

# 一緒にエクササイズ！ ～からだと心を整えよう～

同じような体験をされているご家族同士と一緒に  
からだを動かしてみませんか？

## 第69回がん研有明病院サポートグループ

20名様  
(事前申込制)

- 日時：2019年9月10日（火）10:30～12:00
- 場所：がん研有明病院1階会義室  
\*詳細は正面玄関から案内を表示します
- 対象者：がん研有明病院の外来通院中の患者さん（ご家族同伴可）
- 内容：①ミニ講座 ▶▶ 効果的なからだの動かし方と注意点  
②エクササイズ（動きやすい服装でお越しください）  
③グループでの情報交換 など
- 参加費：無料
- 参加申し込み方法：事前申し込み制  
電話・FAX・がん相談支援センター窓口で直接受け付けます。
- 申し込み〆切：9月3日（火）（定員になり次第締め切りとさせていただきます）
- 申込み・問い合わせ先 **がん相談支援センター** <新棟1階 コーヒーショップ横>  
受付時間：月～金 10:00～12:30 13:30～16:30  
電話：03-3570-0419 FAX：03-3570-0340
- 主催：リハビリテーション部・がん相談支援センター



- 次回開催予定：2019年10月1日（火）13:30～15:00  
テーマ「若年世代のための AYA Cafe」

第69回 サポートグループ「エクササイズ」参加申し込み用紙

お名前（ふりがな） \_\_\_\_\_（ \_\_\_\_\_ ）

診察券番号 \_\_\_\_\_ ご家族の同伴 \_\_\_\_\_ あり ・ なし

ご連絡先 電話/E-mail（ \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ ）

\*お知らせ頂いた個人情報は、本サポートグループの申し込みに関する連絡以外に使用することはありません。