



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、食べたいだけ」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』についてお話しします。ぜひ、ご参加ください！



☆1月がん患者セミナー&カフェのお知らせ☆

お申込みはこちら

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階ゼミナール室
申 込：事前申込み制です



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けています。

☆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☆

お申込みはこちら

☆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）



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。