

# とよなか がんサロン 開催報告



第 18 回 平成 27 年 11 月 30 日 開催



## ◇ミニレクチャー 「エンディングノートってなあに？」(30分)◇

講師：柴原地域包括支援センター 社会福祉士 三船昭典氏

参加者 患者 12 名 家族 3 名

「エンディングノート」= 終活 というイメージの方も多いかもかもしれませんが、自分の“今”を整理するひとつのツールとして紹介したいという思いで、三船さんにお話をいただきました。

現在エンディングノートは 100 種類以上あるそうですが、豊中市地域包括支援センター連絡協議会が発行している「老い支度～ほっと覚書～」の内容を紹介してくださいました。家族への思いや自分の意思・感謝の気持ちを伝えるためのもの、という主たる目的を踏まえたうえで、

- ・書くことで考えることができる
- ・自分がどんな人間だったかを確認できる
- ・これからの人生を生き生きと自分らしく送ることへとつながる
- ・照れくさいこともノートになら書くことができる
- ・懐かしい人や詩、本、映画、趣味等、思い出に浸ることができる

といった副次的なメリットについても、楽しくお話してくださいました。

## ◇談話会 (60分)◇

参加者 患者 12 名 家族 3 名 柴原包括支援センタースタッフ 3 名

談話会は二つのグループに分かれて行いました。一つのグループではエンディングノートについて、もう一つのグループでは抗がん剤の副作用や高額な治療費についての話題となりました。みなさんそれぞれにエンディングノートを購入して記入したり、1冊目を破棄して新たなものに更新されているそうです。

## ◇ とよなががんサロンのご案内 ◇

毎月第 4 月曜日 13 時半～15 時 開催しております。(日時の変更あり)

がんにまつわる色んなことを、患者・家族同士ではなしませんか。

\*\* 参加希望の方は、がん相談支援センターまで \*\*

☎06-6843-0101(代表)

