

弘大がんサロン 2月 予定表



2/4
(火)

お茶会

ふらっとカフェ

13:30~

15:30



お茶を飲みながら
話してみませんか？
がんのこと。

2/14
(金)

相談会

医療用ウィッグと
頭皮の話

14:00~

16:00

✓ 医療用とおしゃれ用はどこが違うの？
✓ 治療中のシャンプーの方法は？
などの疑問にお答えします。

〈担当〉
アデランス

2/25
(火)

勉強会

がん治療と
お口のケア

13:30~

14:00

がん治療において抗がん剤や放射線による口腔トラブルは辛いもののひとつです。今回お口のケアの必要性やスポンジブラシの使用方法・口内炎などの対処方法を歯科衛生士がわかりやすく説明いたします。



〈講師〉
歯科衛生士

2/10
(木)

体験会

アロマ体験

ハンドクリーム作り

13:30~

14:30

〈担当〉
アロマハンドセラピスト

好きな香りのアロマオイルを組み合わせ、自分だけのオリジナルのハンドクリームを作ります。



2/20
(木)

体験会

いつでもどこでも

かんたん椅子ヨガ

14:30~

15:15

〈担当〉
ヨガインストラクター

「怖さ」や「不安」などは、筋肉の緊張を取ることで改善されることがあり、ヨガはその方法のひとつです。今回は椅子に座ってできる簡単な動きをご紹介します。



2/12
(水)

展示会

綿100%
帽子展示会

10:00~

12:00

〈担当〉
ハンモック

■やわらかくて締め付け感がなく、肌にやさしく、敏感な時期にも安心して使うことができる帽子の展示会です。
■おしゃれな帽子の被り方やウィッグを使用したヘアアレンジなどのご相談にも対応いたします。

2/21
(金)

勉強会

リンパ浮腫予防

13:30~

14:30

〈講師〉
医療リンパドレナージュセラピスト

いわゆるむくみのことです。主に乳がんや子宮がん、前立腺がんなどの手術や放射線治療が原因で起こることがあります。対象の方は正しい予防の仕方について学んでおきましょう。

※リンパ浮腫になっていない方を対象としています。詳しくはお問い合わせください。

2/28
(金)

体験会

癒しのアラカルト
絵画教室

13:00~

15:00

〈担当〉
あとリエストラピス代表

～鉛筆・色鉛筆・水彩・塗り絵・クレヨン・クレパス～
お好きなものを体験できます。



毎週
水曜日

相談会

ハローワーク弘前出張相談会

がん患者さんのための
「お仕事」相談会

※予約が入っていない場合は当日対応も可能です。お気軽にお問合せください。

①13:30~②14:30~

注：今月のタオル帽子
講習会はお休みです



※予定は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。

3月



3/3(火)

14:00~16:00
医療向けウィッグ
試着相談会

3/10(火)

13:30~15:00
タオル帽子
講習会

3/11(水)

10:00~12:00
綿100%帽子
展示会

3/13(金)

13:30~14:30
リンパ浮腫予防

3/23(月)

10:30~12:00
13:00~15:00
ウィッグ相談会

3/24(火)

14:30~15:00
がんの療養を支える
社会資源

3/26(木)

13:00~15:00
人工乳房
相談会

3/27(金)

13:00~15:00
癒しの
アラカルト絵画教室

毎週水曜日

①13:30②14:30
お仕事相談会
(要予約)

弘前大学医学部附属病院がん相談支援センター

外来診療棟4階 TEL・FAX 0172-39-5174

