

第104回

「がんサロン」のお知らせ

内容 ストレスマネジメント
～とらえ方、逃がし方～

ストレスとは何か、ストレスへの対処法を学びます。
心理療法士より体と心をリラックスさせる方法をお伝えします。

講師 心理療法士 田辺 紗矢佳

日時 平成31年 1月 11日(金)
14:00 ~ 15:00

場所 呉医療センター・中国がんセンター
外来棟 4階
地域医療研修センター第3

※ 申し込み不要
院内外問わず、どなたでも参加自由です。

<お問い合わせ先>
呉医療センター・中国がんセンター
がん相談支援センター
☎ 0823-24-6358
平日 9時~16時