

## 第19回 西多摩がんサロン

# ハローライフ オンラインカフェ

参加費  
無料  
事前申し込み  
必要

## がん患者さん同士でお話しませんか？

「ハローライフカフェ」は、がん患者さん・ご家族の交流の場です。

同じ経験をしている方々で語り共有することで、  
気持ちが少しでも楽になれる場所になればと考えています。  
皆さんでゆっくりお話ししましょう。



ミニ講座：作業療法士 田中 百合さん

### 「がん治療中の体力の維持」

がんの治療、手術や薬物療法により、体力の低下をおこしやすくなります。そしてコロナ禍で外出の機会が減ることで、筋力の低下も進んでしまいます。そんな事を少しでも解消できるよう、体力維持につながる体操を、オンラインでみなさんと一緒にやってみましょう。

2022年

5/21 (土)

14:00~16:00 (途中入退出可)

前半30分ミニ講座、後半1時間30分サロンタイム

オンライン開催 (ZOOMアプリ使用)

- 対象：東京都西多摩地区・その周辺にお住まいのがん患者さん、そのご家族。  
これから治療する方、再発をご心配されている方、家族が心配な方など、  
がんでお悩みの方なら誰でもご参加いただけます。(定員：20名程度)
- 受付：ハローライフのホームページ、または右のQRコードから。  
メールにて詳細をお伝えします。定員に達した場合、事前に締切の場合がございます。
- その他：通信にかかる費用・機器の準備は各自負担になります。  
顔の見えるサロンです。マイクとカメラがあるPC・スマホで接続してください。

お申込みはこちらから



<https://halo-life.org>

ハローライフ 青梅 検索

### NPO法人ハローライフ

東京都西多摩地区において、がん患者さん・ご家族の、  
精神面のサポートをする活動を行っています。

東京都青梅市富岡2-671-2 代表：細野健 (精神保健福祉士・社会福祉士)

※特定の治療法・薬・健康食品などの推薦は行いません。また宗教・政治活動等への勧誘も行いません。  
お申込みでお預かりする個人情報は、ハローライフの活動の連絡のみに使用させていただきます。  
またサロン内でお話される個人的な内容は他言致しません。

ハローライフサポーター：Masahiro Okino, Kaz Tanaka, Kyoko Yokoyama, Coffee shop ROOTS, Kaoru Yamasaki, Yoshiki Wakatsuki, SHAFT

ハローライフ ウェブサイト <https://halo-life.org>

お問い合わせ：Tel.090-8846-2817 (担当：細野) メール：halolife@halo-life.org