

がん患者様 ご家族様 職員他の皆様へ

## くつろぎサロン 12月学習会 & クリスマス会のご案内

あっという間に 師走の声。皆さまの一年はどんな一年でしたでしょうか

頑張った人も 頑張れたかな? という人も

一年間の自分を称え、心をちょっと軽くして新年へ向かいませんか? >>

学習会 & クリスマス会のテーマは  
『 笑って 免疫力 アップ 』

今年最後の学習会は 免疫力アップがテーマです

笑いの効果やリラクゼーション・呼吸法を一緒に学びましょう

♪ 勉強の後は、クリスマス会を予定しています

豪華景品のビンゴゲーム他で楽しく過ごしましょう

申し込み、参加費は不要です。どなたでもお気軽にお出かけください

ケーキや飲み物も準備してお待ちしています サロン世話係一同

くつろぎサロンは

がん患者・家族の

くつろぎと交流の場です

毎週水曜開催

(第2水曜は女性のみ)



学習会講師 松江赤十字病院

川上和美 緩和ケア認定看護師

日時 12月24日 水曜 14時～15時

場所 松江赤十字病院 本館1階

人間ドック控え室