

# 地域医療患者支援センター・がん相談支援センターだより



秋田大学医学部附属病院 地域医療患者支援センター・がん相談支援センター 発行

第68号

今年も

「がん情報セミナー」&amp;「出張がん相談」を開催しました！

今年度は「がんに負けない身体づくり～フレイル予防で生活の質を守る～」をテーマに、8/25（月）秋田市の県立図書館で実施しました。保健学科理学療法学の若狭教授より、生活習慣を見直すことががん予防につながるというお話と、簡単にできる体操の紹介がありました。



## アンケートの自由記載の一例

- とてもわかりやすかったです。
- 楽しかったです。
- 来てよかったです。
- 体操の資料を自宅で実践して元気にすごしたいとおもいました。



「若い世代からのがん教育事業:がんを知ってがんに備えよう～自分の未来は自分でつくる～」セミナーを実施しました！

秋田県委託事業として、今年で3回目となる若い世代からのがん教育セミナーを今年も実施しました。今年は乳がん看護認定看護師と、がんサバイバーの方々からのお話と、「自分の未来を自分でつくっていくためにどんなことを大事にしていきたいか」についてワークショップを行いました。秋田公立美術大学のグラレコ隊に協力いただき、話し合いの内容を可視化するグラフィックレコーディングを取り入れ、有意義な時間となりました。



【がん情報セミナー】  
「がん」に負けない身体づくり  
～フレイル予防で生活の質を守る～

### セミナー

1. 生活習慣を見直し「がん予防」!  
秋田大学医学部保健学科理学療法学 教授 若狭 正彦 氏
2. がん相談支援センターの紹介～皮膚と活動～  
秋田大学医学部附属病院看護ソーシャルワーカー 河本 茗 氏

### 出張がん相談

予防や検査、仕事や生活などがんに関する不安や疑問を専門の相談員が承ります。  
※医師の判断を要する症状や個別の治療などについての質問にはお応えできません。

### 会場・日程

8月25日(月)

午後2時～午後4時

秋田県立図書館

多目的ホール

### 定員

10名

参加申込

がん情報セミナー

登録料

希望登録料

参加登録料

QRコードからWebで参加申込

お問い合わせ

秋田県立図書館 TEL:018-866-8400 (平日9:00～17:00)

H P:https://www.apl.pref.akita.jp/

こちらからお問い合わせください。



自分の未来は  
自分でつくる  
がんを知つて  
がんに備えよう

10月25日(土)

午後13:30～15:30(受付13:00～)

秋田大学医学部附属病院  
多目的ホール

会場はこち

P.15



## がん相談支援センターについて、医療者にもっと知ってもらいたい！

HIS端末の院内研修アイコンから、がん相談支援センターの概要についての動画を視聴できます。まだ見ていない方は是非ご覧ください。  
そして、がん患者さんやご家族にがん相談支援センターをご紹介ください。

### アピアランスケアの相談について



～アピアランスケアとは～

医学的・整容的・心理社会的な支援を組み合わせ、外見の変化に伴うがん患者さんの苦痛を軽減するケアです。

外見の変化に伴う不安や困りごとは、診療・日常ケア・相談支援がそれぞれの場面でつながることで、患者さんやご家族がより安心して過ごせるようになります。

一緒にアピアランスケアを支えていきましょう。

#### ① 外来・病棟で 外見の変化を 予測する・気づく・声をかける

髪・爪・皮膚・手術跡など、これから変化が予測される、  
もしくはすでに気になっていそうな様子があれば、基本の情報提供とともに  
「相談してみませんか？」声をかけてみましょう。

悩みや不安があり  
もう少し詳しい説明があつたほうがよさそう



#### ② がん相談支援センターで整理・初期支援

外見に関する気がかりや生活の困りごとを整理し、  
その日からできる対処や情報をお伝えします。

より複雑・困難なケース



#### ③ 専門的・継続的支援

症状やニーズに応じて、皮膚科などの専門外来 や看護外来で継続的に支援します。

患者さん・ご家族への声のかけ方や情報提供の方法で迷う時は、  
資材提供・ミニ研修・事例共有などでサポートします！  
がん相談（内線：6277）までご連絡ください。

