

ひかり友の会

～がん患者さんと家族のためのサポートグループ～

のご案内

がんを患うことにより患者さんは精神的・肉体的に大きなダメージを受けます。「ひかり友の会」は心身医学的な視点から考案されたがん患者さんと家族のためのサポートグループです。患者さんや家族同士がリラックスして自由に情報交換や不安を分かち合える場を提供することを目的に今春より活動を始めます。

People are like stained-glass windows.

They sparkle and shine when the sun is out,

but when the darkness sets in,

*their true beauty is revealed only if there
is a light from within.*

—Elizabeth Kubler-Ross

人はみなステンドグラスの窓のよう

太陽に照らされ、きらきら輝く

でも暗闇がやってきた時こそ

その本当の美しさがあらわれる

内なるひかりに照らされて

～エリザベス・キューブラー・ロス

ひかり友の会の目指すもの

- ・参加者同士の連帯感をつくる
 - ・参加者が肯定的な感情のみならず否定的感情をも表出できるような場を提供する
 - ・死と死にゆくことに対する恐怖感の緩和
 - ・人生の最優先事項の再定義
 - ・参加者同士の情報交換
 - ・友人や家族のサポートを増やす
 - ・主治医－患者関係の向上
 - ・ストレス対処技術(コーピング・スキル)の向上
- (会は主に患者さん同士の話し合いにより進行いたしますが、医師/臨床心理士など支援専門職員も相談役として参加いたします)

開催日時：毎月第2水曜日 午後2時～午後3時30分

場 所：心と身体のケアセンターひかり（医療法人社団城谷医院附属施設）

〒662-0977 西宮市神楽町5-31-503（第3七耀マンション5F）

（JRさくら夙川駅より南へ徒歩1分 国道2号線「神楽町」交差点・モービルGS西側）

電話：(城谷ひとみ)

当施設では、上記プログラム以外にも、心身医学の観点からイメージ療法や瞑想を取り入れ系統的にコーピング・スキル(効果的なストレス対処法)を学んでいただくためのプログラム(グループ療法、個人カウンセリングなど)もございます。詳しくはお問い合わせください

ひかり友の会事務局：医療法人社団城谷医院附属施設・心と身体のケアセンターひかり内

担当：城谷ひとみ 電話 090-1905-1121 E-mail h-shirovani@ezweb.ne.jp