

# ほほえみ通信

Vol 151

2022/8/31  
発行

## 第151回 ほほえみ 開催

8月17日（水）第151回 ほほえみを開催しました。今回は5名の方が参加してくれました。

参加に際しましては、感染予防対策のため手指消毒・検温・連絡先の確認（感染予防にのみ使用します）をさせていただいておりますので、ご協力をお願い致します。

次回のほほえみは、9/21（水）14時から16時まで  
本館3階 特別会議室での開催となりますのでご参加下さい。

【がんサロン事務局より】

### 『話すことの大切さ』

（がん体験記）

つらいこと、誰かに話していますか？

不安な思い、誰かに聞いてもらっていますか？

がんになると、身体のつらさと心の痛みに襲われます。時折、途轍もない不安に駆られたり。

ひとは、お喋りをすることで気持ちが軽くなります。これは、私自身ががんになって実感したこと。

でも、友だちにも、たとえ家族であっても、がんを経験していない人には本当の不安やつらさは理解してもらえないことがある。やっぱり共感してもらえるのは、同じ“がん”を経験した人。

私はこの『がんサロン』に救われた一人です。ここでは、「がん」と口にしてもいい。「不安」という言葉を使ってもいい。病気のことを気兼ねなく話せる――。

ここは、そんな場所でした。

がんは、心にまで影響する病気だと思っています。だから、『がんサロン』のような場所が必要なのだと。

理想は、薬を飲んで、「はい。治りました」と言えること。

そんな時代が来ることを願ってやみません。

（北海道／女性／乳がん／がん患者本人）

