緩和ケアだより

ひだまり

第 19版
令和6年　10月号
公立八鹿病院　緩和ケア病棟

HAPPY HALLOWEEN　Trick or Treat

朝晩涼しく気持ちの良い風が吹き、少しずつ秋の気配を感じられるようになってきましたね。今年も例年に続く猛暑で厳しい暑さが続きました。1日の寒暖差が激しい季節の変わり目、体調を崩しやすい季節でもあります。秋は食欲の秋、睡眠の秋・・しっかり栄養を摂って睡眠をとり、生活リズムを整え元気に過ごしたいものですね。

お月見会をおこないました

9月18日に季節の行事、お月見会を行いました。前日の9月17日は中秋の名月。夜、病院の窓からふと外を眺めてみると、美しい満月が見られました。

当日は秋らしさを感じる音楽を背景にスタッフで各病室の患者さんを訪問し、写真撮影などを行いました。

みたらしゼリーやスタッフ手作りの飾りと共に秋を感じてもらい、患者さんお一人お一人の穏やかな表情がみられました。

今年度は遺族会を開催します

ここ数年、新型コロナウイルス感染症の流行により開催を中止していた遺族会『ひだまりの会』を今年度は5年ぶりに開催します。今回はご遺族と共に庭園の奉仕作業を行いながら、大切なご家族が過ごされた場所で思い出やご苦労などを語り合う場になればと計画しています。

「ひだまりの会」とは

大切な方を亡くされたご家族に集まっていただき、語り合うことで心を癒やすことを目的としたグリーフケアの一環として行われる会です。

過去のひだまりの会では、こんなことをしてきました

茶話会・スライドショー・ハンドベルやピアノ演奏・歌、合唱など

グリーフケアって何？

遺族に寄り添い、正常な悲しみと立ち直りのプロセスを歩み、再び日常生活に適応できるように援助することです。

グリーフは“悲嘆”という意味で、近しい方を亡くした深い悲しみのことをいいます

・・・ グリーフケアがもたらす効果 ・・・

- 「大切な人の死」という大きな悲しみを和らげる
- 悲嘆のプロセスの段階を踏むことができる
- 安心感を得ることにつながる
- 死別の影響による身体的・精神的な不調を予防する

悲しみの深さ・感じ方・回復のプロセスには個人差があります

編集後記　　これから肌寒くなってきます。
うがい・手洗いなど、感染対策は怠らず体調には十分気をつけていきましょう。（編集委員）