

患者さま・ご家族・地域の方へ

アロマと リラクゼーションの会

2017年6月23日(金)

14:00~15:30

場所: 難病治療研究センター4階 セミナー室

無料 先着30名まで

要予約

体調管理や健康増進のための リラクゼーション体験会

日々のストレス緩和、心身の症状緩和や自己治癒力改善のためにリラクゼーションが効果的です。椅子に座ってできるリラクゼーション技法(呼吸法・筋弛緩法など)やアロマを使用した簡単なリラクゼーション法を学び体験する会です。どなたでも参加できますのでこの機会にお気軽にお申込みください。心地の良い音楽が流れる中、リラックス時間をとりましょう

高血圧・ストレス・体調不良・冷え症・様々な症状に…

* 参加時にご感想アンケートにご協力頂いています。

❖ ご予約・お問い合わせ

聖マリアンナ医科大学病院

電話: 044-977-8111

担当: 難病相談 看護師まで