

# 患者サロン「リラクゼーションと語り合いの会」



## 「ヨガ体験と語り合い」のご案内



患者サロンは、患者さんやご家族の方同士が、気軽に語り合い交流できる場です。

リラックスした時間を過ごしてみませんか？



日 程



担 当



そ の 他



2022年 6月22日(水)

10月27日(木)

2023年 2月16日(木)

ヨガ  
療法士

\*大きめのタオルと、水分をご用意ください。

\*ヨガ体験の後、語り合いとなります。

時 間：14:00～15:15（後半15分：語り合い）

対 象：当院に通院または経過観察中の**女性**患者・家族  
（先着7名）

参加費：無料

申込み：Web開催のため、必ず**事前に申込みを**お願いします。

がん相談支援センターに直接お申込みいただくか、下記メールアドレスに、氏名と「〇月〇日ヨガ参加希望」とご記入の上、ご連絡ください。

締 切：開催2日前

E-mail：[tcc-soudan@tochigi-cc.jp](mailto:tcc-soudan@tochigi-cc.jp)

### 【お問合せ先】

栃木県立がんセンター がん相談支援センター

電話028-658-6484（直通） 平日8:30～17:00



患者サロン「リラクゼーションと語り合い」

癒しのリラクゼーション

—ストレスとうまく付き合うために—

のご案内



患者サロンは、患者さんやご家族の方同士が、気軽に語り合い交流できる場です。

こころのはたらきを知って、リラックスした時間を過ごしてみませんか？

日 程	担 当
2022年 4月28日(木)	公認心理師 丸山 睦
8月25日(木)	

時 間：14:00～15:00

対 象：当院に通院又は経過観察中の患者・家族(先着7名)

参加費：無料

申込み：Web開催のため、必ず**事前に申込みを**お願いします。  
がん相談支援センターに直接お申込みいただくか、  
下記メールアドレスに、氏名と「〇月〇日リラク  
参加希望」とご記入の上、ご連絡ください。

締 切：開催2日前

E-mail：[tcc-soudan@tochigi-cc.jp](mailto:tcc-soudan@tochigi-cc.jp)

【お問合せ先】

栃木県立がんセンター がん相談支援センター

電話028-658-6484 (直通) 平日8:30～17:00

