



がん患者さんとご家族のためのサロン

なないろ11月のご案内

① 11月1日(水) 14:00~15:30

「がん患者さんのためのヨガ」

講師: ヨガインストラクター 清水八恵さん



初心者でもできる椅子に座ったままでできるヨガで、一緒にリラックスしましょう!

② 11月17日(金) 14:00~15:30

「おしゃべり会」

悩みや楽しみ「他の人はどうしているのか」など皆で気軽におしゃべりしませんか?

対象者: 外来通院中のがん患者さん・ご家族

会場: 北大病院外来新棟1階 サロン

お申し込み: **事前予約制**(先着順)

申し込み先: がん相談支援センター
(011)706-7040

