

血液疾患患者と家族の会

いちご会

参加費無料 事前予約必要

血液疾患の患者さんやご家族の交流会を開催します。
同じ病の仲間と日頃の悩みや自分の気持ちを話してみませか？
辛い体験、再発の不安、同じ病気の仲間なら気楽に話せるはず。
前向きな気持ちで病気と向き合いましょう！

患者と家族の集い

日時：5月19日（日）

午後2時より

（交流は2時間程度の予定）

場所：市立旭川病院

3F 集団指導室

市立病院内駐車料金無料

便秘、ストレス解消、免疫力UPにつながる簡単エクササイズをインストラクターに教えていただきます。ベッドの上でもできる運動なので、入院中の方も是非ご参加ください

（20分程度）

*パンツなど動きやすい服装で！

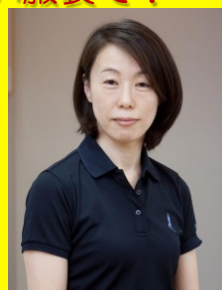
講師

スタジオプリュス

JOYFIT旭川

インストラクター

笹渕 由香先生



【予約】いちご会事務局

E-mail：ichigo@ahmic21.ne.jp FAX：0166-35-3441（am10時～pm5時）

必ず件名に「患者と家族の集い申込み」と入れ、
代表者氏名・参加人数・連絡先を記入して下さい

【問合せ】市立旭川病院 がん相談支援センター

0166-24-3181（内線5372）