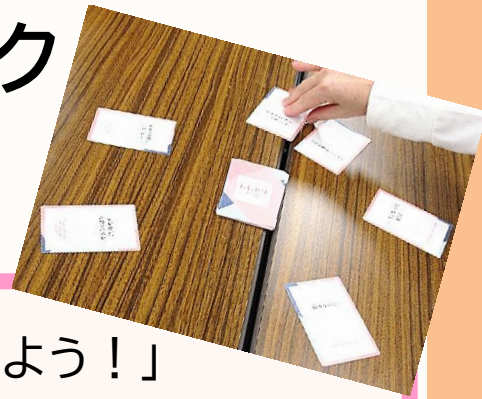


# Toyonaka AYAトーク 開催しました

令和5年5月26日(金曜) 13時30分~14時30分



## ミニ講座 「もしバナカードをやってみよう！」

4名で「もしバナカード」というカードゲームにチャレンジしました。「家で最期を迎える」「誰かの役に立つ」など様々な価値観が記されたカードの中から自分が大切だと思うものを選び、最後に自分が残した3枚の手札についてなぜ残したかを話し合いました。

カードの言葉は重いけど裏はピンクのかわいいカード！！皆さんからは「今の気持ちカードに現れている」「頭にある考えを整理出来た」「次にするときはどんな風になるか楽しみ」といった声が聞こえてきました。また機会があればチャレンジしましょう。次はどんな結果になるか楽しみですね。

★次回は心理士によるワークショップ♪お楽しみに★



## トークタイム♪ ~お話の一部をご紹介します~

- ブロッコリーは栄養価が高い！！(院外の展示会に参加された方が資料をお持ちになりました。)
- 治療中は味覚が変わり甘い物を食べたくなる。味覚は変わるが「うまみ」は分かるから「おだし」のうまみを楽しんでる。
- 母の日、父の日にちなんでプレゼントや旅行を検討中。年頃の子どもの関係性が難しい。一人になる時間をつくるのも大切。

同世代で共有できる話題も多く、終始和やかで笑顔の多いAYAトークとなりました。興味のある方はどうぞご参加ください😊



30代、40代のがん患者さんであればどなたでも参加可能です。  
皆様のご参加お待ちしております。