

めぐもり

だより

9月11日 「ヨガでリラックスしよう」

VOL. 12

2025年9月



9月11（木）はヨガのイベントを行い、11名が参加しました。癒しの音楽の中、1時間程ゆっくりヨガを行いました。

参加者からは「体が伸びて気持ち良かった」「気分転換になった」「リラックスできました」という声がきかれ、概ね好評でした。



yoga

その後は

茶話会



初めての方もみえましたが「色々な方と話ができて良かった」「楽しかった」と感想をいただきました。



次回
イベント

リンパ浮腫と 蜂窩織炎

10 / 23（木）
13：00～15：00
敷地内薬局 2F

Follow me /



活動の様子
みれるよ！



お問い合わせ

がん相談支援センター

0537-28-8159



中東遠総合医療センター
8階東病棟 803号室



<https://www.chutoenhp.shizuoka.jp/departments/center/palliativecare/gannsaronn/>

