

がん患者さんのためのヨガ教室と茶話会

2019.6.6(木)

呼吸をゆっくり行うことで、自分の中心を感じることができ、自分をより大切に思う時間を過ごすことができます。ぜひご参加ください(^▽^)/




ゆっくり呼吸
をして
自分の中心を
確認
私は私でOK
自分の大切さ
がわかります

立ち上がることも
ありますが
ご自身の身体と相
談して行います



次回は **2019年7月4日(木)**に開催いたします。
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 川村、木川
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
011-611-2111 (内線 31920)

✉メールは
こちらへ✉ 
kanwa@sapmed.ac.jp