

すずかけサロン だより



第 151 号

私の毎朝の日課…それは、お茶を点てることです。茶筌から竹のいい香りがふわり、爽やかで癒されます。続けてみると、なんだか1日のスタートが快適な気持ちになります。皆さんも、1日のスタートに、自分にピッタリのルーティンを見つけてみませんか♪ (鈴)



すずかけサロンだより
WEBサイト

10月のサロンは、サロン参加が初めての方やご家族の方も来られ、計8名で和やかに会が進行しました。体調との付き合い方に関する話題のなかで、目標になるイベントや事柄があると体調を整えて向かおうという気持ちになれるし、目標があること自体が心の支えになったり、さらにイベントへの参加や目標が達成できたときには達成感が感じられて嬉しいという話が出ました。年齢に伴う体調の変化や、ライフステージに伴う家族状況や自身の役割の変化など、体調や病状だけではない不安定さもあるなか、「こんな風に患者サロンで体験者同士の語らいができる」と気持ちの辛さが軽くなる」と大多数の方が言われていて、ピア・サポート(体験者同士の精神的な支え合い)の大切さを改めて感じました。会の後半は、ご家族の方に講師をしていただいて折り紙教室をしました。“秋のもの”をテーマに【カボチャ】【ドングリ】【キノコ】を作りました。折り紙の模様を活かしたキノコ(毒キノコ?!)が出来上がったり、カボチャに顔を書いてハロウィンのジャック・オー・ランタン風☺にしたりと、みんなが笑顔になる楽しい会になりました。



すずかけサロンで クリスマスの飾りを一緒に作りましょう!

カッティングボードを使ったクリスマスの飾りを作ります。
皆様のご参加をお待ちしています☆



【日時】 11月18日(火) 15:00~16:00
【場所】 患者支援棟1階すずかけサロン室
【参加費】 一人100円 *材料費* (当日集金)

<予約不要・材料はこちらで準備します>



お問い合わせ:鳥取県立厚生病院 がん相談支援センター
TEL:0858-22-8181(代表) FAX:0858-22-8210

メールによるがん相談・お問い合わせはこちらから▶



2025年

がん患者サロン すずかけサロン

毎月 3 火曜日 (祝祭日除く) 14 時～16 時

開催日	企画内容
11月18日	クリスマスの飾り作り
12月16日	クリスマス会

*すずかけサロン室はサロン開催日以外も自由にご使用いただけます。

イベント情報

ピンクリボン交流会 *申し込み必要*

12月6日(土) 10時～12時 場所：厚生病院外来診療棟5階大会議室

・ヘアメイクのお話（美容師）、がん患者補助制度の説明（保健師）、茶話会

タオル帽子の会 *予約不要*

毎月平日第4火曜日 14時～15時 場所：すずかけサロン室

*持ち物不要（ご自身用の帽子を作りたい方はフェイスタオルをご持参ください）

補正下着相談会 *申し込み必要*

12月10日(水) 16時～ 場所：すずかけサロン室

- ・製品展示、試着などの相談
- ・体験者との情報交換
- ・「鳥取県がん患者社会参加応援事業」の説明

【お問い合わせ】

鳥取県立厚生病院 がん相談支援センター

TEL:0858-22-8181(代表) FAX:0858-22-8210

メールでのがん相談・お問い合わせはこちらから ▶

