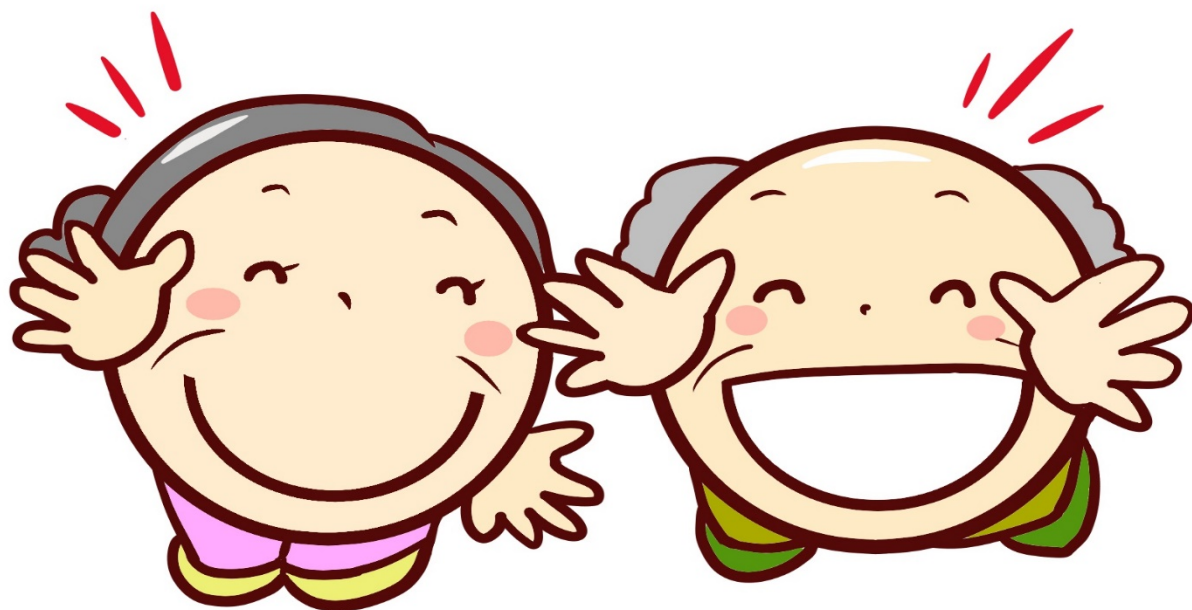


# がん患者サロン ポレ\*ポレ

がん患者さんご家族の会です  
日頃かかえている悩みや体験をみんなで語り合いながら、  
情報交換などの場になっています



[2020年9月9日 水曜日 13:30~15:00]

場所:北海道医療センター西館5階第2会議室

今回から場所が変更になります

テーマ:笑いヨガの効果

講師:笑いヨガティーチャーアンバサダー

櫻井 英代 さん

笑いヨガの深呼吸で、痛みを和らげたり血圧を保つ方法や  
ベットで寝ながら行うストレッチ笑いヨガなど  
笑いヨガの健康効果と簡単な方法をお伝えします

参加無料

担当:がん相談支援センター 笹川

がん患者サロン

