

来てみて話そ



がんサロンなごみ庵

臨床心理士と行う

《申込みフォーム》



マインドフルネス

安らぎへと導かれる 1時間の瞑想エクササイズ

マインドフルネスとは？



不安やストレスへの対処法を身につけるための、心をほぐすトレーニングです。
病気による不安やストレス・痛みの軽減に役立ちます。

不安

痛み

ストレス

開催要領

日程

毎月第4月曜日(イベントカレンダー参照)

時間

13:30~14:30

対象

がん患者さん(当院通院歴有り)及びご家族

会場

大垣市民病院 1病棟3階 会議室

※開始時間厳守・途中入場はできません

感染対策について

感染防止のため、下記の対応を継続させていただきますので、ご理解・ご協力のほどお願い申し上げます。

1. ご参加は**予約制を継続**します。
2. ご予約時及び開催当日に、**健康チェック**を実施させていただきます。
3. 会場での**検温**にご協力をお願いします。
4. 当日**体調不良**と判断された方は参加をお断りいたします。

※当院の通院・入院歴のある方、またはそのご家族の方に限らせていただきます。

ご予約・お問い合わせ

医療ネットワークセンター内 がん相談支援センターまたはなごみ庵まで

注:なごみ庵は月~金曜日 10:00~15:00

TEL

0584-81-3341(内線)6174