



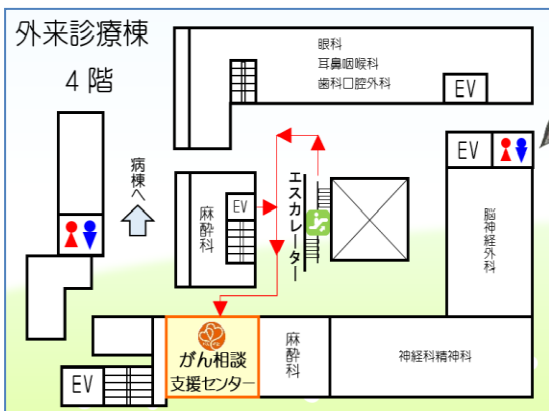
弘前大学医学部附属病院 がんサロンだより

発行：2018年5月
発行元：弘前大学医学部附属病院
がん相談支援センター
がんサロン Tel:0172-39-5174



2018年5月号
No. 41

自由な空間「がんサロン」～ひとりじゃない！仲間とともに～



がんサロンでは、がんに関する疑問に対応するため、社会福祉士と看護師の資格を持つ相談員2名が常駐しています。
相談は無料です。(予約不要)
平日 8:30～17:00
土日祝 お休み

平成30年3月利用状況

- のべ利用者数 113名
- 本利用 2名
- パソコン 0名
- タオル帽子提供 14名
- 勉強会 3名
- 催事 19名
- がん相談件数 37件
 - 面談 30件
 - 電話 7件
- セカンドオピニオン 1件

平成29年度 年間報告

がん相談支援センター利用者 1365名

- 図書の利用 132名
- パソコン利用 5名
- タオル帽子提供 207名
- がん相談件数 450件
 - 面談 342件
 - 電話 109件

昨年度も多くの
方々にご利用頂き、
ありがとうございました。
今後とも、宜しく
お願いいたします。

勉強会 66名

テーマ：緩和ケア、抗がん剤の副作用、放射線の副作用、
栄養、お金、口腔ケア、リンパ浮腫予防

各種イベント 252名

実施内容：頭皮ケア・医療用ウィッグ相談会、タオル帽子講習会、ハンドマッサージ講習会、ふらっとカフェ、身だしなみ講座、リフレッシュ体験、綿100%帽子展示会、乳腺術後補正下着相談会

がんと言われて、知らないことばかりで不安…。
でも、何をどうやって聞けばいいのか…

患者さんの体の状況について詳しく把握しているのは主治医や看護師などの医療者になります。が、上記の様に聞けないことの不安を抱えている方も多くいらっしゃいます。
なので、今回は医療者に質問する時のコツをご紹介します。

医療者とのコミュニケーション ～質問のコツ～

・メモする

いざ話そうと思っても、つい忘れてしまったり、上手く説明できなかったりしがちです。
そんな時は面談の前に疑問に思ったことを、こまめにノートやメモ帳などに書き留めておくといでしょう。質問する際は、そのメモを参考にして質問したり、直接手渡して見て貰ったりすると、短時間に要領よく聞くことができます。

・質問数を工夫する

診察の際などは、時間も限られていてゆっくり話し合う時間がない場合も多いです。1回の診察で10や20も質問すると、答える側も大変になり、聞く側も得られた答えを正確に理解することも難しくなります。質問には優先順位をつけて、2～3個くらいに絞るとより効果的です。また、質問の前に「2～3個程聞きたいことがある」と前置きすると答える側も心の準備ができるので、よいかと思います。

・冊子等を活用する

聞きたい内容が上手くまとまらない時は、「患者必携 わたしの療養手帳」や「重要な面談にのぞまれる患者さんご家族へ」などの冊子を利用すると、今の状況をまとめやすくなります。これらの冊子は、国立がん研究センターのがん情報サービスのホームページから印刷できます。また、お近くのがん相談支援センターでも提供可能です。

困った時には、がん相談支援センターでも質問の整理をお手伝いできますので、どうぞお気軽にご相談ください。

5月催事一覧

参考：国立がん研究センター
がん情報サービス
「患者必携」

5月1日(火)	相談会	医療向けウィッグ試着相談会	11:00～13:00	予約不要
5月8日(火)	講習会	タオル帽子(毎月第2火曜日)	13:30～15:00	要予約
5月9日(水)	展示会	綿100%帽子展示会	10:00～12:00	予約不要
5月10日(木)	勉強会	医療用ウィッグと頭皮の話	13:00～15:00	予約不要
5月13日(日)	お茶会	出張ふらっとカフェ 市立図書館	13:30～15:30	要予約
5月15日(火)	相談会	乳腺術後補正下着	10:00～11:00	予約不要
5月16日(水)	相談会	医療用ウィッグ試着相談会	13:30～14:30	予約不要
5月22日(火)	体験会	リフレッシュ体験	13:00～15:00	予約不要
5月24日(木)	勉強会	緩和ケアについて	14:00～14:30	予約不要
5月25日(金)	勉強会	リンパ浮腫予防	13:30～14:30	予約不要
5月28日(月)	相談会	医療用ウィッグ展示&試着会	10:30～15:00	予約不要

内容

第1部：講演会

「がんについて知ろう」

講師：弘前大学医学部附属病院
腫瘍センター長 佐藤 温氏

「がんの体験談～命について～」

講師：ピアサポーター研修修了者
小嶋 朋子氏

第2部：茶話会

日時

2018年5月13日(日) 13:30～15:30

場所：弘前市立図書館 視聴覚室

要申込

FAX・申込フォーム

※ 当日の参加も可能です。

