



北見赤十字病院 がんサロン ほほえみ

# ほほえみ 通信 Vol 191

2026/1/5  
発行

## 第191回 ほほえみ 開催

12月17日(水)第191回 ほほえみを開催しました。今回は5名の方に参加して頂きました。  
参加に際しましては、感染予防対策のためマスクの着用と手指消毒のお願いを  
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、1/21(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】

(がん体験記)

### 『何年経っても忘れない』

私が乳がんの告知を受けたのは、雪が降りはじめる時期でした。毎年雪が降りはじめ  
る頃になると、あのときの気持ちが蘇ってきます。冷たい風の匂い…、雪景色…。あ  
のとき感じた記憶は今もそのまま残っています。

あれから19年の月日が流れました。

「こうして正月を迎えるのもあと何回だろう」

がん告知を受けた当初、そんなことを思っていました。

毎年寒くなる季節が来ると、

「ああ、今頃、がん告知を受けたんだな」

「今頃、骨シンチやCTを撮って転移がないか調べていたな」

「手術日が決まる頃だな」

と、考えます。

あの日から、“当たり前はない”ということを知りました。だから今は、一日一日すべてに  
感謝をして生きています。

本当はがんになんてならない方がいいのかもしれません。でもがんからたくさんのこと  
を学びました。

人はこんなことでもない限り、気づかないことばかりなのかもしれません。

(北海道／女性／乳がん／がん患者本人)