



報道関係各位

「がん患者さんのサポートと生活の工夫展 2019」

“はたらく”をテーマに 3月16日(土)中央病院にて開催

看護師や薬剤師、栄養士、医師などが療養生活に役立つ工夫を紹介

2019年2月8日

国立研究開発法人国立がん研究センター

国立研究開発法人国立がん研究センター(理事長:中釜斉、所在地:東京都中央区)中央病院(病院長:西田俊朗)は、がん患者さんの療養生活に役立つ工夫を紹介する「がん患者さんのサポートと生活の工夫展 2019」(以下、生活の工夫展)を3月16日(土)に開催します。

中央病院では、2016年9月に患者サポート研究開発センター(中央病院8階)を開設し、患者さんのQOLを重視したチーム医療を実践しています。生活の工夫展は、患者サポート研究開発センターの看護師や薬剤師、栄養士、医師などを中心に実施し、毎年、約300名の患者さんやご家族の皆様が来場され、いろいろな教室や展示など役に立つ情報だった、リンパ浮腫ケアや心のケアのセミナーがよかった、看護師と話したり、質問したりできてよかったなどの声が寄せられています。

今回の生活の工夫展では、「はたらく」をテーマに、がんと働くことの両立を支えるセミナーのほか、中央病院で実施しているリンパ浮腫教室や抗がん剤治療教室、親と子のサポート教室や、展示・体験コーナー、個別相談コーナーも設けます。

たくさんの皆様のご来場をお待ちしております。

日時: 2019年3月16日(土) 9:30~16:00(開場9:00)

場所: 国立がん研究センター中央病院8階 患者サポート研究開発センター内
東京都中央区築地5-1-1

プログラム: 次ページ参照

参加費: 無料

対象: 患者、家族などどなたでも参加可



こころのケアセミナー



リンパ浮腫ケア教室



ウィッグ展示・体験



個別相談

セミナー

がんと働くことの両立を支えるセミナーです。

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)

患者教室

患者さんご自身が困りごとに対してセルフケアができるように、知識だけでなく体験や実技も交えて、具体的な対処法などについて学んでいただきます。

時間	テーマ	内容(講師)
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 (薬剤師)
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 (緩和ケアチームスタッフ)
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 (理学療法士、作業療法士等)
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 (看護部 リンパドレナージセラピスト)
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 (がん化学療法看護認定看護師)
11:00~13:00	親と子サポート教室	しごとと子育て ～親子のよりよいコミュニケーション～ (緩和ケアチームスタッフ)
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 (AYA サポートチームスタッフ)
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 (AYA サポートチームスタッフ)
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 (乳腺外科・形成外科医師、医療ソーシャルワーカー、乳がん看護認定看護師)

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(食事・栄養、口腔ケア)
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(アピアランス支援)
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(リハビリテーション)
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(乳がん患者さんへの情報提供)
乳がん治療後の工夫、術後補正下着の紹介

がんと暮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、栄養士などによる「暮らし」に関する個別相談のコーナーです。どうぞ、お気軽にご相談ください。

生活の工夫カード

中央病院看護部が企画、制作した「生活の工夫カード」36種類をご用意しております。ご自由にお取りください。

https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/nursing/division/support_card/index.html

生活の工夫カードのご案内

がんの治療が決まったら、がんの治療中に、経過観察中に、痛みなどの症状のコントロール中に、**生活の工夫カード**をご活用ください！
がん患者さんの生活上の不便さを解消するための工夫をまとめたカードです。多くの患者さんが実際に行っている工夫や、医療者からおすすめできる対処法を紹介しています。

生活の工夫カードの種類 30~36はNEW!!

(1) 爪の変形・変色	(13) 体力低下による動きにくさ	(25) 下痢
(2) 皮膚の変化・色素沈着	(14) 体力の低下	(26) 尿もれ・便もれ
(3) 放射線治療中の服装	(15) 洗濯	(27) 尿や便のおいけが気になる
(4) 放射線治療中のスキンケア	(16) 掃除	(28) 味覚の変化
(5) 乳房切除後の下着	(17) 買物	(29) においの感じ方の変化
(6) 髪毛 (かつらの選び方①)	(18) 炊事 (食事のしたく)	(30) 治療中のメイクについて
(7) 髪毛 (かつらの選び方②)	(19) 食事がわからない・食べられない	(31) 治療中の性生活について
(8) 唇毛に悩めるために	(20) 口の中の乾燥	(32) 治療中の仕事について
(9) 外見が変わりづらい気持ちのとき	(21) 食事の時のどの痛み	(33) 治療中の育児について
(10) 人目が気になる温泉に行けない	(22) 白血球が下がったときの食事	(34) 親ががんになったとき
(11) 靴履に困ったとき	(23) 口内炎	(35) 子供にどのように伝え支えるか①②
(12) 手足のしびれ	(24) 便秘	(36) 看護師にご相談ください

国立がん研究センター中央病院看護部



<お問い合わせ先>

一般からの問い合わせ先

国立研究開発法人国立がん研究センター

総務部総務課

〒104-0045 東京都中央区築地 5-1-1

TEL:03-3542-2511

報道関係からの問い合わせ先

企画戦略局 広報企画室

TEL:03-3542-2511(代表) FAX:03-3542-2545

E-mail:ncc-admin@ncc.go.jp