました。リンパ浮腫のある患者さんは、夏場の生活に困ることが多いという話題が挙がりました。つらさを共有して、みんなで運動など一緒にできる企画を考えたいと思いました。コロナ禍で面会できない入院中の家族に差し入れをしたいときは、まず病棟の看護師に尋ねるのが必要と、看護師さんからアドバイスがありました。交流会の後は、アロママッサージやタイ式ヨガで体をほぐしました。



【料理教室】

新じゃがを使ったメニューに挑戦しました。新じゃがは小ぶりでみずみずしく、皮が薄いのが特徴。皮ごと食べられるので、ビタミンCを効果的に摂ることができます。今回は「厚揚げの酢豚風」、「新じゃがの味噌和え」、「新じゃがとアボカドのサラダ」と、じゃがいもが多めの献立でした。一番人気は、茹でたあと味噌とバターで和え、黒こしょうをふった「新じゃがの味噌和え」でした。

【まなびの教室】

がん看護専門看護師の山瀬さんによる、「知って役立つ！医療用語」のお話でした。早期がんと進行がんって？寛解とは？など、わかりやすく話しました。わからないことは、主治医やがん相談支援センターに相談するのがよいとのこと。本音が言える医療者を見つけることが大切ですよ！と体験者からのアドバイスありました。リハビリに関わる理学療法士と作業療法士の違いについて質問もあり、前者は筋力やバランス機能などの訓練、後者は生活上での動作についてアプローチするとの説明がありました。

【おまかせうんチッチ相談】

看護大１年生の学生さんたちが、元ちゃんハウスで実習を受けたあと、コンチネンスアドバイザーの榊原さんからも話を聞きました。自分の排便に問題がないかチェック表をつけてみたり、ネバネバ食品や適切な水分量を摂取することの大切さなど、実習以外でもたくさん学ぶことができたのではないでしょうか。素敵な看護師を目指して頑張ってください。

がんとむきあう会 元ちゃんハウス

Homepage : https://gmk.or.jp
Facebook : https://www.facebook.com/gmk20
〒920－0935 石川県金沢市石引４-４-10 越屋メディカルケアビル
Tel : 076-232-5566 / Mail: info@gmk.or.jp

アクセス：北陸鉄道バス停「石引町」下車 徒歩１分（紫錦台中学校前）
駐車場：午後からは、金沢医療センター、金沢大学附属病院の減額・免除有り。有料駐車場石川県石引駐車場徒歩3分