

ストレスマネジメント

～からだところろを整える～

心理療法士より、呼吸法・自律訓練法・マインドフルネスを
とり入れた、からだところろをリラックスさせる方法を学びます。

アロマの香りに癒されながら
ゆったりとした時間を体験してみませんか？

日時：2022年 5月 18日 (水)
10時 30分～11時 00分

場所：四国がんセンター
患者・家族総合支援センター 
憩いのひろば

対象：外来患者さん・ご家族・一般の方

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今回の対象者は
入院患者さん以外とさせていただきます。

人数：先着 8名 (事前申し込み制)

参加費：無料



裏面の『イベントに参加されるみなさんへ』
を必ずお読みいただき、申込用紙にご記入の上
暖だんの窓口へ提出かFAXにて
事前にお申し込みください。

※申込書はホームページからも
ダウンロードできます⇒



※新型コロナウイルス感染症の状況により
開催を中止する場合がありますので、
ご確認の上ご参加ください。

《主催・問い合わせ》
四国がんセンター 患者・家族総合支援室
TEL：089-999-1209



イベントに参加されるみなさんへ

暖だんでは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、感染予防対策に取り組み、皆様に安心してご利用いただけるよう準備を行っております。

イベント参加時のお願い



不織布マスク
の着用をお願いします



手指消毒
にご協力ください



検温時に37.5度以上
ある方はご参加
いただけません



来館時に
利用者カードへの
ご記入をお願いします

ご参加をお控えください



発熱・咳・全身倦怠感
頭痛・味覚嗅覚障害
などの症状がある方



7日以内に感染拡大地域
への往来がある方



感染者と濃厚接触
の可能性のある方



待機期間内の方

皆様のご理解・ご協力のほど
よろしく願いいたします。

ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

【連絡先】 四国がんセンター 患者・家族総合支援室 暖だん

電話番号:089-999-1209 / 受付時間:平日8:30~17:15



2022年度



四国がんセンター
患者・家族総合支援室
FAX 089-999-1210

「ストレスマネジメント」

2022年5月18日(水)

10:30 ~ 11:00

参加申込書

ふりがな 氏名			
電話番号	自宅	—	—
	携帯	—	—
このイベントをどこでお知りになりましたか？該当するものに☑を入れてください。			
<input type="checkbox"/> ちらし(四国がんセンター) <input type="checkbox"/> 電子掲示板 <input type="checkbox"/> ホームページ <input type="checkbox"/> ちらし(他施設:) <input type="checkbox"/> 家族・知人の紹介 <input type="checkbox"/> その他()			

※新型コロナウイルス感染症対策により中止となった場合は、上記の連絡先にご連絡させていただきます。

申込方法

『イベントに参加されるみなさんへ』を必ずお読みいただき、申込書にご記入の上、患者・家族総合支援センター暖だん窓口までお持ちください。または、FAXにてお申込みください。



只今、一般の方が暖だんをご利用できる時間帯は平日9時~12時までです。

申込先

四国がんセンター 患者・家族総合支援室
FAX : 089-999-1210

(事務局使用欄)

受付日:

月 日

受付者: