

令和6年度 第4回

# ほっと広場

がん患者さんご家族の方、同じ境遇の仲間が集い、語り合う場の提供と、  
専門家からのアドバイスを通じてサポートを行っています。ご家族の方だけでも、  
どうぞお気軽にご参加ください。

\*日時： **2月15日(土)** 13:30~15:00

\*場所： 鶴岡市立荘内病院 3F 講堂



\*内容： **音楽とヨガで頭と身体をスッキリ整えよう**

◎ブレスコントロール ◎音楽脳トレ ◎リズムでエクササイズ  
◎音楽レクリエーション ◎音楽ストレッチ ◎リフレッシュ・シング

講師：音楽健康指導士 佐藤美由紀 氏

\*対象： **がん患者さんとそのご家族 先着20名様**

**無料** 事前に申込みをお願いいたします

【お申込み・お問合せ】

鶴岡市立荘内病院 2F 地域医療連携室内 緩和ケアサポートセンター鶴岡・三川



0235-26-5180



0235-26-5156

