

# 緩和ケア 「癒しのケア・こころのケア外来開始」

より良い状態で治療を進め、療養生活を送るために

がんであると告げられたら、気持ちが動揺する方が大半だと思います。不安定な感情をそのままにしておくと、強いストレス状態に陥り、治療や療養に様々な問題が生じてきます。どのような治療であっても、より良い状態で進めて行く上では、少しでも感情が安定していることが大切です。

そして療養生活においても、日常のストレスを効果的に対処し、心の調子を整えていることも同じように大切な事柄です。

この外来では、ゆったりと過ごしていただけるように1時間の枠をおとりしています。お茶でも飲みながら縁側でおしゃべりしているような時間になりましたら幸いです。ほんの少しでも、心の調子が安定し、その人らしく歩んで行けますように。



緩和ケア内科医師  
田村 祐樹 医師

## ■専門分野

緩和ケア/医学博士/  
サイモントン療法  
認定トレーナー

## ■ひとこと

一人の医師として、  
一人のひととして、  
なにか1つでもお役に  
立てましたら幸  
いです。

## ■好きなこと

- ・料理をする
- ・温泉につかる
- ・旅をする

## 担当医はくまさん

担当は「くまさん」の愛称で知られている田村祐樹医師です。  
「くまさんのほっこり外来」に、お立ち寄りいただくイメージです。

## どのような時間にお使いいただいても大丈夫

この外来では、1時間という枠組みをどのようにお使い頂いてもOKです。

がんについて	がんの治療について	食事や運動について
生活面について	趣味や関心事について	家族や友人について
ご自身の事について	これまでの人生について	これからの過ごし方について
補完代替療法について	知識や知恵の活用について	癒しの道への個性について
サイモントン療法（がん患者と家族に対する癒しのプログラム）について		

などなど、気の向くまま、どのような事でも大丈夫です。  
皆さまのお越しをお待ちしています。

詳細は裏面をご覧ください ▶



## サイモントン療法とは

米国の放射線腫瘍医で心理社会腫瘍医であるカール・サイモントン博士により開発された、がんの患者さんとそのご家族やパートナーのためのヒーリングプログラムです。

喜びや充足感、心地よさをもたらすものをリストアップする「喜び・生きがいのワーク」や、不健全思考を健全思考に帰る「ビリーフワーク」、自己治癒力を高める「イメージ療法」、関係性を改善・健全化する「サポートとコミュニケーション」などのトピックについて、レクチャー、グループワーク、瞑想法を組み合わせたプログラムを進めながらセルフケアやストレスマネジメントの力をつちかっていきます。



## カウンセリングの理念

- ①人生や日常の質（QOL）を高めること
- ②これからの経過に違いをつくること
- ③死の恐怖を和らげ、死の質を高めること

病気を治すために人生があるのではなく、病気があろうがなかろうが、がんがあろうがなかろうが、死なないように生きるのではなく、死ぬまでどう生きるを探求することが大切です。健やかに豊かに、自分らしい充足感・幸福感を体験するために自分にとって何が良いのかに取り組んでいくプログラムです。

## 診療日/料金

毎週月曜午後（時間は要相談）  
※受診には予約が必要です

50分	8,000円
延長	4,000円/30分

## 予 約

SC（サポートセンター）  
お問い合わせ電話番号

**0570-035320**

## 【受付時間】

月～金 / 8:30～17:00