

子宮がん 卵巣がん 乳がん

# がんを体験されたあなた ひとりで悩んでいませんか？

オレンジティの  
中 部  
おしゃべりルーム

認定NPO法人オレンジティ

治療前の方  
早期の方から  
再発の方まで  
立場に関係なく  
ご参加ください

後遺症のこと、仕事のこと、なかなか言えないパートナーのこと  
おしゃべりルームでお話してみませんか？  
女性のがん体験者・家族・医療従事者が思いをわかちあう場です。

## 1.わかちあいの時間

輪になってみんなでお話をします。参加のルールに従ってスタッフが進行役をしますので安心してお話できます。聞いているだけでも構いません。

## 2.交流の時間(ティータイム)

お茶とお菓子をいただきながら、お話したい人が少人数で交流します。ワンポイントヨガやリンパ浮腫の個人相談も行っています。

静岡県男女共同参画センター  
「あざれあ」5階または3階  
第1土曜日開催  
(お休みの月があります)

時 間 13時30分～16時  
受 付 13時20分まで  
参加費 300円 (お茶菓子・会場代等)  
対 象 女性のがんの体験者・家族・医療従事者

## こんなこと話してます

- とにかく不安な気持ちを誰かと話したい。
- 治療の影響で更年期症状が辛いです。
- リンパ浮腫になったらどうしよう。
- 排尿障害とどう付き合っていきたいの？
- 先生とうまく話ができないけど私だけですか？
- 仕事をやめてしまった、どうしよう。
- 家族やパートナーとどう向き合ったらいいの？
- 心配かけたくなくて本音がいえません。
- 恋をする勇気がもてません。 etc...

## <アクセス>

JR静岡駅北口より徒歩8分  
無料駐車場有  
台数が限られているため  
ご予約が必要です。

女性  
限定

入会  
不要

要予約

## ❖初めて参加される方へ

- ①初めて参加される場合はご予約が必要です。  
事務局へお電話ください。TEL090-7434-2002
- ②わかちあいの時間を大切にするため、プライバシーに配慮するなどの「参加のルール」をお守りください。
- ③途中からのご入室はできませんので15分前までにお越しください。
- ④デリケートなお話をしやすくするため女性限定となります。  
(男性が同行される場合、希望があればスタッフが個別対応可)
- ⑤お子様の同伴はご遠慮いただいています。
- ⑥医療従事者等のご参加も可能です。事務局へご相談ください。
- ⑦ご入会いただかなくても参加できます。(入会・年会費無料)
- ⑧会場の都合により、開催日程が変更になる場合があります。

季節のお花に囲まれて  
皆さんをお迎えします



ティータイムの様子  
(写真掲載のご了承をいただいた方)



## お楽しみイベント

交流の時間・ティータイムには  
こんなことも行ってます

- ワンポイントヨガ  
専門講師によるレッスンもあります
- 新年お茶会(1月)  
みんなで抹茶をいただきましょう

## 未来キレイプロジェクト

～10年後のキレイを願って～

- リンパ浮腫の個人相談  
医療リンパドレナージセラピストが担当  
くらしにセルフケアを取り入れるコツ等を  
アドバイスします。
- kirei研究所=キレイラボの美容レッスン  
がん治療による外見変化や女性ホルモンの  
バランス変化によるダメージを改善するため  
のケアについて情報提供をしていきます。
- オレンジツリープロジェクト  
里親制度・特別養子縁組の情報提供。

## ❖その他のおしゃべりルーム❖

### オレンジブロッサムCafe (対象:若年性がん体験者)

AYA世代(若年性)のおしゃべりルームです  
恋愛・結婚・学校・仕事のことなど一緒に情報交換し  
ませんか?

#### 開催予定

RFLJ2017静岡会場 <<AYAカフェ>> 9/9~9/10  
東部・沼津 <<夜カフェ>> 10/11(水)  
西部・浜松 企画中 2月  
東京都飯田橋 <<夜カフェ>> 11/8(水)

HPやfacebook、オレンジティ通信等でスケジュール  
をご確認ください。

### 静岡県・東京都のおしゃべりルーム (対象:女性でがんの体験者)

#### ■東部おしゃべりルーム

静岡県沼津市 毎月第3土曜日  
プラサ・ヴェルデ4階 JR沼津駅北口すぐ

#### ■西部おしゃべりルーム

静岡県浜松市 年4回・第3日曜日  
浜松市民協働センター JR浜松駅北口徒歩8分

#### ■とうきょうおしゃべりルーム【婦人科がん】

東京都・飯田橋 毎月第4日曜日  
東京ボランティアセンター JR・地下鉄飯田橋駅横



## 認定NPO法人オレンジティ事務局

電話 090-7434-2002(9時~19時) 〒413-8799 熱海郵便局私書箱34号  
メール ot@o-tea.org ホームページ・facebookもご覧ください



facebook

オレンジティはあなたの描くライフデザインを応援します