

## 第5回「がん患者・家族交流会」開催報告

ミニ学習会テーマ：「がん治療中のリハビリ」

理学療法士：野口 瑛一



11月27日(水)に第5回がん患者・家族交流会を開催しました。

今回は、島根大学病院と松江市立病院、浜田医療センターをオンラインでつなぎ、各会場あわせて11名のがん患者さん、ご家族、がんピア・サポーターが参加しました。



野口講師によるミニ学習会の様子



交流会の様子

ミニ学習会後の質問には、「外に出ることが難しい場合、健康器具を使って運動するのはどうか?」「運動の際にプロテインを飲んだほうが良いと聞くが、どうなのか?」といった実体験の中から気になる点があがっていました。

交流会の時間には、多くの参加者から「しんどい時は横になるしかないと思っていた」「『がん治療』と『リハビリ』が結びつかなかったけれど、実際はとても大切なことだと勉強になった」という言葉が聞かれました。

講師の野口さんをはじめ、私たち医療スタッフとしてはがん患者さんへの積極的な情報発信が必要だと気づかされました。

気になる方はぜひ**限定配信中の動画と「自宅でもできるトレーニング」**を掲載しましたので、**チャレンジしてみてください!**



次回開催：12月20日(金) 13:30~15:00「がんと就労」