

がん患者と家族のサロン

コスモスの会

今回のテーマ

「だるい」「しんどい」 その倦怠感に

ハンドリフレクソロジーをやってみよう！



ハンドリフレクソロジーは手のひら・手の甲にある「反射区」を刺激することで心と身体のリラックス効果を得るためのリラクゼーション方法です。

日時：2月28日(水) 15～16時

場所：2階 会議室2（地図参照）

ご自由に無料でご参加いただけます。

直接会場までお越してください。

マスク着用にご協力をお願いします。

お問い合わせ先
神戸医療センター
がん相談支援センター
☎078-791-0111（代表）

