

がん患者さんのための

ヨガ教室と

申込不要
参加無料

茶話会

開催日 (上半期 4月～9月)

4/1 * 5/11 6/1 7/6

8/3 9/7

*5月は第2木曜日の開催です

毎月第1木曜日

15:00～16:30

附属病院 2階

リハビリ科カンファランスルーム

(ファミリーマート向かい)

講師

私もがん経験者です。
共に分かち合いましょう

“Yoga for Cancer” 主宰

清水 八恵(yae)さん



ヨガで

静かにゆっくりと
自分自身を見つめること
今の自分を感じることに

(※椅子に座って行います)



茶話会で

不安を分かち合うこと
共感し合えること
居場所を感じることに



「自分にやさしく、無理をしない
人と比べない」
今、この時を大切に過ごしましょう。
皆様のご参加を
心よりお待ちしております！
【サロンスタッフ一同】



***会場の都合上、当日の参加人数によってご参加を
ご遠慮いただく場合がございます。大変恐れ入りますが、
皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。**

【お問い合わせ先】 <http://web.sapmed.ac.jp/kanwa/>

「がん相談サロン」直通電話 011-616-0234
または 附属病院 医療連携福祉センター 相談係
(内線31920) まで【平日9:00~17:00のみ】

