

杏林大学

「がんと共にすこやかに生きる」講演会シリーズ第6回

「自分を失わない！ ～がんとストレスと心～」

講師：川名 典子 先生

(精神看護専門看護師)

日時：令和2年2月8日(土) 13:30～14:30

(受付開始13:00～)

場所：杏林大学病院 2病棟4階 大学院講堂

※参加費・予約など一切不要です。

～講演内容～

病気になって以来、眠れない、食欲がない、気持ちが落ち込む、いらいらする、楽しくなれない・・・心身ともにそれまでの自分が変わってしまったとか、自分らしくなくなったりと感じることはありませんか。

このようなつらい気持ちの時期はかならず通りすぎます。今回はこのつらい時期を通りすぎるまでの間、そしてがんと共に暮らしていくときのいくつかのポイントをご紹介します。

講演会終了後に、がん患者さんだけの語らいの場（ピアサポート）を設けております。

がん患者さんは、がんと向き合い生活する中で様々なお気持ちを感じておられます。ご自分の体験やお気持ちを語り合い患者同士が支え合うことで、安心し勇気が湧いてきます。

こちら是非ご参加ください。参加希望の方は、講演会後にスタッフに直接お申し出下さい。

開催時間：14：45～15：45

参加費・予約は不要です

