

患者も、家族も、医療者も・・・

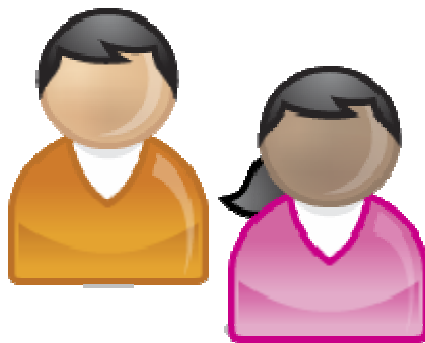
自分らしく病気と付き合う！

治りにくかったり、完治しない病気をもつ人でも、自己管理の方法を学ぶことで病気が日常生活に与える悪い影響を少なくし、より良い毎日を送ることができるようになります。自分以外の、他の病気をもつ人も集まるワークショップ(勉強会)に参加して、お互いの話をしながら自己管理の方法を学んでみませんか？

こんな風に思ったら、ぜひワークショップへの参加をご検討下さい！

突然、病気になって
しまい、どうしたらいいのかわからない

制限ばかりの毎日
から抜け出したい



主治医に、聞きたいことをうまく伝えられるようになりたい

同じ悩みをもつ人と、話
をしてみたい

ワークショップとは??

慢性の病気をもつ人やその家族(日常生活をともにする人)など、8~16名程度が集まって、話し合いを中心に行われる勉強会です。

このワークショップは、勉強会とはいっても、堅苦しく先生の話聞くような集まりではありません。同じように慢性の病気をもつ2人のリーダーといっしょに、お互いの話をしながら、それぞれの自己管理について学び会えるような場です。

ワークショップは、毎週1回2時間半、全6回の講座になっています。興味がある方は、ぜひ裏面のワークショップ開催日程や、説明会のお知らせをご覧ください！



ワークショップの様子

説明会の日程 要申し込み、参加費は無料！

ワークショップへの参加を決める前にもう少し詳しい説明が聞きたいという方は、岡山市で説明会を開催しますので、ぜひそちらにもご参加ください。

ア 8月8日(金) 10:00～12:00 11:30～12:00 は質疑応答の時間です

佐賀県難病相談・支援センター 研修室 定員30名

佐賀県佐賀市成章町5-2(ハローワーク佐賀本庁舎の東隣)

イ 8月8日(金) 14:00～16:00 15:30～16:00 は質疑応答の時間です

佐賀大学付属病院内 臨床小講堂 1階3114 定員50名

佐賀市鍋島5丁目1番1号 佐賀駅バスセンターから 佐賀市営バス[医大行]で約25分

お申し込み・お問い合わせ先

特定非営利活動法人 **日本慢性疾患セルフマネジメント協会**



〒108-0074 東京都港区高輪3-22-12 全社連研修センターオフィス2階

電話 / 03-5449-2317 FAX / 03-5449-2362

E-mail ; info@j-cdsm.org URL ; <http://www.j-cdsm.org/>

お申し込み (こちらをFAX・Eメール・郵便でお送りください)(佐賀説明会)

氏名	申込会場 ア・イ を付けてください	
住所	〒	
電話番号 (携帯番号)	Eメール(あれば)	
当てはまるところに をつけてください		
慢性疾患をもつ人	慢性疾患をもつ人と生活を共にする人	
患者会関係者	医療従事者	

その他 具体的に記入してください()

(申込切: 7月31日(木)必着)