

## 第164回 ほほえみ 開催

9月20日（水）第164回 ほほえみを開催しました。

今回は8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、10/18（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】

### 『思い出づくり』

（がん体験記）

がんを告知されて、きっとほとんどの人が、

「私、死ぬの？」

「いつまで生きられるの？」と、考えたと思います。

もちろん、私もそうでした。

「どうせ長く生きられないのなら、思い出をつくらう」

そう思いました。

でも“思い出”って、たくさんあればあるほど、なんだか悲しい気持ちになりました。「思い出がない方が楽かも」と、思ったのです。



手術を終え数か月後、思い出づくりのために知床に出かけました。

でも気持ちは晴れないまま。どうしても「いつまで生きられるのかわからない」という思いが頭から離れません。

それでも時間は人の心を変えてくれます。いつしか、“思い出づくり”ではなく、

“一度しかない人生、楽しもう”と、気持ちが切り替わったのです。

人は、誰だっていつかは死を迎えるもの。

「だったら、やりたいことを諦めずにやろう！ 楽しもう！」と。

がんになんてならない方がいいに決まってる。

でも、がんになったからこそ感じる幸せがあります。その幸せを目一杯感じて生きていきたいと思っています。

写真は、そのときに撮った知床の夕焼けです。

この景色とこのときに抱いていた気持ちは、一生忘れないでしょう。

（北海道／女性／乳がん／がん患者本人）