



乳がん患者サロン おひさま

4 / 17
(水)

～体と心をリラックスしましょう～

●日時●

2019年 4月 17日 (水) 10:00～12:00

10:00～椅子ヨガ 講師：おひさま役員 北氏 美奈子さん

10:30～マインドフルネス 講師：臨床心理士 日吉 円順氏

11:00～患者さん同士のおしゃべり会

●場所●

医療センター 2階 第2会議室

●参加費●

無料 ★当院以外で治療中の方でもご参加いただけます

★予約不要です。時間内出入り自由！ お気軽にお立ち寄りください

★治療中の方はご自身の体調を考慮の上、ご参加くださいね

おひさま は川口市立医療センター内の乳がん患者サロンです。
乳がん患者が正しい情報を得て知識を高め、お互いの情報交換の場として、
また親睦を深めるための会です。

今回は、Nyoga インストラクターの北氏さんから、いつでも簡単にできる椅子ヨガを、
また臨床心理士で僧侶でもある日吉先生から「こころのエクササイズ」を学びます。
これからの治療が不安な方にはストレス対処法の一つとして治療にも役立つことでしょう。

つらい治療にも安心して取り組めるように、一人で悩まずに気軽に参加してみてくださいね。

参加者みんな乳がん体験者です！一緒に楽しく、おひさまのように明るく過ごしましょう♪



●今後の予定●

2019年 5月 15日 (水) おしゃべり会、 6月 15日 (土) おひさま総会と講演会 (予定)

*変更もあります くわしくは院内のポスターをご覧ください

★サロン応援スタッフを募集中です！ワイワイ楽しいですよ！どうぞお気軽にお声かけくださいね

★お問合せ★

川口市立医療センター患者支援センター

(総合相談室・がん相談支援センター)

担当/西内(にしうち)・星野(ほしの)

電話/048-287-2525 時間/8:30～17:00



Facebook