



“ピンクリボンヨガ”開催のご案内

～乳がん体験者のためのリハビリヨガ～



* 治療中の方も治療が終わった方も、それぞれに合わせて無理なく取り組める「リハビリヨガ」を経験することができます。

* いつもたくさんのことを頑張っている皆様の「心」と「身体」をゆっくりほぐし、癒されるような時間を一緒に過ごしてみませんか？



- 日時 平成29年 6月 24日 (土)
10:00(受付開始9:40)～12:00終了予定
- 場所 大崎市民病院 9階会議室
- 講師 高橋 すみえ氏 (YOGAインストラクター)
- 定員 15名(※事前申込み必要・先着順)
- 対象者 乳がん体験者・医療関係者(女性限定)
- 参加費 500円 (資料・講師謝礼代)
- 準備物 ヨガマット (大判のバスタオルでも可)
飲み物(水)・汗拭きタオル・バスタオル一枚
※動きやすい服装でご参加ください。

※ 申込み方法: 参加ご希望の方は、お名前と連絡先を下記までお知らせください。
(15名限定となりますので、人数に達し次第、締め切りとさせていただきます。)

●大崎市民病院がんサロン ☎0229-23-3311 (来室時での直接の申込みOKです。)

●りんりん携帯 090-6259-9205

(不在の場合は、お手数ですが再度ご連絡を入れていただくか、メールでお願いします。)

りんりん携帯アドレス: rinrin-heart2004@ezweb.ne.jp

※注意事項・・・お食事をしてすぐにヨガをすると、気持ち悪くなってしまうこともあるので、なるべく、しっかりとしたお食事はヨガの2時間前までに済ませてくださいね。

主催 りんりんの会(乳がん体験者の会)

連絡窓口 大崎市民病院 地域医療連携室 がんサロン