



簡単いすヨガ

～がん経験者とご家族のためのヨガ～

広島県がんピアサポーター
(一般社団法人BCY認定インストラクター)
柴田 妃都美

交流会
あります

がん経験者とそのご家族のためのヨガを実施します。
呼吸に寄り添う、やさしい時間。
椅子に座って、心と体をほぐす がんばらないヨガで、
ほっとひと息つきませんか。

- ◆開催日:令和8年3月18日(水)
- ◆時 間:ヨガ 14:00~14:40
交流会 14:40~15:00
- ◆会 場:新東棟2階 研修室 (今日はオンライン開催はありません。)
- ◆対 象:がんを経験された方やそのご家族
- ◆参加費:無料 ※事前申し込みが必要です
- ◆申し込み方法:
3月16日(月)までにQRコードからお申込みください。
もしくは下記メールか電話で①参加者名 ②連絡先 ③参加方法
をお知らせください。(事前に質問があればご記入ください。)
- ◆お問合せ・申し込み:メールアドレス hphkansouc@hpho.jp
県立広島病院 がん相談支援センター(082-256-3561)



〈切り取り〉

QRコード／電話／メールでのお申込みが難しい方は、この用紙をご記入の上、がん相談支援センターへ提出してください。

氏名	TELまたはメールアドレス	参加方法
ご氏名		会場参加
ご氏名		会場参加

事前に質問したい内容があればご記入ください。