

# 第56回 ハートシェア 終了しました。

## アロマで女子会①

### ～乳がん患者さんの集い～

平成 28 年 5 月 27 日開催

#### 今回はどんな会？

好きな香りでホッとする、人の手のぬくもりで癒される…

ハートシェアで人気のアロマトリートメント。今年度は肩の力を抜いて自由に話せる「女子会」をコンセプトに行いたいと思います。

今回は女性が罹患するがんで1番多い「乳がん」の患者さんを対象に語り合う機会にしたいと思います。

病気を患う同じ女性として、病気や治療のことだけではなく、生活のこと、経済的なことや家族、パートナーとのことなどなど、ざっくばらんに話ができる会にしたいと思います。

アロマの素敵な香りに包まれながら、ゆったりとした時間のなかで、女性同士お話しをしましょう！

担当；緩和ケア認定看護師 今野 なぎさ・山口 郁恵  
クリニカルアロマエキスパート 中村 聡美

参加者 7 名（患者本人 7 名）

#### 【当日の様子】

今回はアロマで女子会と銘打って、乳がんの患者さんを対象に、良い香りと手のぬくもりで癒されながら、肩ひじ張らずに日ごろの気になることなどを話す会を実施しました。

当日は7名の患者さんが参加され、自分の好みのアロマを選び、バスボムを作成したり、参加者同士でハンドトリートメントを実施しました。

はじめは参加者に緊張の様子がうかがえましたが、お互いのハンドトリートメントの時間を共有するうちに自宅での生活のこと、治療のこと、病気への心配など、話も弾み、会の終了後も数人が「ミナミナ」に残りお話を続けられていました。

香りによる癒しや何より互いの「手」の持つ暖かさなどの力を感じました。

乳がんの治療期間は長く、経過中に再発を繰り返し、医師から「これが最後の治療」と言われながらも、新しい治療薬が開発され、また治療…という経過を繰り返していることなど、同じ境遇だから分かり合えると、笑顔で語り合われていました。

8月には乳がんだけでなく、女性のがん患者さんを対象に「アロマで女子会 第2弾」を開催予定です。

ぜひ多くの人に参加してもらい、互いに癒しの時間を経験していただければと思います。