

4月16日（月）より

手作りパッド講習会

がスタートいたします

～乳がんの患者様のための～

* “パッドつくり講習会”のお知らせ *

Rin Rin

～パッドや下着でお困りの患者様へ～
自分に合うオリジナルのパッドを仲間と一緒に作りながら、
いろいろな思いをお話してみませんか？

* 講習会で作製する“りんりんパッド”は2種類です *

* 全摘の方用…一体型タイプ



★初心者でも簡単に縫うことが出来ます。
★肌に当たる部分は全wガーゼ布を使用。肌触りが良く、汗の吸収も抜群
★ペレット入りなので適度な重みをキープ(量で調整可能)

* 温存の方用…羽根つきタイプ



★スムーズニットの生地で作製（自分の胸の形になじみます）
★中身（ぶちびーズ）がカバーしたい部分に移動。
★形が崩れないように中にキルト芯使用

* それぞれサイズがあります。（サンプルはがんサロンにありますので、ご確認ください。）
* 生地柄は一例になります（作製の際は、お任せになりますのでご了承ください。）



●開催日時 4月16日(第3月) 13:30～15:30

※4月以降～偶数月・第3月曜日午後から開催の予定。

●開催場所 大崎市民病院 2階 がんサロン

●講師 りんりんハンドメイド倶楽部（りんりんの会会員）

●参加対象 乳がんを体験した患者様(他の病院患者様もOK)

●参加費 全摘の方用:1,000円・温存の方用:800円

※それぞれ材料代(生地・キルト・ペレット等) 込になります。

●参加人数 3名（裁縫セットはこちらでご準備します。）

※申込み用紙(別紙)にご記入の上、4/6(金)まで『がんサロン』にお届け、
又は、がんサロンにお電話でお申し込みください(先着順になります)

りんりんの会では、乳がん体験者が考案した“りんりんパッド”（患者さまの為の手作り補整用胸パッド）
の情報を広くお届けし、不具合の改善のお手伝いをしながら、皆様に寄り添う活動をしています。

※患者会情報～“りんりんの会ブログ”または、大崎市民病院HPをご覧ください。

* お申込み・お問い合わせ先 *

大崎市民病院地域医療連携室・がんサロン ☎0229-23-3311



- ・乳がん患者会「りんりんの会」ハンドメイド倶楽部さんによる手作りパッド講習会となっております。
- ・偶数月第3月曜日開催の予定となっております。
- ・がんサロンに申込書やサイズ表、サンプルを設置しております。ご参照ください。

脱毛中のケアについて

★ミニ情報コーナー★



サロンでも、脱毛中のケアについて多くの方から質問が上がっています。今回は、ケア方法についてご紹介したいと思います。

<頭皮ケアについて>

脱毛中は、頭皮が敏感になっています。シャンプーをたっぷり泡立て、こすらず優しく洗って、地肌を清潔に保ちましょう。ドライヤーも刺激になるのでできるだけ控え、使用するときは冷風や弱風にしましょう。治療中は、育毛剤は使わないようにしましょう。

<眉毛・まつげ・鼻毛について>

鼻毛がないと、鼻の中が乾燥し粘膜がいたみやすくなるため、外出時はマスクを使用するとよいでしょう。

まつげがないと眼にゴミが入りやすいので、外出時は淡い色のサングラスがおすすめです。

眉毛やまつげがないと顔がぼんやりした印象になりがちですので、眉毛・アイライナー・アイシャドーやフレームの色が濃い眼鏡などを使って、目の印象をカバーしましょう。

<参考資料> 国立がん研究センター 生活の工夫カード

平成29年1月業務報告 のべ来室者数 158名 (1日平均来室者数 8.31名)



- ★冊子をもらいに行ってみよう。★誰かと話したいなあ。
- ★ウィッグやメイク、ハンドケアのことが知りたいなあ。★看護師さんや心理士さんとお話してみようかなあ。
- ★診察前や治療後に休憩に行ってみよう。★お茶を飲みながらゆっくり本を読もう。
- ★体験者の方のおしゃべりサロンに行ってみようかなあ。
- ★催し物に参加してみたい。★インターネットで情報を調べよう。 などなど、

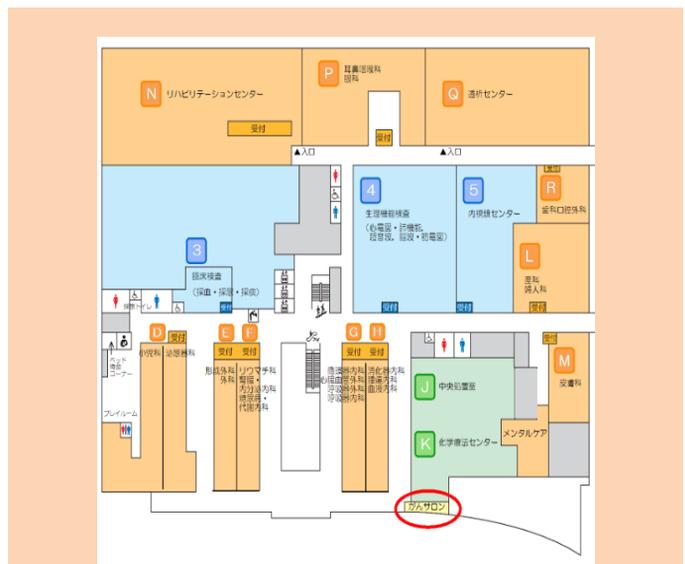
開設時間 平日9:30~16:30 出入り自由ですので、お気軽にお立ち寄りくださいね。

平成29年度 3月の予定表

大崎市民病院がんサロン <開設時間> 平日9:30~16:30

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 ウィッグ・メイク・ハンド ケア相談会 11時~13時	3
4	5 体験者のおしゃべり サロン 10時~12時 13時~15時	6 DVD上映会 「がん治療時の口腔 ケアと食事の工夫」 13時~15時	7 DVD上映会 「抗がん剤治療中の 脱毛ケアと爪ケア」 10時~12時	8 ウィッグ・メイク・ハンド ケア相談会 10時半~12時半	9	10
11	12 体験者のおしゃべり サロン 10時~12時 13時~15時	13 臨床心理士による 相談会 11時~12時 13時~14時	14 フレッドフィッターによる 下着相談会 (乳がん患者向け) 12時~14時 (女性のみの参加とさせてい たいただきます。ご了承くださいませ。)	15 おしゃべりサロン 「藤の会」 13時半~15時	16 ウィッグ・メイク・ハンド ケア相談会 12時~14時	17
18	19 体験者のおしゃべり サロン 10時~12時 13時~15時	20 ハステルアートの日 サロン 14時~16時	21	22 手作りてぬい帽子の日 13時半~15時半 (予約制です。参加ご希 望の方はお問い合わせい たませ。)	23	24
25	26	27 臨床心理士による 相談会 11時~12時 13時~14時	28 ウィッグ・メイク・ハンド ケア相談会 13時~15時	29	30	31

・月~金曜日 午後12:30~13:30「社会福祉士による相談会」をサロンにて行っております。
 ・※※※ 乳がん体験者のピアサポーターさん(りんりんの会代表)とお話ができます。(予定変更の可能性もございます。ご了承ください)
 ・開設時間、予定の変更の可能性もございます。何卒ご了承くださいませ。



サロンは当院2階にございます。(化学療法室隣です)

総合医療支援センター 地域医療連携室(がん相談担当) がん相談支援センター(内1214.1215)

TEL: 0229-23-3311(代) 担当 平井・福島