

平成 28 年 2 月 28 日、ホルトホール大分で、家族支援講座を開催しました。

50 人以上の参加者がありました。

最初に江藤裕子さんが、「肝炎患者のサポート・家族へのお願い」とうタイトルで、自らの体験をもとに支えるのは大変だけれども、当事者はもったきつい、家族に何ができるか？そして家族の病気を受け入れ、寄り添うことがとても大事だということをお話しになりました。次に、臨床心理士の関口さんが、「思い」と「暮らし」というテーマで、思いというのはその日の気分、調子がいいとか悪いとかがあり、その気分が同じようにみえても、ほっとけないものか、とても危ういものかがあります。暮らしの中には、睡眠（寝付き、目覚め等）、食事（味）、呼吸などがあり、その微妙な変化に周囲の者が気づいてあげることが大事、そして自分自身も睡眠、食事、呼吸を整えて行くことが大事であること、そして完璧はないので、頑張りすぎないようにとのお話しがありました。

その後、各テーブルで患者とサポーターの皆様と一緒に話しをしていただき、サポーターの先生に発表をしていただきました。

参加者の意見は別紙の通りです。

次回は栄養士の先生を入れて肝臓病の食事などを取り上げたいと思います。

また、相談会も企画したいと思います。

ご協力ありがとうございました。

（文責 清家正隆）