

第3回 富山大学附属病院

がん患者さんと家族のための講演会

こころのケア・セルフケア

～自分らしくリラックス～

参加費
どなたでも参加できます
無料

こんなにも、こころと、からだは、つながっている

こころの持ち方を少しだけ変えることで、がんの経過や治療の効果、暮らしの質にも影響を与えることができるセルフケア。がん患者さんはもちろん、支える家族のみなさんも、病気や治療、看護のストレスを効果的に解消し、リラックスして過ごすことが大切です。今回は、セルフケアの1つ「サイモントン療法」をご紹介します。ご自身のストレスとうまく付き合うヒントをみつけていただければ幸いです。

平成24年 **3月4日(日)** 14:00~16:00

場 所: **サンシップとやま 1階 福祉ホール**

講 師: 田村祐樹先生 [国立大学法人 滋賀医科大学家庭医療学講座 准教授]

定 員: 200名 ※どなたでも参加できます

申 込: 氏名、所属を記入し、FAXでお申し込みください。当日参加も可能です。



田村祐樹 先生

【たむら・ひろき】 大阪出身。医学博士。サイモントン療法(※)の認定スーパーバイザー。ヒーリングプログラムに基づいた診療や、「がんところ」「ストレス対処」に関する講演多数。

※サイモントン療法

カール・サイモントン博士により開発された、がん患者さんとその家族のためのヒーリングプログラム。感情の安定においてカウンセリングやグループ療法を行い、セルフケアやストレスマネジメントの力を培っていきます。



【会場のご案内】

サンシップとやま 〒930-0094 富山県富山市安住町5-21
TEL:076-432-6141 FAX:076-432-6146

○アクセス

JR富山駅から徒歩15分

JR富山駅から市内電車・大学行き「県庁前」下車徒歩2分

※駐車台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

参加申込書

FAX:076-434-5104

※当日参加も受付ますが、準備のため、なるべく事前申し込みにご協力ください。

フリガナ

氏名

※該当する項目を○で囲んでください。

所属機関名

一般 ・ 医療関係者()