

ウェブ開催

一緒にエクササイズ！

～ “からだ” と “こころ” を整えよう ～



ご自宅でもできるエクササイズをご紹介します。
一緒にからだを動かしてみませんか？



がん研有明病院サポートグループ

【日にち】 ▶▶ 4/7 (火) 6/2 (火) 8/4 (火) 10/6 (火) 12/8 (火) 2/2 (火)

【時 間】 ▶▶ 15:10～15:40

【対象者】 ▶▶ がん研有明病院の患者さん・ご家族

【内 容】 ▶▶ がん経験者向け 体力アップ・ダイエットのためのフィットネス

【講 師】 ▶▶ 奥松 功基さん
(リオールジム トレーナー/ スポーツ医学博士)

【参加費】 ▶▶ 無料 * Wi-Fi等の通信接続料は個人の負担となります

【申 込】 ▶▶ 事前申込み 下記QRコードまたはURLより申込み



QRコード：



URL: https://zoom.us/meeting/register/9_zNI0hpSxyFkp-rde9NCQ

* お知らせ頂いた個人情報は、本プログラムに関する 連絡以外に 使用することはありません

申込〆切
開催3日前
15時

お申し込み・お問い合わせ

がん研有明病院 がん相談支援センター

電話：03-3570-0419（直通） <対応時間：月～金 10:00～16:30>

Mail : gansodanshien@jfcr.or.jp

安心してご参加いただくために

- ◆ 本イベントは、お申し込みいただいたご本人のみご参加いただけます
- ◆ 迷惑メール対策等でドメイン指定受信を設定されている場合、メールが届かないことがあります
「@zoom.us」からのメールを受信できるよう設定をお願いいたします
- ◆ URL・ミーティングID・パスコードを第三者と共有することは禁止しています
- ◆ 参加中の画面の撮影・録画、およびイベントを通じて知り得た情報をSNS等へ公開することは禁止しています
- ◆ 講義中はマイクをOFFにし、発言される際のみマイクをONにしてください
- ◆ ビデオ（カメラ）のON/OFFは自由です
- ◆ 当日はプライバシー保護のため、公共の場や不特定多数の方が閲覧できる場所での参加はご遠慮ください
- ◆ 音声が届き取りやすいよう、できるだけ静かな環境での参加をお願いいたします
- ◆ 本イベントは大量のデータ通信を伴うため、高額な通信費が発生する場合があります
可能な限りWi-Fi環境での参加をおすすめします
- ◆ 販売・宣伝・勧誘行為は禁止しています
- ◆ ルールをお守りいただけない場合には、やむを得ずご参加を中断いただく場合がございます