



# 「ふれあい」だより

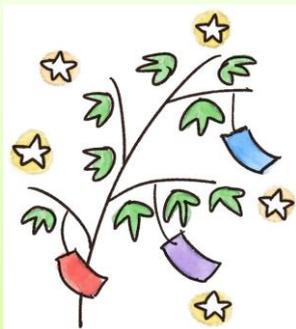


## ○6月の「ふれあい」を開催しました！

今月は「**落ち込んだ時、しんどい時にはどうしてる？**」というテーマに沿って話をしました。「いっそとことん落ち込んだら上がるしかない!」「しんどい時に寝ていても、頭の中ならどこへでも行ける、楽しめる」「宇宙に行った気になって自分を見たら、ちっぽけな悩みやなと思えてくる」「そもそも落ち込まないので」など色々な体験談や意見が出る中、人と会ったり家族との何気ない会話で気持ちが切り替わるので「やっぱり誰かがいてくれることって大事やね」という話になりました。

## ○7月はフリートークです

次回の「ふれあい」は、特にテーマを設定せず自由に話す会にしたいと思います。特に予約や参加申し込みは要りません。途中の入退室や聞くだけの参加も自由です。患者同士だからこそ分かちあえる気持ちや体験について、ゆったりとした雰囲気の中で話しあってみませんか？



～7月の「ふれあい」開催のお知らせ～

日時：7/4 (金) 14:00～16:00

場所：第5会議室（この掲示板の裏側の部屋）

☆フリートーク ～がんについて話そう～☆  
(もちろんがん以外のことでも！)