

# がん患者さんのためのヨガ教室と茶話会

**2017. 10. 5(木)**

人は常に頭の中で色々なことを忙しく考えています。考えなくてはならないこともあれば、そうでないことまで。。ヨガの時は、少しだけ気持ちを静かにして考えない時間を共に持ちませんか？



身体をほぐしつつ気持ちもほぐしていきます



呼吸法をすることで、とても静かな時間を持てます

次回は **2017年11月2日**  
**(木)**

ぜひお越しください♪

【お問い合わせ】担当：緩和医療学推進講座 米田、當摩  
がん相談サロン 事務局 011-616-0234  
<http://web.sapmed.ac.jp/kanwa/>  
医療連携福祉センター（内線 31920）

☞メールは  
こちらへ☞



[kanwa@sapmed.ac.jp](mailto:kanwa@sapmed.ac.jp)