

## 1. 生きることへ向き合う語り合い

14:30~20:00  
「語り」「対話」「相談」  
※開催日に常時開催

### あなた自身の体験を語る

あなたの語る、ご自身の体験談が、他の体験者や親しい人々の生きる知恵を広げます。

### グループで対話する

他のがん体験者、親しい人々や、医療の専門家と一緒に語り合しましょう。

### 専門家に相談する

がん医療の専門家が、ここでは個人として、あなたの日頃の思いや悩みに寄り添います。

"みなさんでともに、  
生きる力を見つめ直して、  
暮らしの知恵を育みましょう"

がん体験者が企画するワーク募集中!

## 2. 生き抜く力を育むワーク

日程	昼の部 (14:30~16:00)	夜の部 (18:30~20:00)
4月13日 (金) 	<b>体験者企画: カラーセラピー</b> 色の世界の不思議と楽しさを体験しましょう。 あなたのヒーリングカラーは? 担当: 内原静香氏 カラーセラピスト	<b>タッチセラピー</b> 触れることは触れられること! ストレスや不安を和らげ、穏やかさ、やさしさを体験しましょう 担当: タッチセラピスト (オンコロジータッチセラピーの会)
4月27日 (金) 	<b>フルーツ演奏会</b> フルーツの演奏を楽しみ、癒されるひと時を一緒に過ごしましょう 担当: 有坂文雄氏 フルーツ演奏者	<b>がん治療に関する最新の話</b> 分子標的薬と免疫療法について がん治療の薬に関する相談もお受けします 担当: がん専門薬剤師 
5月11日 (金) 	<b>哲学カフェ: 暮らしの中にユーモアを</b> 辛いときでもどうしたらユーモアを忘れずにいられるのかを考え、ユーモアを交えて体験を語ることにチャレンジしてみましょう 担当: 高橋綾氏 哲学者(大阪大学)	<b>気功</b> ゆったりと身体を動かし、気持ちをすっきりさせる元気を上げる体操をしてみましょう 担当: 小坂橋喜久代氏 看護師(京都橘大学) 
5月25日 (金) 	<b>食事と栄養の工夫やヒント</b> がん治療中、治療後の食事や栄養、日頃の悩みを話し合しましょう 実演ワークショップあります 担当: 管理栄養士(龍谷大学)	<b>AYA世代ミーティング</b> ※AYA: Adolescent and Young Adult (思春期・若年成人) AYA世代の体験者が集り、自らがテーマを決めて自由に語り合います
6月 8日 (金) 	<b>体験者企画: みんなで作ろう! オリジナル小物</b> 手を使って、工夫して、日常で役立つブローチや布袋をつくりましょう 担当: 平岡早苗氏 工芸講師	<b>講義と実技で学ぶリンパ浮腫ケア</b> 乳がん、婦人科がん、泌尿器がんなど治療後のリンパ浮腫と上手につき合う方法を学びましょう 担当: がん看護専門看護師/リンパ浮腫セラピスト
6月22日 (金) 	<b>ヨガ</b> 心身の調子を整え、心の安らぎを味わいましょう 担当: 中嶋由恵氏 ヨガインストラクター (SUN&MOON YOGA)	<b>アロマセラピー</b> 講義とクラフト作成(バスボムとおり花作り) 毎日の暮らしに癒し・心地よさを取り入れましょう 担当: アロマセラピスト (セラピストサービス・ソレイユ) 

※上記プログラムの内容は変更となることがございます。ご了承ください。