

# みなみサポートグループ

## MINASAPo

がんと診断され、つらい経験をされた仲間や専門家とともに、率直な気持ちを語り合うことで心理的に安定し、自分らしさを取り戻します。また、病気と上手に付き合っていくために必要な知識を得ることで、参加される方の病気に対するとらえ方が変わり、がんを抱えていても自分らしく豊かに暮らせることを目指しています

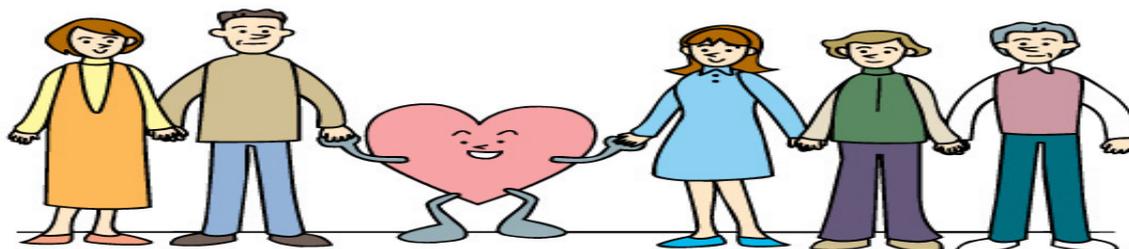
場所： 横浜南共済病院 中央棟 講堂

プログラム： 第2・4木曜日

10時～11時30分

1グループ全6回

\* 参加費用は無料です \*



内容：6～12名程度で、90分のグループを月2回

1グループ 全6回

① 専門家によるミニ講義 30分（1～4回目）

がんと上手に付き合うために

第1回 びょうき 担当：医師

第2回 くすり 担当：薬剤師

第3回 こころ 担当：臨床心理士

第4回 おかねと暮らし 担当：MSW

② ミニ講義に対する質疑応答 15分

③ 仲間と自由な語り合い 45分

例えば・・・なかなか話す機会のない辛い気持

家族や親友とのよりよいコミュニケーション

医師や看護師など医療者とのよりよい関係

病気や検査について

今後の自分らしい生き方について・・・ など

\*プライバシーを厳守します

主治医・ご家族でも、サポートグループ中に話され

た内容を無断でそのままお伝えすることはありません

④ グループ参加前と終了時にアンケートの記入

グループ実施、運営上の評価・改善のため、身体的、心理・社会的状態、スタッフへの要望についてアンケートへのご協力をお願いしております

⑤ 事前面接

\* 事前面接時に正式な申し込みをして頂きます

\* 事前面接時の様子で、セカンド・オピニオン、個別カウンセリング、精神科受診などをご案内させていただく場合もあります



事前面接：予約制となっております

独りぼっちにならない

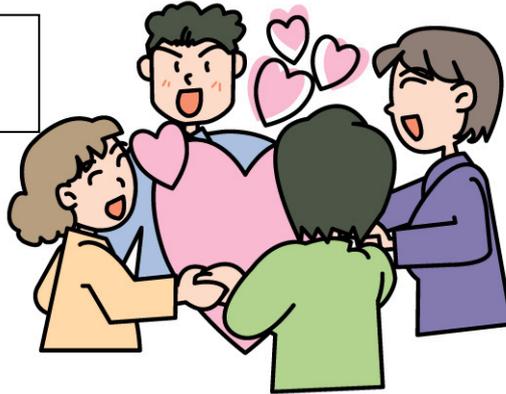
思いや知識を分かち合う

自分の感情が普通であることを確認！

医療情報を共有し学べる場

ときにはストレスを発散

自分自身が知識を獲得



### <参加に際してご協力いただきたいこと>

1. できるだけ全日程ご参加ください
2. 欠席・遅刻は事前にご連絡ください
3. お互いのプライバシーを守るため、突然の参加や見学はお断りいたします
4. グループでは反対意見も率直に交換し合います。反対意見は非難や批判ではなく、色々な価値観や考え方の存在を知る機会と考えます

5. メンバーが経験した様々な治療法や宗教体験も積極的に情報交換しますが、特定の治療法(民間療法含む)の奨励、勧誘、商品の売買の仲介はお断りいたします

6. メンバー同士のグループ以外の場所での交流を奨励していますが、トラブルやすれ違い、気まずい出来事が起きて定例グループに影響があり得る場合には、スタッフにお知らせください

7. グループへの参加を中止する場合にもご連絡下さい

\*より有意義な時間とするために、ご理解とご協力をお願いいたします

<問い合わせ先・申し込み先>

横浜南共済病院 在宅医療室

045 (782) 2101 内線 580

