

杏林大学

～がんと共にすこやかに生きる講演会シリーズ～

ストレスと共に生きる

お気軽に
ご来場く
ださい！



講師：川名 典子 先生

(杏林大学病院 精神看護専門看護師 保健学博士)

日時：2月25日(土)13:30～14:30

場所：杏林大学病院2病棟4階大学院講堂

※参加費・予約など一切不要です。

～講演内容～

病気になって以来、眠れない、食欲がない、気持ちが落ち込む、意欲がなくなった、いらいらする・・・

心身ともにそれまでの自分が変わってしまったと感じることはありませんか。体のつらさは気持ちのつらさに、気持ちのつらさは体のつらさに影響します。

今回は、つらい時期が通りすぎるのを待つとき、そしてがんと共に暮らしていくときのいくつかのポイントをご紹介します。

講演会終了後には、患者さんだけの語らいの場を設けます。

こちらも、参加費・予約不要ですのでご参加ください。

開催時間：14：45～15：45

