

## 第32回 西多摩がんサロン

# ハローライフ 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

お申込みはこちらから



<https://halo-life.org>

ハローライフ 青梅 検索

### ● ミニ講座：「やる気」の秘密

講師：ハローライフ 細野健（精神保健福祉士、公認心理師）

「やる気がなかなかでません」「やる気が続きません」ってことをよく聞きます。やらなきゃいけないことがあるのに、なかなか始められなかったり、始めたのはいいけどすぐに飽きてしまったり・・・。「やり始めないとやる気はでない」とも言われていますが、どういうことでしょうか。「やる気」をヒントに、脳と体の仕組みをすこし探ってみましょう。皆さんの「やる気」につながるヒントがあるかもしれません

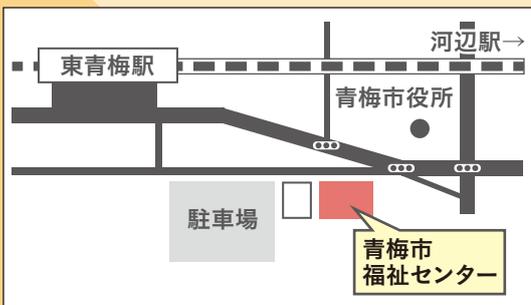
2024年

11/23(土)

14:00～16:30(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

会場：青梅市福祉センター第5集会室



東京都青梅市東青梅1-177-3 (JR東青梅駅 徒歩約5分)  
※ 駐車場あり(無料) 駐車券をお持ち下さい

- 対象：がん患者さん、そのご家族(定員：20名程度)  
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。
- 受付：電話・メールまたはホームページから、「お名前」「電話番号」をお知らせ下さい。  
定員に達した場合、事前に締切場合がございます。



NPO法人ハローライフ (東京都青梅市富岡)  
東京都西多摩地区において、がん患者さん・ご家族の、生活面や精神面のサポートを行っています。  
代表：細野健(精神保健福祉士・公認心理師)

※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 ホームページ <https://halo-life.org>

お申込み・お問い合わせ：Tel.090-8846-2817(担当：細野) メール：[halolife@halo-life.org](mailto:halolife@halo-life.org)