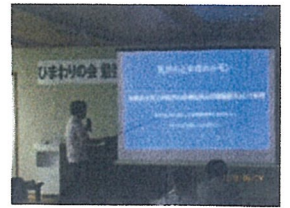


## 勉強会について

9月9日(日)国際交流教育センターにて、勉強会が行われました。八戸市から3B体操の指導士として、佐々木美智子氏をお招きし、楽しく気軽に体操することができました。参加者の皆さんは、日頃使っていない部分を曲に合わせて動かし、薄っすら汗ばんでリフレッシュできたのではないのでしょうか？

また、相沢先生の「乳がんのお話」では、ホルモン療法の効果・副作用への対処方法などの他に、新薬についての説明もありました。アンケートには、「普段詳しく聞けない薬の話を聞いて良かった」「ホルモン剤の使用の理解が深まった」など、皆さん大変興味深い様子でした。お忙しい中、資料などご準備くださり、お話をしてくださった先生に心から感謝いたします。今回参加出来なかった方は、次回お待ちしております。皆さんのご協力ありがとうございました。



詳しくわかりやすいお話でした



音楽に合わせて楽しく！



心地よい体操でリフレッシュ！

## 勉強会のアンケートの主な声

### ★相沢先生の講演について

- ・色々な治療法があることを知り安心できた。
- ・現在治療している薬がどのように先生が考えて使ってくれているのかがよく分かった。
- ・普段詳しく聞けない薬の話を聞いて良かった。

### ★佐々木先生の3B体操について

- ・運動が苦手な私でも楽しく運動できて良かった。
- ・自分ではなかなかやらないのでまた参加したい。
- ・心地よい汗をかいて楽しかった。

## ひまわり館の利用について

ひまわり館がオープンしてから、約3カ月になります。まだおいでになる方は少ないですが、沢山の会員の方に足を運んでもらえるように、来館しやすい環境を作っていきたいと考えています。**館内では、折り紙や風呂敷バック、ケア帽子の作成も楽しめます。会員の憩いの場なので、お茶を飲みながらおしゃべりだけでも大丈夫です。利用時間内は、看護師か事務員がおりますので、ご自由にお越しください。お待ちしております。**

## ～ひまわり館利用者の会員の声～

「一度ひまわり館を利用したら、病みつきになって、診察の度にお邪魔しています。」M・W様

「診察の待ち時間にひまわり館を利用しています。おしゃべりをしているとあっという間に時間が過ぎるのでいいです。」C・S様

「ちょっと敷居が高かったけど、誘われて行ってみたらゆったりと過ごせました。お茶を飲みながらおしゃべりや本も楽しめますよ！」匿名希望

このようなお言葉を会員の方から頂きました。ありがとうございます。

診察の待ち時間、お近くまでお越しの方は、是非お気軽にお立ち寄りください。また、あいざわクリニックの診察室の廊下に「ひまわり館掲示板コーナー」を設ける予定です。ひまわり館の情報を是非ご覧ください。



## ひまわり館の開館時間

9時～17時まで

月・水・木・金曜日

(火・土・日・祝は休館日)

ご質問・問い合わせは

ひまわり館へご連絡願います。

☎ 080-1823-8171

