

ひまわり だより 14号



2025年6月発行 芳賀赤十字病院
がん相談支援センター

若葉の緑が一段と深まる頃となりましたが、お変わりなくお過ごしでしょうか。

今年度、最初の患者・家族サロンを5月23日（金）に開催いたしました。サロン相談役である外科 佐藤寛丈医師をはじめ、運営スタッフや参加された皆さんで交流ができました。



今回の内容は、アピアランスケア（外見ケア）でした。皆さんサンプルを手にとったり、ケア商品を試されたり、ボランティアの方が編んで寄付してくださった帽子などの展示、安価な所で購入したネイルシールを貼るなど、それぞれ楽しんでいただきました。また、患者さん同士交流を持てたと思います。患者さん同士励ましあっている場面もあり、微笑ましく思いました。



患者さんご家族の参加人数：9名 参加されました。

がん患者・家族サロン参加したスタッフ

医師 1名、看護師 7名、社会福祉士 1名、事務職 1名

参加した患者さんの声

- ★とても楽しかったです。ありがとうございます。
- ★いつも患者に寄り添った対応してくれるので満足です。
- ★のびのび話げできました。
- ★治療をしている皆さんとたくさんお話しできました。とても楽しかったです。
- ★皆さんつらい治療していても、明るく頑張っており、自分も頑張ろうと思いました。

治療中も自分らしく、在りたい場所で楽しむ



アピアランスケア

アピアランスとは「見た目」「印象」「外見」という意味があります。しかし、治療によって、脱毛や皮膚・爪など外見が変わることがあります。外見が変わっても、安心して自分らしく生活を送るための「外見と共に気持ちを整える」ケアです。

ウィッグ選びのポイント

- ✳️自分に似合っていると思えるスタイル(値段が高い=似合うものではない)
- ✳️自分にあった予算
- ✳️自分に良いか



スキンケア

☆洗顔・洗髪☆

洗顔料やシャンプーはしっかりと泡立てて洗いましょう。

☆保湿☆

最低でも朝・晩の2回は保湿を心がけましょう。

最も効果があるのは入浴後15分以内の保湿です。

☆紫外線防止☆

外出時は帽子・日傘・長袖の衣類や手袋・スカーフなどの着用や日焼け止めの使用を行いましょう。

塗る順番

保湿剤→日焼け止め→ステロイド軟こう(処方がされている場合)

文：関 化学療法看護認定看護師



2025年度がんサロンについて



開催予定日	場所	内容	担当者
令和7年5月23日(金) 13:30~15:00	2階 講堂1・2	アピアランスケア (スキンケアなど)	化学療法看護認定看護師
令和7年7月16日(水) 13:30~15:00	2階 講堂1・2	治療と仕事の両立、 障害年金について	社会保険労務士
令和7年9月26日(金) 13:30~15:00	2階 講堂1・2	がん治療と栄養について	がん病態栄養専門管理栄養士
令和7年12月5日(金) 13:30~15:00	2階 講堂1・2	治療中のこころのもち方 クリスマスカード作成	公認心理師

ミニレクチャーの後、
皆さんで交流できる
時間があります。

私たちと一緒に、
お話しませんか？



がん患者・家族サロンの申し込み・お問い合わせ先

★がん相談支援センター 0570-01-2195 ナビダイヤルです。

その他4を押しがんサロンについてとお伝えください。