



『ひだまりの会』たより

7月のがんサロンを 開催しました

7月のがんサロンでは、当院管理栄養士から、食欲低下時や抗がん剤治療の副作用で食事が進まないときの栄養の取り方について話がありました。栄養補給のポイントをご紹介します。

◎栄養補給のポイント

☆食欲がないときは、食べたいもので、食べられるものを、食べたいときに、食べられるだけ、おいしく楽しく食べる工夫をする。

☆自分の好きなものや食べたいものを探す。

☆量を減らす十品数や食事回数を増やす。

☆栄養補助食品を利用する。

☆楽しく食事ができる環境を作る。

講師から、少し体調が良いときは、たんぱく質を確保するようにしましょうとのことでした。

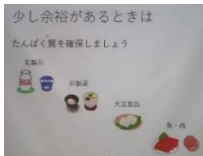
例えば乳製品、卵製品、大豆製品、魚・肉などで栄養補助食品を活用することもおすすめです。

◎栄養指導で聞けること

(必要栄養量)
何をどのくらい摂るとよいか。
(食事内容の改善点)
より理想の食事に近づけるための調整。
(困りごとへの対応)
こんな時はこんな工夫ができるなど。

＊1回の時間は限られています
が、1か月毎など継続して受けることが可能です。医師が予約を取りますので、ご希望の方は診察時にお声かけください。

サロンの写真



新規の参加者も
多数ありました！
栄養補助食品の
おみやげ付きで、
皆さん満足のご様子でした。

がんサロンの予定

★9月16日(水)

漫談 パタカラ体操

～笑いあり涙ありの漫談をお届けします～
レクリエーション介護士2級
講師 中村英将氏

★10月21日(水)

交流会・情報交換

★11月18日(水)

正しい感染予防って何？
～手洗い・うがいの実践～
講師 井澤感染管理認定看護師

★12月16日(水)

笑顔でつながるハンドメイド
クラフト(小物・カード作り)

場所・・・東館4階講堂
対象・・・がん患者さん・ご家族
時間・・・午後2時～3時半

＊がんサロンの予定は、当院ホームページにも掲載しますので、ご覧ください。8月はお休みです。



がん体験者による ピアサポートのご案内

がん患者さんやご家族のお話をがん体験者(ピアサポーター)が個別に伺います。どうぞお気軽にご利用ください。
＊今年度より日程が変更になっております。

8月5日(水)
9月2日(水)
10月7日(水)



(場所)
東館1階患者総合支援センター
がん相談支援センター
(Nプース)
(時間) 午前11時～午後2時

編集後記



天気予報で「酷暑」という言葉が使われるほど連日の暑さが続いています。熱中症で救急搬送される患者さんも急増しています。こまめな水分補給とエアコンを活用して、くれぐれもお身体をご自愛ください。

8月のサロンはお休みです。9月のサロンでお待ちしております。

がん相談支援センター
スタッフ一同