

# がん患者・家族サロン ひだまり

## ♪参加者を募集しています♪

当院では、がん体験者の方、療養中の方、またそのご家族の語らいの場として、定期的に「サロン」を開催しています。ご興味のある回がありましたら、ぜひご参加ください。当院以外へ通院中の方の参加も歓迎しております♪

●2019年**9月10日** (火) 13:30~15:00

**茶話会～がんを笑ってふきとばそう!～**

がん細胞は「笑い」が苦手です。笑いで免疫力アップ!

●2019年**10月8日** (火) 13:30~15:00

**茶話会&ミニ講話**

**よりよい睡眠のコツ～秋の夜長に良い眠りを～**

最近ちゃんと眠れていますか? 日常でできるひと工夫をお伝えします。

●2019年**11月12日** (火) 13:30~15:00

**茶話会&ミニ講話**

**知っておきたい『お通じ』のおはなし**

快適な排泄で、からだもこころもスッキリ目指しましょう。

## 申し込み・お問い合わせ

【参加費】 無料

【対象者】 がんの体験者の方とご家族

【場 所】 みやぎ県南中核病院 1階 会議室

【申込方法】 当日正午までに直接または電話で下記までお知らせください。

みやぎ県南中核病院 **がん診療相談支援室**  
☎ 0224-51-5500(代表) 平日8時30分~17時15分