

朝から蝉が騒がしく夏真っ盛りですね！
外の厳しい暑さと室内の涼しすぎるエアコンで、
体調を崩されてはいないでしょうか。
たまには体を温めて健やかに夏を過ごしたいですね。



7月18日(月・祝) グループワーク

梅雨明け直後、猛暑の中でしたが〇〇名の方が参加されました。
今回は4名の方が初参加してくださいました。
前回に引き続き、5~6人のグループでそれぞれテーマにそってお話をしました。
今回は、主に告知の時の事について。
十数年前の方、ついこないだの方、それぞれ違う状況の方が集まり、辛い経験を思い出しながらも、
なでしこ会ならではの明るい笑い声も飛び交いました。
看護師の坂口さん、植村さん、渡辺副師長さんも加わって頂き、脱線しがちなお話を修正して頂き
ながらの和やかなグループワークでした。
今回のテーマは次の通りでした。
① 告知を受けた時の気持ち
② 告知を受けた後どのように乗り越えたのか
③ 自分の病気を誰に一番言いにくかったか
欠席された方も告知当時に思った事や言いかけた事があれば、また後日にでも出して頂けたらと
思います。

次回は 9月19日(月・祝) 13~15時 ヨガ



毎年恒例のヨガの回です。動きやすい服装でお越し下さい。
今年は講師費用が10,000円から5,000円になり、飲み物を
会費から出せる事になりました。
無理なく気持ち良く体を動かしましょう☆

暑さまだまだ厳しいです。お体ご自愛ください。

