



【第2部 グループワーク開催のご案内】

体験者同士で同じ思いや悩みを話し合うことで気持ちが軽くなり、情報の共有をすることで「安心」「元気」、そして「勇気」に変えていく、それがグループワークの目的になります。
医療者が進行役として入らせていただきますが、相談役ではありません。最低限のアドバイスはさせていただきますが、皆さんの話し合いがメインとなります。今回はサブとしてピアサポーターも一緒に輪の中に入りますので、仲間同士、気兼ねなくお話が出来ます。

開場～12:00
開始～12:30

<受付の流れをご確認ください。>

- ① 参加申し込みをお願いします。(参加費1,000円)
- ② 参加したいグループワークの表示の場所に並んでお申し込みください。
 - 各グループそれぞれ参加人数に制限があり、先着順となります。
 - 「最新情報」・「何でも質問コーナー」につきましては、申し込みは不要です。



グループ1 仕事と病気…8名

- 治療のために仕事を休みがち、周りに迷惑をかけているかも。
- 仕事を始めたい…でも体力が続くか心配
- 職場の人にどこまで話せばいいの？できれば話したくないな…。
- 治療と仕事、両立できるのかな？

グループ2 家族との関り…8名

- 病気をしてから何となく遠慮がちになってしまった
- 家族が自分の辛さをなかなか理解してくれない
- 病気や治療のこと、なんて伝えればいいのか…
- 治療中でも子供の前では元気な母親でいたいと思うけど…。

グループ3 妊娠・出産…8名

- 治療が終わったら妊娠できるの？
- 子供が欲しい…でも、あきらめなきゃいけないの？
- 最近、「妊孕性」ってよく聞くけど、何のことかな？
- 二人目が欲しいと思っているけど無理かな？

グループ4 ご家族…8名

- ※夫・パートナー・子ども・両親・兄弟に限定になります。
- なんて声を掛けたいのかわからない
 - 病気のこと、自分から聞いていいのかな？
 - 元気そうにしてるけど、本当はどうなのか心配…

グループ5 治療(乳房再建) …8名

- 再建したいけど、どんな方法があるのかな？
- 数年前に手術したんだけど、これから再建って出来るの？
- 実際に再建された方のお話が聞きたい
- 最新の情報が知りたい

グループ6 治療(遺伝性乳がん)8名

- 乳がんって遺伝する病気なのかな？
- 娘がいるから遺伝のことが心配…
- 遺伝子検査っていくらかかるの？
- HBOC(遺伝性乳がん卵巣がん症候群)って何？

グループ7 治療(放射線治療) 8名

- 放射線治療って何のためにするの？
- 副作用ってどんなものがあるのか心配…
- 治療中、何か生活上の制限はあるのかな？

グループ8 治療何でも① …8名

グループ9 治療何でも② …8名

グループ10 治療何でも③ …8名

グループ11 治療何でも④ …8名

- ※乳がんの治療に関して何でもOK。自由に話してみよう！
- 集まった方々でテーマ(治療に関すること)を決めて、話し合いを進めていただきます。

グループ12 当日限りの患者会…20名

- ※宮城県内で活動中の患者会を運営しているサバイバーが中心となってwith You東北限定の「患者会」を開催します。
- 患者会ってどんなところ？何をやってるの？
 - 自分が通っている病院に患者会が無いので行って見たかった
 - これから患者会を作りたい！…という方、是非ご参加ください。

★「何でも質問コーナー」参加希望の方

質問用紙をお渡しします。質問・疑問・不安などについて各分野のエキスパートに回答いただきます。(質問多数の場合は事務局一任ということでご容赦願います。)

★グループワークに参加してから…

自分の思っていた主旨とは違うかな？と感じたり、「何でも質問コーナー」の話も聞いてみたい…と思ったりした方は、自由に移動していただくことが出来ます。移動の際は静かに速やかにお願いします。

グループ13 イスヨガ体験(30分×2回)

① 13:50～14:20…25名

② 14:20～14:50…25名

- 椅子に座って行う、ゆったりとしたヨガ体験です。
- 呼吸を意識し、いつも頑張っている自分に感謝しましょう！
- ※時間になりましたら会場にお集まりください。
- ※ヒールやドレスで無ければ、ヨガ体験は可能です。