

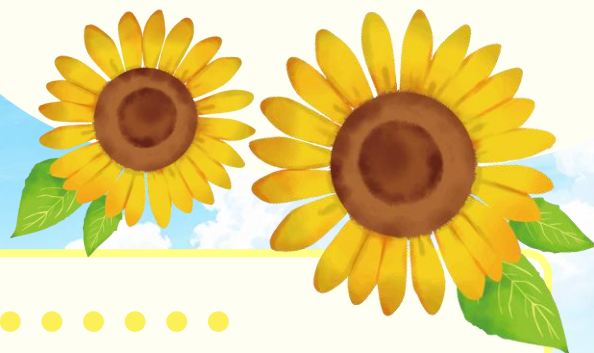
すずかけサロン だより

第 160 号



がん啓発月間は、
がんと予防について正しい知識を広める事と検診を受けていただく事を目的としています。

7～8月は…
肉腫月間
です。



7月のサロン

新しく2名の方をお迎えし、総勢10名の方にご参加いただきました。
フリートークでは、持ち寄ってくださったお菓子とほうじ茶をいただきながら『梨』『梅仕事』『スイミング』『酷暑対策』等、バラエティに富んだ話題で盛り上がりしました。
また『すずかけサロンだより』について「読むと元気が出る!」、「デザインが素敵!」とのお褒めの声をいただき、大変喜びました。ありがとうございます。

サロン勉強会

テーマ『自分の身体をいたわる』

リハビリテーション室 坂尻理学療法士を講師に招きお話をしていただきました。
その中で「ケアとストレッチ」、「生活に必要な筋力を維持するための運動」についてパンフレットに沿って講師と実践しました。
参加者から「どういったものが有酸素運動にあてはまる?」との質問があり、坂尻理学療法士に教えていただき、実りある勉強会となりました。
今後もサロンでは勉強会やイベント等を計画します。
皆様のご参加を心よりお待ちしております。



お問い合わせ:鳥取県立厚生病院 がん相談支援センター
TEL:0858-22-8181(代表) FAX:0858-22-8210

鳥取県立厚生病院ホームページ
すずかけサロンだより



メールでのがん相談・お問い合わせはこちらから ▶



令和8年度

鳥取県立厚生病院 がん患者サロン

すずかけサロン

毎月 3 火曜日 (祝祭日除く) 14 時～16 時

＊すずかけサロン室は、サロン開催日以外も自由にご使用いただけますので、気軽にお立ち寄りください。

イベント情報

開催日	企画内容
8月18日	フリートーク グラス サンドアート 作り
9月15日	フリートーク お月見リース 作り
10月20日	フリートーク 秋の絵手紙 作り



<すずかけハンドメイドの会>

毎月平日第4火曜日 14時～15時 場所：すずかけサロン室

予約不要 持ち物不要

<補正下着相談会(アピアランスケア)> *事前予約必要*

次回 8月19日(水) 16時～ 場所：すずかけサロン室

お問い合わせ：鳥取県立厚生病院 がん相談支援センター
TEL:0858-22-8181(代表) FAX:0858-22-8210

メールでのがん相談・お問い合わせはこちらから ▶

