



国立研究開発法人

国立がん研究センター

National Cancer Center Japan

All Activities for Cancer Patients

# がんになっても安心して暮らせる社会を目指して がん患者さんのサポートと 生活の工夫展 2019

がん患者さんとそのご家族が快適に暮らすための様々なサポート・工夫・情報のご紹介と、個別相談対応・暮らしに役立つセミナーや患者教室を開催し、みなさまとともに「がん患者さんの暮らし」を考えます。

入場無料

今年は、「はたらく」をテーマに、  
セミナー・展示等を企画しています。

日時：平成31年3月16日（土）  
9:00開場 9:30～16:00

会場：国立がん研究センター中央病院  
（東京都中央区築地5-1-1）

病院8階患者サポート研究開発センター内



## はたらくセミナー

1. 役に立つ情報や資源
2. 食事の話
3. 外見のケア
4. 自分らしい生活とこころのケア

## 患者教室など

1. リハビリテーション
2. リンパ浮腫セルフケア
3. 抗がん剤治療
4. 乳がんボディイメージ
5. 痛みのケア
6. AYAひろば
7. 家族・パートナーのためのAYAひろば
8. 親と子サポート

## 展示・体験コーナー

1. 生活の工夫カード
2. 「働く」関連情報・資料
3. スキンケア
4. ウィッグ・メイク
5. 動きを補助する道具
6. 排泄ケア
7. 治療中の口腔ケア
8. 困った時の食事の工夫
9. リンパ浮腫ケアグッズ

プログラムの詳細は裏面をご覧ください

主催：国立研究開発法人 国立がん研究センター中央病院

**入場無料**

NATIONAL CANCER CENTER HOSPITAL  
 がん患者さんのサポートと生活の工夫展 2019



昨年までの開催の様子

今回は「**はたらく**」をテーマに、がん治療と「はたらく」ことの両立を支えるためのプログラム、情報、相談などのサポートを用意して、スタッフ一同お待ちしております！スケジュールに合わせて、どなたでも自由にご参加ください。  
 (\* 個別相談は先着順予約)

**はたらくセミナーのスケジュールと内容**

時間	テーマ	主な内容	講師
10:00~11:00	「はたらく」ことを支える	がんの治療と仕事をどう両立するか、それを支える資源など	がん専門相談員 就労関連の専門家
11:30~12:00	食事の話	がん治療中のお食事のはなし	栄養管理室 栄養士
13:00~13:30	働くときの外見ケア	働くときに心配な外見の悩みとその対処法について	アピランス支援室 心理士
15:00~15:30	自分らしい生活とこころのケア	自分らしく生活することが、こころのケアにつながります。 生活の仕方を工夫して、日々の充実感を取り戻しましょう。	精神腫瘍科 医師

**展示・体験コーナー**

- 情報やグッズ、体験あり！質問もお受けします。
- はたらく：治療と仕事の両立のための情報
  - 食べる：食欲がないときのお助けメニュー  
口腔ケア、口渇対策グッズの紹介
  - よそおう：メイクアップ、頭皮ケア、スキンケア、  
ウィッグ・帽子のお試しや使い方
  - 身体を動かす：体の動きを助ける製品紹介
  - やすらぐ：リラクゼーション、睡眠の工夫
  - 排泄ケア：おむつ・パッドの上手な使い方、  
皮膚トラブルなどのお悩み解決法
  - リンパ浮腫：弾性ストッキング、スリーブなど
  - ピンクリボンコーナー：乳がん治療後の工夫、  
術後補正下着の紹介

**患者教室のスケジュールと内容**

時間	テーマ	内容
10:00~10:30 12:00~12:30	くすりの話	がん治療中のくすりとの付き合い方
10:30~11:30 13:00~14:00	身体を温めて体調を整えよう(各30分)	仕事中でもできる身体の温めかた
10:00~12:30	あなたの体力年齢は?	リハビリ担当による計測と運動をご紹介します
10:30~11:30 13:30~14:30	リンパ浮腫ケア教室	リンパ浮腫の予防とセルフケアを学びます
12:00~13:00 15:00~16:00	抗がん剤治療教室	治療による副作用対策と生活の工夫の話
11:00~13:00	親子サポート教室	しごとと子育て ～親子のよりよいコミュニケーション～
13:30~14:30	AYAひろば	若い世代のがん患者さんの交流の場です
13:30~14:30	ご家族・パートナーのための AYAひろば	若い世代のがん患者さんのご家族や パートナー向けの交流の場です
15:00~16:00	乳がんボディイメージ教室	乳がん術後の乳房再建術のお話です

**がんとくらしの相談コーナー**

国立がん研究センター中央病院の専門看護師や認定看護師、がん専門相談員、薬剤師、栄養士などによる、「がんと暮らし」に関する個別相談のコーナーを設けます。どうぞ、お気軽にご相談ください。

**生活の工夫カード**

がん患者さんの暮らしの工夫36種類あります！

**【お問い合わせ先】**

国立がん研究センター中央病院  
 電話(代表)：03-3542-2511  
 「総務課」を窓口として対応いたします。

- ◎都営地下鉄 大江戸線  
「築地市場」駅 A 1 出口から徒歩3分
- ◎東京メトロ 日比谷線  
「築地」駅 2 番出口から徒歩6分
- ◎都営地下鉄 浅草線  
東京メトロ 日比谷線  
「東銀座」駅 6 番出口から徒歩7分

**会場までのアクセス**

お車でのご来場はご遠慮ください。出来るだけ公共交通機関利用のご協力をお願い申し上げます。

交通案内QR

