

2月オンライン やすらぎサロン

ミニミニ講座（30分） 「がんと運動」 & フリートーク

2月 28日（月）13：30－14：30



ミニミニ講座

講師：井上 佐和子

適度な運動は、がんの予防や再発の予防をサポートすると言われます。皆様と一緒にできる運動をいくつかご紹介します。



フリートーク

普段の出来事や気付き、最近の大変だったことなど、なんでもOK

少しの時間、気ままにおしゃべりしませんか？



参加方法

yasuragisaron296@gmail.com

件名：「オンライン申込」

とご記入ください。

内容：①お名前

②メールアドレス

皆様のご参加をお待ちしております

共催：・社会福祉法人 奉優会
等々力の家居宅介護支援事業所
・社会福祉法人 大三島育徳会

主催 ふうろうクリニック等々力（担当：渡辺・井上）
問い合わせ先：03-5758-3270