



2022年度がんヨガスクール 開催のお知らせ (お待たせしました再開です)

ソーシャルディスタンスをとりながら、開催します！
ヨガでからだとこころの安全を感じませんか？
からだの安全とは、ヨガをすることで安全という感覚を育てること。こころの安全とは、自分を受け入れ否定しないことです。このスクールは、ヨガの技術を磨くものではありません。ぜひ、一緒にヨガをしませんか？

講師：日本メディカルヨガ協会認定ヨガセラピスト、
リハビリヨガ指導者（看護師）



日時：毎月第4土曜 14:00～15:00
受付：13:45～

(受付後 体温測定、質問票を記載して頂きます)

(11/26. 12/17 .1/28、 2/25 . 3/25)

*12月は、第3土曜日になります。

参加方法：事前予約制

*感染予防のため、人数制限をして開催いたします。

*体調が悪い方は、ご遠慮ください。

*がんのご経験がある女性患者さんの参加も可能です。

*車でお越しの際は、必ず駐車券を会場までご持参ください。

場所：教育棟2階大講堂または管理棟3階など
(予約時にご確認下さい)

料金：無料

(ヨガマット、バスタオル1枚、飲み物をご持参下さい。)

申し込み先：



包括的がんセンター外来 畑、岡部、小島

TEL：042-984-4318 (月～金15:00～17:00)