

（乳がんのリハビリテーション）



エビデンスと 自宅で出来る乳がん体操

- 日時** 2018年3月31日（土）14時～
- 場所** 長崎みなとメディカルセンター 1階 第2会議室
- 講師** リハビリテーション部 理学療養士 杉本 恭兵
- 内容** ①リハビリテーションの効果などお話をします
②講師と一緒に簡単な体操を行います

- ・ 激しい動きはありませんが、自宅でも実践できるよう体操をレクチャーしますので、動きやすい格好でご参加ください。
- ・ タオル、飲み物は各自ご持参ください。
- ・ **申込は不要、参加費無料**です。ご自由にご参加ください。

講演と体操終了後、おしゃべりも行います。乳がん治療中のお悩みや不安を経験者・医療スタッフを交えておしゃべりしませんか？

水辺の会は、会員制ではなく参加したいときに、いつでも参加できる会です。登録なども必要ありませんので、お気軽にお越しください。

