

雲南サロン「陽だまり」

第127号 H30. 9. 1

雲南サロン「陽だまり」のめざすものとして、病気について不安を抱える患者同士（または家族）が交流することで支え合い、がんという病気の予防や検診の必要性について、患者（または家族）の立場から、普及啓発していけたらと考えています。



朝夕少し涼しくなったような気がしますネ。夜明けが遅くなり夕暮れが早くなりました。残暑がまだまだ厳しいですが、早いところでは稲刈りが始まりました。長い夏休みも終わり、始業式も始まりました。子供（孫）さんのいる家庭は忙しさから少し開放されましたか？

お盆の帰省で、久しぶりに懐かしい方達とのひとときもあったかと思えます。

気温が高く、湿気が多いので食中毒には十分気を付けて下さいネ。

9月のサロンのご案内

- ◆9月 13日(木)
- ◆9月 27日(木)
午前10時～午後3時です
お待ちしております。

☆げらげら^{くらぶ}公衆歩9月のご案内☆

日時:9月22日(土) 午後 1:30～ 2:30
場所:島根大学医学部附属病院
3階 ほっとサロン

【お問い合わせ】 小林(電話 090-5370-4689)

もしもがんと言われたら

あなたらしい向き合い方を大切にする No 1

心配を掛けたくないという思いから「とにかくつらい」「がんになってしまって悔しい」といった気持ちを話すことをためらう方もいますが、大切な人にこそ、まずは話してみましょう。家族や親しい友人などにつらい気持ちや不安を吐き出すことで、落ち込んでいる気持ちが少し軽くなるかもしれません。

身近な人に話すことが難しいときには、全国のがん診療連携拠点病院に設置されているがん相談支援センターのスタッフに話を聞いてもらうのもよいでしょう。電話でも、あるいは直接会って話すこともできます。

☆島根県内のがん相談支援センター設置場所

医療機関名	電話番号	相談時間
松江市立病院	0852-60-8083	平日(月～金) 9:00～17:00
松江赤十字病院	0852-32-6901	平日(月～金) 8:20～16:50
島根県立中央病院	0853-30-6500	平日(月～金) 9:00～16:00
島根大学医学部附属病院	0853-20-2518	平日(月～金) 9:30～17:00
浜田医療センター	0855-28-7096	平日(月～金) 9:00～17:00
益田赤十字病院	0856-22-1480 (内線167)	平日(月～金) 9:00～16:00

雲南サロン「陽だまり」は参加料など必要ありません。お気軽にお出かけください！

雲南サロン「陽だまり」は
第2・第4木曜日
午前10時～午後3時
雲南保健所内にて開設中！！

《お問い合わせ先》

運営世話人 小林 貴美子
島根県雲南保健所
雲南市役所健康推進課

TEL090-5370-4689
TEL(0854)42-9638
TEL(0854)40-1045