

がんカフェ立川駅前・特別企画

後援：一般社団法人がん哲学外来 www.gantetsugaku.org/

2025年7月19日(土)

2025年12月20日(土)

13:30~15:30

講師

吉田泉先生

山田佐世子医師



〈プロフィール〉
東京女子体育大学卒業
2000年に急性骨髄性白血病(M1),01年再発,移植無しのサバイバー。首都圏の自治体で介護予防運動教室の指導士、高齢者施設で健康イス体操、マシントレーニング等の指導にあたる。がん哲学外来 府中メディカルカフェ主催。



〈プロフィール〉
2002年昭和大学横浜市北部病院の麻酔科に入局。2008年より緩和ケア病棟に勤務。がん患者のサポート業務及び緩和ケアチーム医として、多職種チームで協働しながら携わる。2013年より井上レディースクリニック緩和ケア科麻酔医として勤務。現在に至る。

がん専門運動指導士による

「がんロコモ予防運動」

終活を明るく考える

「もしバナゲーム」体験会

ロコモ予防とは？

人間が立つ、歩く、作業するなど、運動のために必要な身体の仕組み全体を運動器といいます。運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態を「ロコモティブシンドローム」＝ロコモといいます。ロコモ状態にならないため、椅子に座って簡単に出来るゆるやかストレッチと体操を教えてください。動きやすい服装でご参加ください。水分、タオルをお持ちください。

「もしバナゲーム」とは？

人生の最期にどうありたいか・・・終末期には、約70%の患者が意思決定が不可能とされています。その時を迎える前に、ご家族や大切な方に自分の意思を伝え、理解してもらうことが大切です。でも、何を伝えたら・・・？「もしバナゲーム」はきっかけを作るためのゲームです。まずはゲームを通じて、自分自身の「価値観」や「あり方」を見つめてみませんか？

参加費：300円

お問合せ・お申込み：立川駅前キリスト教会（担当：高田利花）

電話：042-525-2615／メール：ekimaechurch@gmail.com

※お名前とご連絡先をお知らせください。頂いた個人情報はカフェの目的以外には使用致しません。