

## 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"

**がん体験者の企画イベント募集中!**

## 2. 生き抜く力を育むイベント

※8月11日はお休み、9月29日は通常の開催日とは異なっておりますのでご注意ください。

日程	昼の部 (14:30~16:00)	夜の部 (18:30~20:00)
7月14日 (第2金曜)	<b>がん体験者企画: ビーズクラフト</b> 涼しげなビーズでマイオリジナルのブレスレットを作ります 担当: 坂井重美氏 (大阪プレストクリニック患者会 陽だまりクラブ) 	<b>がん体験者企画: 身体でコミュニケーション</b> 「こうなったらいいな」という思いを、気軽に楽しく、身体を使って形にしてみます 担当: 松田裕樹氏 (身体で表現するワークショップ主宰) 
7月28日 (第4金曜)	<b>アロマハンドケア</b> 精油の香りと触れ合うことで安心感が生まれます。心のコリを少し和らげてみましょう 担当: 佐々木恵子氏 アロマセラピスト (株式会社STELLA・MARIS) 	<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) 
8月25日 (第4金曜)	<b>好評にて再開催! 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、日頃の悩みや疑問に答えます 皆と一緒に考えましょう 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世代の体験者が集い、自らでテーマを決めて自由に語り合しましょう 
9月8日 (第2金曜)	<b>気功とリラクゼーション</b> ゆったりと身体を動かし、気持をすっきりさせる、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) 	<b>ブックカフェ:</b> 絵本を読んでおしゃべりしましょう 絵本を一緒に読み、その本が私たちに問いかけていることについて話合しましょう 担当: 高橋綾氏 哲学者 (大阪大学) 
9月29日 (第5金曜)	<b>サクソとピアノの演奏会</b> 音楽を楽しみ、癒されるひと時を共に過ごしませんか 担当: 岡本禎晃氏 サクソ奏者 (市立芦屋病院) 内原静香氏 ピアノ奏者 	<b>タッチケア (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) 

※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。