

市民講座
「本音でしゃべろう会」

一緒に考えようこれからの自分!!

～医療者・家族に自分の思いを伝えるために～

医師から病状や治療の説明を聞いた時に、不安や疑問を持ったり、判断をせまられ悩んだことはありませんか。もっと分かりやすく聴きたい、自分の気持ちを整理して医療者に伝えたい、そう思ったことはありませんか。

悩んだこと、感じたことを本音でおしゃべりしてみましょう。

そして誰もが自分らしい尊厳を守って、十分理解・納得して治療を受けるため“自分らしい生を全うする治療・生き方”ってどんなことか、考えてみましょう。

講座の対象者

- ・家族・本人が治療を受け不安や疑問を持った経験のある方
- ・今後の自分を考えてみたい方 ・高齢者の方
- ・保健・医療・福祉従事者の方 ・講座の内容に関心がある方



多数歓迎します

講座のプログラム 6月～9月開催 時間 午後2時～4時

回	日時	内容(1部)午後2時～3時	内容(2部)午後3時～4時 お茶を飲みながら“本音でおしゃべり”
1回	6月1日(土)	“笑いのヨガ”リラックスして健康保持増進…!! 講師 村山昭子・岡陽子 笑いのヨガティーチャー	「今までの自分、今の自分について」
2回	7月13日(土)	胃ろうってどんなの、良いの悪いの?? 講師 中村享子 聖ヨハネ会桜町病院 師長補佐 メッセンジャーナースA認定	「貴方はどうしたい?家族がこのような状態になったらどうしますか?」
3回	8月3日(土)	“アロママッサージでリラックス、膝腰痛の悩み解消” 講師 大山朋子 看護師・アロマセラピスト インストラクター	「自分と家族の健康を 考えてみましょう」
4回	9月7日(土)	“自分・家族の為に延命治療って何かを知ろう” 講師 廣田光子 看護師 メッセンジャーナース S A認定 富山県赤十字血液センター採血課長	「これからの自分・家族のことを 考えよう」

会場 佐渡中央文化会館（アミューズメント佐渡） 文弥人形室

募集人数 各回 30 人程度 ※各回 1 回ずつのお申し込みをお願いします。

募集締切 各回開催の2週間前を締切りとします。締切りを過ぎている場合はお問い合わせください。

参加費 参加費は無料です。

申込方法 ①氏名、②連絡先住所（電話・FAX・メール等）、③参加希望の講座等をお知らせください。

お申し込み先 市役所市民生活課 健康推進室 ☎63-3115

内容等、詳しいお問い合わせは、担当の小田まで郵送・電話・メール等をお願いします。

☎090-7524-4966 メール n_oda_1954_119@yahoo.co.jp

住所 〒950-2054 新潟県新潟市西区寺尾東3-20-21 小田直美

この講座は、「公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団」の助成により運営しています。

後援 佐渡市・佐渡市社会福祉協議会

主催 「看護職のためのホリスティックケアセンター」

