

# お気軽にどうぞ ～メディカルサロン・各種イベントでお待ちしています～

福井赤十字病院 吉川 朋子

このコーナーの皮切りに、福井赤十字病院がん相談支援センター相談員の吉川が、福井赤十字病院で、患者さんやご家族が集える場所やイベントの紹介をさせていただきます。

先進中央棟 1 階にあるメディカルサロンは皆さんの語らいの場として使用したり、患者さん向けのイベントに使われたりする場所です。平日 8:30-17:00 は開放しているので、歓談や診察の待ち時間に軽食を取るなど、お気軽にご利用下さい。患者情報室「スマイル」とタリーズコーヒーの間にあるので、コーヒーを持ち込むことや、簡単な申請で Wi-Fi も利用できます。

## 1 おもいでなサロン 毎週火曜日 14:00～15:00

お茶を飲みながら患者さんやご家族が、ご自身の体験や悩み、いろいろな思いを語り合う場所としてサロンを開催しています。よりよく過ごすためのヒントを見つけられるかもしれません。リラクゼーションを目的にヨガセラピーをすることもあります。先日は『だいじょうぶ だいじょうぶ』というかわいい絵本を読んで、おもいでなあ～な時間を過ごしました。



## 2 がんサポート教室・がん患者会スマイル会定例会 第4金曜日 14:00～15:00

がんに関する理解を深め、がん患者さんやご家族同士がお話することで、心の安らぎと癒しを共有することを目的としています。医師や看護師、栄養士などのミニセミナーの後、皆さんで話し合ったり、毎年参加しているリレーフォーライフの準備をしたりします。



3

## クリエイティブセラピー

年4回水曜日 14:00~15:30

日常の生活から離れて、ものづくりを通して、気持ちの変化を促したり、達成感を味わったりします。これまで、タイルアートやクリスマスリース、キャンドルアート、折り紙、クラフト、パステルアートなどいろんなことをしてきました。材料や色を選ぶだけでも、楽しくて、皆さんのワクワク感が伝わってきます。



4

## 乳がん患者さんのためのヨーガセラピー

月1回日曜日 10:00~11:30

乳がん患者さんを対象にリラックスを目的としたヨーガセラピーを行っています。自分でも気付かないうちに緊張して悲鳴をあげている身体の声を聴きながら、ゆっくりとほぐしていきます。身体をほぐしてあげると、心もほぐれていきます。ヨーガセラピーの後は、患者さん同士のおしゃべり会をしています。同じ経験をしている者同士だからこそ聞ける、分かり合える、励まされる、心も、身体もリラックスしてください。



5

## 落語会

年1回

健康は笑いからというコンセプトで、柳家三三師匠が福井に笑いを届けてくれます。療養中の不安やつらさを「笑い」の力でひと時でも忘れ、ピンと張った気持ちを和らげ、次へ進むお手伝いになればという思いで開催しています。がん治療でつらいことを抱えている方も、患者さんを周りで支える家族や友人も、この日ばかりはみんなで大笑いしましょう。



院内患者さんに関わらず、院外患者さんの参加も可能です。あなたにあった癒しの場を見つけてください。心よりお待ちしております。