

緩和サロン「たんぽぽ」
イベントのご案内

無料



やさしい椅子ヨガで

こころとからだを整えませんか？

緩和サロンたんぽぽは、患者さんやそのご家族が気軽に仲間とつどう場所です。コロナ禍でイベントを休止していましたが、久しぶりに開催できることになりました。椅子に座ったまま出来るヨガで心身ともにリフレッシュしませんか。男女問わず、どなたでも参加可能です。この機会にぜひご参加ください。

日時：2022年12月22日(木) 14:30～15:30

形式：①会場（市立東大阪医療センター）

②オンライン(Zoom)

対象：どなたでも

持ち物：フェイスタオル、水分補給用の飲み物

感染症拡大状況によっては、オンラインのみの開催とさせていただきます

講師紹介



日本アスリートヨガ機構会員
清谷 善子氏

椅子ヨガ・リストラティブヨガ・ラジヨガ体操インストラクター養成講師・椅子ルーシーズヨガ・椅子空手・シニアヨガ・親子ヨガ・SLOWFLOYOGA・ゴルフヨガ・dipoma習得者

会場定員 10名
(申込先着順)

お申込み・お問い合わせ

事前申込

12/19(月)までに、電話または直接お申込み下さい。

市立東大阪医療センター
がん相談支援センター
電話 06-6783-3466

がん相談支援センター

生活のこと

介護のこと

病気のこと

つらい気持ち

がんに関するあらゆる疑問や悩み事

お気軽にご連絡ください

セカンドオピニオン

仕事との両立

緩和サロン「たんぽぽ」
毎月第2 水曜日
14:00～15:00