

がん患者さんのためのヨガ教室と茶話会

2018. 2. 1(木)

椅子に座りながら、ゆったりと身体を動かし、
静かな呼吸を繰り返していきます。
心を落ち着ける時間を共に過ごしませんか？😊



👉 自分の動かせる範囲で伸ばしていきます 👈



👉 ゆっくりと呼吸をしながら 👈

次回は **2018年3月1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