

# 患者交流棟

患者さま、ご家族さま向け

## 11月の無料プログラム

### 乳がん患者さま向けプログラム

#### 乳がんサバイバーのための 乳がんヨガ

乳がん患者さまのカラダに負担の少ないポーズでおこなうヨガプログラムです。

【日 時】 11月7日（木）、13日（水）、20日（水）、25日（月）  
各日 ①11:00～12:00 ②13:00～14:00

【場 所】 患者交流棟3階 運動支援センター 【費用】無料

【対 象】 乳がんヨガに参加したことのない患者さま 【定 員】各5名

【その他】 事前に電話または運動支援センターにてご予約ください。



#### 乳がんサバイバーのための 肩・腕 悩み相談会

乳がんの手術・治療において生じる肩回りの不具合（腕が上がらない、肩が凝る、わき腹が突っ張るなど）に悩んでいる方向けの相談会です。専用の測定器を使用して動作チェックなどを行い、お話しをうかがいながら専門の運動指導員が個別にアドバイスいたします。

【日 時】 平日9:00～17:00（受付終了16:30） 【所要時間】10分～20分程度

【場 所】 患者交流棟3階 運動支援センター 【費用】無料

【対 象】 患者さま、ご家族さま 【定 員】なし

【その他】 **直接、運動支援センターにお越しください。** 普段着のままご利用いただけます。

※ ご利用者様の状況によっては、お待ちいただくこともございます。

事前にご予約いただくとスムーズにご案内出来ます。



### 随時開催プログラム

#### がんサバイバー・ご家族のための 運動の悩み相談会

日常生活の中で「どのような運動をおこなうと体力の回復などに効果的か？」などについて、患者さまやご家族の方のお話しをうかがいながら専門の運動指導員が個別にアドバイスいたします。

【日 時】 平日9:00～17:00（受付終了16:30） 【所要時間】10分～20分程度

【場 所】 患者交流棟3階 運動支援センター 【費用】無料

【対 象】 患者さま、ご家族さま 【定 員】なし

【その他】 **直接、運動支援センターにお越しください。**

※ ご利用者様の状況によっては、お待ちいただくこともございます。

事前にご予約いただくとスムーズにご案内出来ます。

## 患者交流棟について

大阪国際がんセンター患者交流棟は、患者さまの健康サポートと利便性の向上を目指して建てられた大阪国際がんセンターに通われる患者さまのための施設です。

交流棟には、「運動支援施設」「患者交流施設」「保険調剤薬局」があり、各施設が連携し、患者さまをサポートしています。

## 患者交流棟の施設概要

### 3 F 運動支援施設

ルネサンス運動支援センター



### 2 F 患者交流施設

つながりひろば



### 1 F 保険調剤薬局

日本調剤、ココカラファイン



## 患者交流棟へのアクセス

正面玄関を左にまっすぐ進んだ先の突きあたりの施設が患者交流棟です。

詳細は、ルネサンス運動支援センターのホームページをご参照ください。

<https://cancer.s-re.jp/>



「11月の無料プログラム」お問い合わせ先 tel.06-6947-5065

主催：ルネサンス運動支援センター

協力：つながりひろば、日本調剤、ココカラファイン