

《ひだまり》は、がん体験者やそのご家族の交流の場。
ミニ講話とおしゃべり会をおこなっています。

ミニ講話（公認心理師より）

『不安とうまく付き合おう』



2025年2月6日(木)
午後1時30分～2時30分

病気にかかると誰でも気持ちが落ち込んだり、いろいろな不安を感じやすくなることがあります。

今回は病気と付き合っていく上での「**こころの健康**」や「**自律神経を整える方法**」についてお話をする予定です。
みなさま、ぜひお気軽にご参加ください。

対象

がん体験者(当事者)やご家族の方
当院以外に通院中の方もどうぞお越しください！

場所

みやぎ県南中核病院 2階 研修室
※飲み物などは必要に応じて各自でご持参ください。

無料

申込方法

当院がん相談支援センターへ、お電話もしくは直接お声かけいただき、①お名前、②お申込みの方の立場(患者本人もしくはは家族)、③連絡がつく電話番号 をお知らせください。

【お問合わせ・お申込み】

みやぎ県南中核病院 がん相談支援センター(患者サポートセンター内)

TEL 0224-51-5500(代表) 平日9:00～17:00