

がん治療中の食事の工夫について

治療中は、副作用や不安などで食欲が低下することがあります。そんな時、「きちんと食べなきゃ」とプレッシャーに感じる方も多いのではないのでしょうか。日頃の相談でも食事に関してはよく寄せられる相談です。

食事は治療を続けるための体力を維持し、回復を助ける大切な要素です。無理せず、ご自身の体調に合わせて「食べたいときに、食べられるものを、食べただけ」を基本に、日々の食事を工夫してみましょう。

▶ **少量頻回に：**一度に多く食べられない場合は、食事の回数を増やして、少量ずつ小分けにして食べましょう。

▶ **食べたいものを優先：**食欲がない時は、栄養価の高いアイスクリームやゼリー、プリンなどのデザート系や、冷たい麺類など、口当たりが良いものを優先してもいいです。

▶ **すぐに食べられるものを準備：**小さなおにぎり、菓子パン、カステラ、チーズなど個包装タイプなどを常備しておくことをおすすめします。

心配なことや困ったことがあれば、主治医や栄養士などの専門家に遠慮なく相談してください。がん相談支援センターでも食事に関する相談をお受けしています。

次回のがん患者セミナーはご要望も多かった『食事』についてお話します。ぜひ、ご参加ください！

日本大学医学部附属板橋病院がん相談支援センター
がん患者セミナー&カフェ
セミナーで勉強した後にがん患者さん同士で、治療のことやお気持ちなど、ゆっくり話してみませんか？

参加費無料
事前申込み制
定員20名

2026年1月23日(金)

第一部 セミナー
《時間》 14:00～14:40
《内容》 がん治療中の食事
～食欲がない・味覚が変わった・体重が減ってきた時の工夫を中心に～
講師：がん病態栄養専門管理栄養士

第二部 カフェ
《時間》 14:40～15:30
《内容》 自己紹介・フリートーク

場 所 日本大学医学部附属板橋病院 8階セミナー室
(院内エレベーターで8階へお越しください。案内係がお待ちしております)

対 象 がん患者さん(成人、小児・AYA世代)とご家族
※病状におかたまりない方も参加いただけます
(院内感染対策の観点から、当院入館中の患者さんのご参加はお断りしております)

申込方法 右記二次元コード、又は病院ホームページから申し込み下さい
※がん相談支援センターでの直接申込みも受け付けております

日本大学医学部附属板橋病院 がん相談支援センター
〒173-8512 東京都板橋区大谷口上町30-1
電話03-3972-0011(相談室) 0570-01-8111(ナビダイヤル) 内線3169
【申込時期】11月10～12日(申込締切は11月11日) 10:00～12:00、13:00～16:00
どこでも印刷可能なQRコードを院内掲示しております。

☆1月がん患者セミナー&カフェのお知らせ☆

テーマ：「がん治療中の食事」

～食欲がない・味覚が変わった・体重が減ってきた時の工夫を中心に～

講 師：当院 がん病態栄養専門管理栄養士

日 時：2026年1月23日(金) 14:00～15:30

場 所：8階セミナー室

申 込：事前申込み制です



お申込みはこちら



がん患者セミナー&カフェを開催しました

令和7年10月31日、今年度3回目のがん患者セミナー&カフェを対面で開催しました。

今回のセミナーは、「がん相談支援センターで相談できること～就労支援を中心に～」と題して、がん情報サービスから出されている冊子の「がんと診断されたあなたに知ってほしいこと」、「がんと仕事のQ&A」、当院で行っている就労支援プログラム「ワーキングサポート」などを当院のがん相談員が紹介しました。



セミナーの様子

後半は、げんきの会(当院小児科親の会)含め参加者9名とスタッフ3名で、テーブルを囲んでセミナーのテーマである就労について、抗がん剤の副作用とうまく付き合いながら仕事をしている例など、参加者がそれぞれの生活のこつなどを披露され、和やかな雰囲気の中で会を終わることができました。

カフェの様子

なお、今回のセミナーで紹介された就労支援プログラム「ワーキングサポート」の次回開催は、12月4日(木)、11日(木)、18日(木)の予定です。病院のホームページ、院内ポスターの二次元コードからお申込みください。また、がん相談支援センターでのお申し込みも受付ています。

☆就労支援プログラム「ワーキングサポート」開催のお知らせ☆

☆仕事と治療の両立を目指す方を支援するプログラムです☆

日 時：2025年12月4日(木)・11日(木)・18日(木) 全3回

いずれも17:00～18:00

形 式：対面またはWEBでの開催

申込締切：各開催日の1週間前

集合場所：がん相談支援センター前に5分前までに集合してください。(対面の場合)



お申込みはこちら

日本大学医学部附属板橋病院 がん相談支援センター

東京都板橋区大谷口上町30-1 電話03-3972-0011(相談直通) 0570-01-8111(ナビダイヤル) 内線3169

【受付時間】月曜日～金曜日(病院休診日を除く) 相談対応時間 8:30～12:00、13:00～16:00

掲載記事に関してのご質問等がありましたら、がん相談支援センターまでお問い合わせください。