

がん患者会「さくらサロン」

(ホロニクス公開医学講座)



がん患者会「さくらサロン」とは…がん患者さんやご家族へのサポートを目的に発足
講座後は、自由にお話しいただける交流会を実施します

会場
開催

アイモール

i-Mall(医誠会国際総合病院)SOUTH WING

ヘルシーカフェ さくらテラス 2階サロン



どなたでも
参加できます！
《無料》

申込
不要!

がんとリハビリテーション 運動の効果と 自宅でできる実践トレーニング

医療法人医誠会 医誠会国際総合病院 リハビリテーション部

木村 佑佳 理学療法士



日時 2025年4月17日(木)

【講座】14:00～(開場 13:30) 【交流会】14:40～(講座終了後に開催)

※交流会はがん患者さんのみご参加いただけます

“運動はおくすり”という言葉聞いたことはありますか？

がんからくる痛み、治療による副作用によって活動が少なくなると、体力や筋力が低下します。そのため体力・筋力を維持する運動はとても重要です。さらに、がん診断後も運動することで体力の回復を促進します。また、治療後の再発率を低下させる可能性があると言われていています。しかし、どのような運動をどの程度実施すれば効果があるか指導を受ける機会も少なく、その効果はあまり知られていません。本講座では、がん治療中の運動の効果や気軽にできるトレーニングについて分かりやすくご紹介いたします。



講座に参加された方限定

ドリンク割引チケットプレゼント!

提供:
さくらテラス
(ホロニクスヘルスケア株式会社)



メールで
講座情報を
受け取る▶

<https://bit.ly/3HdORrJ>



会場参加の方 申込不要 / 無料(50席)

予約不要で、どなたでもご参加いただけます！
直接、ヘルシーカフェ「さくらテラス」2階サロンにお越しください



【会場内への飲食の持ち込みについて】

飲み物はお持ち込み頂けます。
ヘルシーカフェさくらテラスでもドリンクの販売をしておりますので、是非ご利用ください。
※食べ物のお持ち込みはご遠慮ください。



会場アクセス i-Mall(医誠会国際総合病院)SOUTH WING ヘルシーカフェ さくらテラス 2階サロン

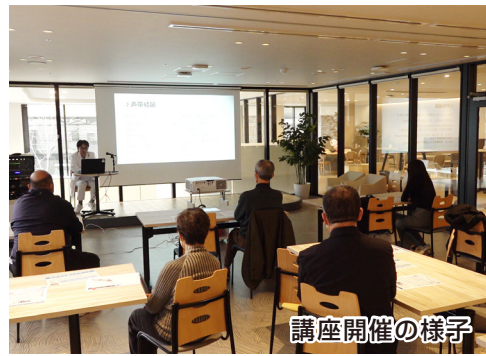
大阪メトロ堺筋線
扇町駅から徒歩 3分

JR 環状線
天満駅から徒歩 7分

JR
大阪駅から徒歩 14分

詳細はこちら➔

<https://bit.ly/3Pmwle0>



講座開催の様子



さくらテラス1階

YouTube(後日配信)の視聴方法

① ホロニクスグループチャンネルから視聴

「ホロニクスグループチャンネル」内の
ホロニクス公開医学講座 再生リストをクリック！

ホロニクスグループチャンネル 検索

① チラシ等から視聴

「YouTubeで視聴する方はこちら」の
二次元コードを読み取る ➔

<https://bit.ly/3MGZi8i>



② 再生リストから視聴したい講座動画をクリック

動画を見ていいね！と思ったらチャンネル登録してね！



アプリで講座情報を
受け取る

<https://bit.ly/3VRrlog>



講座の最新情報

「NPO法人 未来プロセス」の
ホームページから

<https://bit.ly/3BggYTl>



【注意事項】

- 天候、災害、トラブル等のやむを得ない理由により、講座の中止、内容および講師が変更になる場合がございます
- 個人情報保護法に基づき申込時に入力頂いた個人情報は、本公開医学講座の目的以外には使用しません
- 講座で使用するスライド等の資料の配布は行っていません
- スライドや音声を含め当日の講演の録画 / 録音、二次使用は禁止します

