

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」&「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。



「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

- 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
※セミナー参加費は無料となります。参加費の代りにご参加ください。
- がん相談支援センターの紹介・役割と活動
秋田大学医学部附属病院医療ソーシャルワーカー 岡本 萌 氏

出張がん相談 ※セミナー受講者専用！
予防や給付、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。
※医学的診断を要する病状や個別の治療などについては費用にはお応えできません。

開催・日時	定員	参加申込
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	がん情報セミナー 定員30名 出張がん相談 希望者先着：10名 ※参加無料	・募集の方法で参加申込 ・QRコードからWebで参加申込 ※お申し込み先着順となります

お問い合わせ
秋田県立図書館 TEL:018-866-8400（平日9:00-17:00）
HP: <https://www.apl.pref.akita.jp/>

「若い世代からのがん教育事業：がんを知ってがんへ備えよう～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。

がんを知って
がんへ備えよう

自分の未来は自分でつくる

10月25日(土)
PM13:30～15:30(受付13:00～)
※秋田大学 医療部 本講義サンプラス
※参加費無料

対象：中学生～20歳代 30名(10:24まで12:00まで)

乳がん看護認定看護師によるがんに関するお話と、がんサバイバーの方々の体験談を交えて、秋田県立図書館でワークショップを行います。

会場はこちら

秋田県立図書館
〒010-8664 秋田県秋田市中区
TEL:018-864-6277 FAX:018-864-6278



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します。

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、これからの変化が予測される、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ったほうがよさそう

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、
資料提供・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。

