

# すずかけサロン だより



第 153 号

急な眩暈と嘔吐・・・体調不良で数日寝込みました。食べられず、水分も摂れず、点滴と内服薬を頼りにひたすら横になる日々でした。水分が足りなかったせいか、鏡を見たら“ほうれい線”がくっきりと…。体は辛いはずなのに「12月なんだから、シワがスー（師走）っと伸びたらいいのにな」と思ってしまった自分が可笑しかったです(^^;)〔担当S〕



すずかけサロンだより  
WEBサイト

## 12月のサロンは、7名が参加され、フリートークと毎年恒例のクリスマス会をしました。

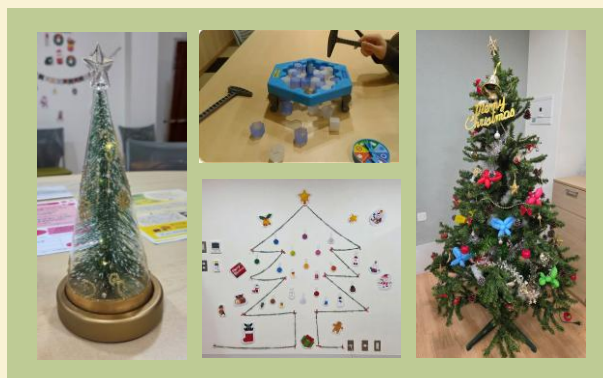
フリートークでは、治療の副作用に困っていて食べたい物が食べられず、作ってくれる家族にも申し訳なく感じていることを話してくださいました。参加者の皆さんも同じような体験をしておられたので、困りごとに対して色々な提案が出ました。結局は解決策に繋がりませんでしたが、発言された方は「モヤモヤしていることが話せてすっきりしたし、気持ちが分かってもらえたと感じて気持ちが軽くなりました」と言ってくださいました。同じ体験をした方に話をしたり、県内各所で開催されている患者会やサロンに参加することで気持ちが晴れると感じられるようです。“お試し”でも良いので、ぜひ一度、サロンにお越しください。ご参加をお待ちしています(^^)



## クリスマス会をしました



☆毎年恒例のクリスマス会。今回は、参加者の発案で“東北弁でラジオ体操”をみんなで体験をしたあと、お茶と茶菓子（参加者のTさんから手作り干し柿の差し入れもあり）を食べながら景品をかけたビンゴゲームをしたり、“クラッシュアイスゲーム”をして盛り上がり、なんと4回戦までしました！当日のすずかけサロン室の飾りは、がん相談支援センター受付スタッフがコツコツと手作りしてクリスマスらしい暖かい雰囲気につけてくれました。みんなでクリスマスモードに浸りながら楽しい一時を過ごしました♪



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 ▶



2026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
1月20日	フリートーク他
2月17日	フリートーク他
3月17日	フリートーク他

\*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

### 【タオル帽子の会】

毎月平日第4火曜日 14時～15時 場所：すずかけサロン室

\*予約不要

\*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(アピアランスケア)】 \*事前予約必要\*

次回 2月18日(水) 16時～ 場所：すずかけサロン室

- ・商品展示、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 ▶

