



ピア・サポーターズサロンちば

千葉県が主催するがんピア・サポーター養成講座を修了したがん体験者（千葉県がんピア・サポーター）が、自分の体験を話したり、あなたやご家族のがんについての思いや不安、治療や現在抱えている悩みなどをお伺いする場です。千葉県がんセンターやいくつかのがん診療連携拠点病院等でサロンを開催しています。日時等詳細については、以下の連絡先やウェブサイトにてご確認ください。

（令和5年12月現在）

千葉県地域統括 相談支援センター	☎ 043-264-5431 内線 7148	
千葉県健康福祉部 健康づくり支援課	https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/ (ピア・サポーターズサロンちばで検索してください。)	
千葉県がん情報 ちばがんナビ	https://www.pref.chiba.lg.jp/pbgnv/fellow/fellow02/fellow03/	

ピア・サポーターズサロンちば 利用者の声



こういう場所があってよかったと思う。がんの先輩に元気をもらい、すっきりして心が軽くなった。



同じ部位の患者さんと会って話したり、「仲間」を感じる時間が持ててとてもうれしかった。



話を聞いてもらって先が見えてきた。希望を持って治療に臨める気がする。

わかってもらえる喜び

50代 女性 乳がん

2000年に乳がん初発、2010年に再発（多発性肺転移）がわかりました。30代で乳がんがわかった時以上に再発のショックは大きく、悲しくてつらい気持ちを家族にさえ話せずに日々孤独を感じていました。再発の苦しい気持ちや治療のつらさを誰かにわかってもらいたい、他の方はどのように乗り越えているのだろうか？と思う気持ちから、通院している病院内の患者サロンとピア・サポーターズサロンに行ってみました。

どちらのサロンも最初は何も話すつもりはなく様子だけ見てみようと思ったのですが、温かい雰囲気ですぐに迎えてくださり、同病の方々のお話を伺っているうちに自然と自分の話をしていました。みなさん、がんの体験者ばかりなので、詳しく話さなくても私の悲しい気持ちを心からわかってもらえたのです。孤独から救われた気持ちでした。

今は病状も落ち着いており心も体も特につらいことはないのですが、患者サロン等へは何度も出席させていただいています。時には励まされ、時には励ましたりしながら過ごせる、私の安心と安定の場所になっています。家族にさえわかってもらえないつらい気持ちを、全て話せる、素直な自分を出せる場、それが患者サロンやピア・サポーターズサロンです。つらい気持ちを一人で抱えている方がいらしたら、どうか勇気を出してサロンへ行ってみたいと思います。そしてわかってもらえる喜びを味わっていただきたいです。