

# 「ひだまりサロン」のご案内

～がん患者さんとご家族の集う場所～

がんについて一人で悩んでいませんか？

患者さん同士で話してみたい…

がん患者さんとご家族の皆さんで

悩みを相談してみたい…

気軽に語り合えるサロンです。



この思い聞いてほしい

家族としてどう接したらいい？



仕事のこと、お金のこと  
どうしよう？

ほかの方は、どうやって乗り越えたの？

開催日・開始日時	場所	内容
令和8年 4月22日(水) 午後1時～(2時間程度)	西脇病院 2階 講堂	交流会 と ミニ講座 「痛みや身体の違和感と上手に付き合う ～マインドフルネス・ボディースキャン～」 (臨床心理士からのお話)
令和8年 6月24日(水) 午後1時～(2時間程度)		交流会 と ミニ講座 「体力維持は口腔ケアから！」 (歯科衛生士からのお話)
令和8年 8月26日(水) 午後1時～(2時間程度)		交流会 と ミニ講座 「栄養と食事 ～食事に困ったときのヒント～」 (管理栄養士からのお話)
令和8年 10月28日(水) 午後1時～(2時間程度)		交流会 と ミニ講座 「がんと運動の関わり ～聞いて・知って・動かして～」 (理学療法士からのお話)
令和8年 12月23日(水) 午後1時～(2時間程度)		交流会 と ミニ講座 「～がん薬物療法～ 治療と副作用、 日頃の思いを自由に語り合いましょ～」 (がん化学療法看護認定看護師からのお話)
令和9年 2月24日(水) 午後1時～(2時間程度)		交流会 と ミニ講座 「医療費が心配になったとき ～仕組みを知って、制度を上手に活用しよう～」 (社会福祉士からのお話)

**\* 十分な感染予防対策で行います。**

**\* 参加費不要 気軽にご参加ください。**

お問い合わせ:西脇病院 がん相談支援センター(担当: 西畑、仁木)  
直通0795-22-8270(病院代表 0795-22-0111からは内線 368)