

～『ひまわりの会』について～

1996年7月、乳がん患者さんご家族の交流の場が必要、という思いから乳がん患者会が発足しました。これからもがんサバイバーと家族が集える会として活動を継続していきます。（年に1回大宮診療所、雛の会と合同温泉旅行を行っています）

〈会の目的は〉

- ①ご自身やご家族が病気と向き合い励ましあったり交流する場として
- ②病気に対する正しい知識を得るための学習会や情報交換の場として
- ③必要な方への相談やボランティア活動のきっかけを作る場として
- ④自分だけでなく家族や友人、周りの方たちと一緒に暮らしを見直し、健康を増進する場として

〈参加対象〉

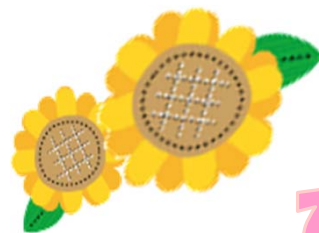
- ・乳がんの診断を受け、埼玉協同病院に通院中の患者さんとそのご家族様
- ・乳がんの診断を受けて間がない方、治療から何年経過していても、全てのがんサバイバーが対象です（他院に通院中の方はご相談下さい）

〈参加者へのお願い〉

- ・個人情報の保護として、本人の同意無く個人を特定できる画像や実名を使用することはありません
- ・ひまわりの会で得た個人情報や治療方針などについて、会以外の場所で話したり、SNS（ソーシャルネットサービス）上でのやりとりはご遠慮下さい
- ・営利目的の商法や宗教などの勧誘は固くお断りします
- ・同じ乳がんでも一人一人、がんのタイプや治療方針が違います、ピアサポートのポリシーを大切に相手の発言や思いを共有し共感的態度で接しましょう

〈ピアサポートとは〉

- ・ピアは「同じ目線・同等の立場」、サポートは「支える・支援する」という二つの言葉を組み合わせた造語で、患者会では「同じ立場の人同士が共に支え合う」という意味になります



乳がんサロン

ひまわりの会

子供に何て
伝えたい
いのだろう

乳がんの先輩
たちとお話し
してみたい♪

治療中でも
メイクや
おしゃれを
楽しみたい

「マンマカフェでいろいろ

おしゃべりしませんか？」

ひとりで悩んで
いると不安で
いっぱい



仕事も
どうしよう

参加費は無料 申し込みも不要です
お問い合わせ：外科外来スタッフまで

2018年度 年間予定表

	日時(場所)	内容	担当	備考
1	2018年 4月21日(土) 13～16時 (B6会議室)	全体ミーティング 体重管理	丸山	*各回、簡単な ヨガを取り入 れています
2	6月23日(土) 13～16時 (B6会議室)	スキンケア (顔のリンパマッサージ)	成田	フェイスタオル、 お化粧品を お持ち下さい
3	8月25日(土) 13～16時 (B6会議室)	語りの会 (ピアサポートについて)	小平	
4	10月27日(土) 13～16 時(B6会議室)	ウォーキング 茶話会	小平	雨天室内
5	12月22日(土) 13～16 時(B6会議室)	ヘルシーお菓子作り 茶話会	丸山	調理実習室 (参加費あり)
6	2019年 2月23日(土) 13～16時 (B6会議室)	室内運動ストレッチ 茶話会	大鹿	フェイスタオルを お持ち下さい

日程の変更に関しては外科外来に掲示してお知らせいたします。
また今後、ホームページにも掲載を予定しております。

協同病院のスタッフは
プロ・サポーターとしてあなたと一緒に考えます

医 師 : 金子しおり 乳がん看護認定看護師 : 小平
管理栄養士 : 丸山 緩和ケア認定看護師 : 原島・森
作業療法士 : 大鹿 がん化学療法看護認定看護師 : 内川

だれでも気軽に
参加できるよ!



【患者会に参加するメリット】

〈分かち合い支え合うピアサポートを実感できます〉

・同病者を支える役割意識が生まれ、自己の成長に繋がります
生き生きとした姿は、他の誰かのロールモデルとなります

〈情緒的サポートが受けられます〉

・話をすることで思いや考えを他者と共感でき、闘病の励みや孤独感
からの開放に繋がります

〈情動的サポートが得られます〉

・同病者の生き様を学んだり、生活の知恵や工夫の情報交換が可能です

「患者会やピアサポートについての参考資料」

【ひまわりの会に参加した皆さまの声】

他の皆さんが前向きに将来の
ことを考えているのを聞いて
勉強になりました

正直な気持ちを個々に話
せる雰囲気良かったと思
います

再発の不安、誰に話したら
よいか分からなかった
でも同じ思いの方と話しが
できて良かったです

病気の受け止め方その後の
生活など、様々に頑張って
いらっしやることに感銘を
受けました