

# あなたがいま、気になることを 書いてみましょう

いろいろな心配や、気になる事があると思います。  
そんな気持ちを書き留めてください。誰かに相談する時、  
このパンフレットを見せるなど活用してください。

例えば…

- ☆ 病気や治療のこと
- ☆ 気持ちが辛いこと
- ☆ 医療費などお金のこと
- ☆ 家族のこと
- ☆ 仕事のこと
- ☆ 日常生活のこと
- ☆ 人生の中で大切にしたいこと
- ☆ 体の痛みやそれ以外の症状のこと



がん相談支援センターでは、がんの治療を  
行いながら、生活する方を応援する  
iKがんライフ・サポート を行っています。

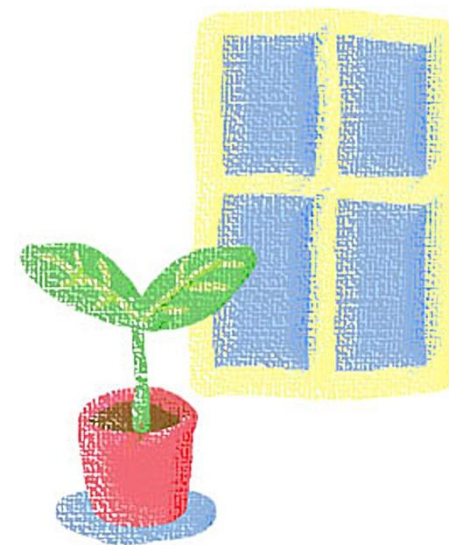
## お問い合わせ先

手稲溪仁会病院  
がん相談支援センター

〒006-8555  
札幌市手稲区前田1条12丁目1番40号  
電話 011-685-2976  
日時 平日 8:30～17:00

iKがんライフ・サポート

## がんと診断されたとき



医療法人 溪仁会  
iK 手稲溪仁会病院

## がんと診断されたとき

「頭が真っ白になった」「ショックで涙が出た」「実感がわかない」など、さまざまな思いを抱きます。

誰でも、不安やショックで何も考えられない、気持ちがつらいと感ずることがあります。

その中で、今後の治療や生活の変化について考えなければなりません。

がんの治療には時間がかかるため、仕事や家庭、日常生活に影響が及びます。

今後の大まかな予定を聞いたり、情報を集めておくと、これからのことが考えやすくなります。

主治医や看護師に、治療や生活のことなどで不安や疑問があれば、遠慮なくお伝えください。

一人で悩まず、誰かに聞いてもらうだけで考えが整理されたり、気持ちが軽くなることもあります。

## 役立つサポート - がんと診断された時から、必要な時に利用できます -

自分にとって必要な「情報」を集めてみましょう

国立がん研究センターがん情報サービス



がんについて、信頼できる最新の正しい情報をわかりやすく紹介しているウェブサイトです。ご活用ください。

仲間同士の「支えあいの場」を利用しましょう

患者さん同士が自由に語り合える場です。気持ちが軽くなったり、療養生活を送る上での知恵が得られることがあります。

がん患者サロン「さくら会」

毎月第2・4水曜日

14:00～16:00



子育て世代のがん患者サロン「さくらんぼ会」

毎月第2水曜日

10:00～12:00



「がん相談」の窓口を活用しましょう

- がんについて「知りたい」とき
- 心の悩みを「誰かに聞いてほしい」とき
- がんの治療について「理解し納得したい」とき
- がん情報を「一緒に探してほしい」とき
- 療養生活のことについて「聞いてみたい」とき
- お金や仕事のことで「心配がある」とき
- 「家族のことも相談したい」とき

相談員が対応いたします。お気軽にご利用ください。

窓口 **がん相談支援センター**  
(患者サポートセンター内)  
日時 **平日 8:30～17:00**

当院にはあなたを支える「緩和ケアチーム」があります

相談方法は、担当の医師・看護師に、遠慮なくお問い合わせください。