

介護予防のためのサロン



..... 2018年6月2日 サロンレポート

主催・高齢社会をよくする下関女性の会（ホーモイ） 代表 田中隆子
ホーモイURL・・・ <http://www.yg-life.net/homoj/>

今日は初夏の汗ばむ陽気です。久しぶりの笑いヨガを楽しみましたが、季節変りの陽気のせいでしょうか、疲れ気味の方がチラホラ…。午後からは街の朗読屋さんが紙芝居をしてくださり「平和のちかい」に涙しました。（参加総数47名）

健康講話

～がんの治療について～

済生会下関総合病院 がん化学療法看護認定看護師 清水倫子さん

☂がんの治療

「手術(外科治療)」…手術によって切除する

「薬物療法(抗がん剤治療)」…がんがふえるのを抑えたり、成長を遅らせたり転移や再発を防ぐ。広い範囲に治療の効果が期待できる。

「放射線治療」…手術によって切除することなく、がんに対して治療効果を期待できる。

※がん検診を受けることで、早期発見・早期治療が可能の場合があります。



大きな声を出しましょう



笑いで免疫力をアップ!



《街の朗読屋さん》



これからのサロンのご案内

場 所 : 下関市立大学体育館(上履き持参)
時 間 : 10:00~14:00
要予約 参加費1,200円(弁当代含む)

※申し込み:Tel/Fax 083-253-4892
サロン担当 田中隆子

午前のメニュー

★リズム体操 ★健康講話
★筋力トレーニング ★弁当

(お茶は各自ご持参ください)

午後のレクリエーション

★ 7月7日(土) : フラダンス
★ 8月4日(土) : 思い出のメロディー