

乳がん患者さんのため のヨーガセラピー

当院では毎月ヨーガセラピーを開催しています。6月はヨーガセラピーの他にリンパ浮腫のセルフケアについて学ぶミニ講座を開催します。お気軽にご参加ください。

◎日時：平成28年6月19日（日）10時～11時30分

◎場所：福井赤十字病院栄養棟3階講堂

◎受講料：無料

◎準備物：敷物（バスタオル・タオルケット等）

動きやすい服装・水分（飲み物）



ヨーガセラピー 10時～10時40分

講師 齊藤 素子先生

- ◇富山医科薬科大学医学部卒業後、消化器外科・乳腺外科医として活躍
- ◇2008年アメリカに渡り、全米ヨガアライアンス300時間認定ヨガセラピストの資格取得後、同協会500時間認定ヨガインストラクターの資格を取得
- ◇2011年より週末を中心に市内のヨガスタジオでクラス開催中
- ◇2015年4月より福井赤十字病院非常勤医師

※本講座は心身のリラックスを目的としています。

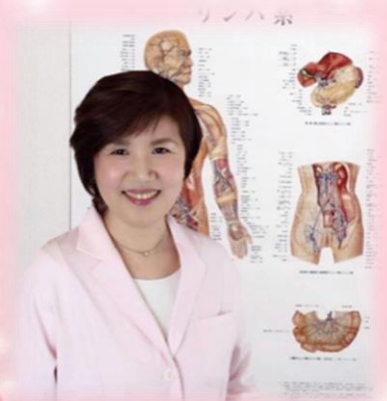
※体調など心配のある方は、主治医・かかりつけ医にご相談ください。

ミニ講座 10時50分～11時30分

テーマ：「リンパ浮腫のセルフケアについて」

◇リンパを流すための圧の話（ゼロプレッシャー）や、リンパを流す方向の話について、東京でリンパドレナージュのセッションを提供されている講師から具体的な方法について学んでいただけます。

講師：金子 洋子先生（一般社団法人セラピストネット 代表理事）



◆お申込み・お問い合わせ◆

福井赤十字病院 がん診療センター

TEL：0776-36-3673（直）（平日8：30～17：00）