



国立研究開発法人

国立がん研究センター

National Cancer Center Japan

All Activities for Cancer Patients

がんになっても安心して暮らせる社会を目指して がん患者さんのサポートと 生活の工夫展 2019

がん患者さんとそのご家族が快適に暮らすための様々なサポート・工夫・情報のご紹介と、個別相談対応・暮らしに役立つセミナーや患者教室を開催し、みなさまとともに「がん患者さんの暮らし」を考えます。

入場無料

今年は、「はたらく」をテーマに、
セミナー・展示等を企画しています。

日時：平成31年3月16日（土）
9:00開場 9:30～16:00

会場：国立がん研究センター中央病院
（東京都中央区築地5-1-1）

病院8階患者サポート研究開発センター内



はたらくセミナー

1. 役に立つ情報や資源
2. 食事の話
3. 外見のケア
4. 自分らしい生活とこころのケア

患者教室など

1. リハビリテーション
2. リンパ浮腫セルフケア
3. 抗がん剤治療
4. 乳がんボディイメージ
5. 痛みのケア
6. AYAひろば
7. 家族・パートナーのためのAYAひろば
8. 親と子サポート

展示・体験コーナー

1. 生活の工夫カード
2. 「働く」関連情報・資料
3. スキンケア
4. ウィッグ・メイク
5. 動きを補助する道具
6. 排泄ケア
7. 治療中の口腔ケア
8. 困った時の食事の工夫
9. リンパ浮腫ケアグッズ

プログラムの詳細は裏面をご覧ください

主催：国立研究開発法人 国立がん研究センター中央病院

入場無料

NATIONAL CANCER CENTER HOSPITAL
 がん患者さんのサポートと生活の工夫展 2019



昨年までの開催の様子

今回は「**はたらく**」をテーマに、がん治療と「はたらく」ことの両立を支えるためのプログラム、情報、相談などのサポートを用意して、スタッフ一同お待ちしております！スケジュールに合わせて、どなたでも自由にご参加ください。
 (* 個別相談は先着順予約)

はたらくセミナーのスケジュールと内容

| 時間 | テーマ | 主な内容 | 講師 |
|-------------|----------------|------------------------------------------------------------|---------------------|
| 10:00~11:00 | 「はたらく」ことを支える | がんの治療と仕事をどう両立するか、それを支える資源など | がん専門相談員 就労関連の専門家 |
| 11:30~12:00 | 食事の話 | がん治療中のお食事のはなし | 栄養管理室 栄養士 |
| 13:00~13:30 | 働くときの外見ケア | 働くときに心配な外見の悩みとその対処法について | アピランス支援室 心理士 |
| 15:00~15:30 | 自分らしい生活とこころのケア | 自分らしく生活することが、こころのケアにつながります。 生活の仕方を工夫して、日々の充実感を取り戻しましょう。 | 精神腫瘍科 医師 |

展示・体験コーナー

- 情報やグッズ、体験あり！質問もお受けします。
- はたらく：治療と仕事の両立のための情報
 - 食べる：食欲がないときのお助けメニュー
口腔ケア、口渇対策グッズの紹介
 - よそおう：メイクアップ、頭皮ケア、スキンケア、
ウィッグ・帽子のお試しや使い方
 - 身体を動かす：体の動きを助ける製品紹介
 - やすらぐ：リラクゼーション、睡眠の工夫
 - 排泄ケア：おむつ・パッドの上手な使い方、
皮膚トラブルなどのお悩み解決法
 - リンパ浮腫：弾性ストッキング、スリーブなど
 - ピンクリボンコーナー：乳がん治療後の工夫、
術後補正下着の紹介

患者教室のスケジュールと内容

| 時間 | テーマ | 内容 |
|----------------------------|-------------------------|------------------------------------|
| 10:00~10:30 12:00~12:30 | くすりの話 | がん治療中のくすりとの付き合い方 |
| 10:30~11:30 13:00~14:00 | 身体を温めて体調を整えよう(各30分) | 仕事中でもできる身体の温めかた |
| 10:00~12:30 | あなたの体力年齢は? | リハビリ担当による計測と運動をご紹介します |
| 10:30~11:30 13:30~14:30 | リンパ浮腫ケア教室 | リンパ浮腫の予防とセルフケアを学びます |
| 12:00~13:00 15:00~16:00 | 抗がん剤治療教室 | 治療による副作用対策と生活の工夫の話 |
| 11:00~13:00 | 親子サポート教室 | しごとと子育て ～親子のよりよいコミュニケーション～ |
| 13:30~14:30 | AYAひろば | 若い世代のがん患者さんの交流の場です |
| 13:30~14:30 | ご家族・パートナーのための AYAひろば | 若い世代のがん患者さんのご家族や パートナー向けの交流の場です |
| 15:00~16:00 | 乳がんボディイメージ教室 | 乳がん術後の乳房再建術のお話です |

がんとくらしの相談コーナー

国立がん研究センター中央病院の専門看護師や認定看護師、がん専門相談員、薬剤師、栄養士などによる、「がんと暮らし」に関する個別相談のコーナーを設けます。どうぞ、お気軽にご相談ください。

生活の工夫カード

がん患者さんの暮らしの工夫36種類あります！

【お問い合わせ先】

国立がん研究センター中央病院
 電話(代表)：03-3542-2511
 「総務課」を窓口として対応いたします。

- ◎都営地下鉄 大江戸線
「築地市場」駅 A 1 出口から徒歩3分
- ◎東京メトロ 日比谷線
「築地」駅 2 番出口から徒歩6分
- ◎都営地下鉄 浅草線
東京メトロ 日比谷線
「東銀座」駅 6 番出口から徒歩7分

会場までのアクセス

お車でのご来場はご遠慮ください。出来るだけ公共交通機関利用のご協力をお願い申し上げます。

交通案内QR

