

アヤスク!

～AYA※世代で
がんを体験した方・ご家族の
オンライン・ピアサポート～

2025年11月12日発行

アヤスク! 通信 第15号

※AYAとはAdolescent and Young Adult (思春期及び
若年成人)の頭文字で15～39歳を指します。



📢 放課後交流会 参加者募集中 📢 ～感情とうまくつきあうアンガーマネジメント～

AYA/マドはこちらから



お申込受付中

●第3回 アヤスク! 放課後交流会 こころを軽くしよう ～感情とうまくつきあうアンガーマネジメント～

2025年12月12日(金) 19:00～20:00

講師: 平井 啓先生 大阪大学大学院 人間科学研究科 准教授

今回のテーマは、アンガーマネジメント。
怒りやストレスは誰にでもある自然な感情です。「アンガーマネジメント」を通して、そうした感情とうまくつきあうためのヒントをやさしくお伝えします。心を軽くし、毎日を少し前向きに過ごすためのヒントと一緒に学びましょう。ミニ講座のあとは先生を交えて仲間同士で体験を共有しながらの交流も予定しています。皆さんのご参加をお待ちしています!

【参加できるひと】

- ・若い世代で甲状腺の悩みをもっている方や15～39歳でがんを体験した18歳以上の方、そのご家族
- ・がん体験者を支援する医療・介護従事者



お申込みは ↓
【締切: 12/8(月)】



予約不要!

「音声チェック」をして
イベントを楽しもう!

アヤスク! で開催されるイベントを安心して楽しんでいただけるよう、事前に音声チェック(接続環境確認)やアバターの操作確認ができる時間を設けました。所要時間は10分程度です。ご希望の方は、平日13:00～16:00、またはイベント当日に少し早めに入室いただいて、アヤスク! 内のスタッフに気軽にお声がけください。

参加者募集中

キャンプファイアーを囲んで、おしゃべりしよう!

●アヤスク! オンライン交流会(ピアサポート)

2025年11月26日(水) 14:00～15:00

テーマ:「この場だから話せること」

お申込みは ↓

【参加できるひと】

- ・15～39歳でがんを体験した18歳以上の方



参加費無料!
11/23(日) 締切



運営のつぶやき

秋の風が心地よい季節になりましたね。第3回 放課後交流会の開催が決定しました! 今回も、日常に寄り添う身近なテーマでお届けします。初めての方も、これまでご参加くださった方も、ぜひお気軽にご参加ください。

※アヤスク!に参加するには登録が必要です。未登録の方には事務局より別途ご案内します

企画・運営: キャンサー・ソリューションズ株式会社

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町2-9 大新ビル4F-401号 E-mail: ayasuku@cansol.jp

本事業は環境省委託事業「放射線健康管理・健康不安対策事業(放射線の健康影響に係る研究調査事業)」における「放射線による健康影響不安を考慮した AYA世代がん患者に対する包括的なピアサポート体制の構築」にて実施するものです。

お問合せはこちらから



<https://ws.formzu.net/dist/S85049932/>