

将来のがんが
心配な方も

がん患者さんも

ご家族連れて

土手ぶらの
ついでに

どちらでも

お気軽に

たか丸君と
写真をとろう♪

平成30年度 みんなで知ろう!

がんフェスティバル

~自分らしく過ごすためにできること~



弘前市マスコット
キャラクター
たか丸くん

日程 8月26日(日) 場所 土手町コミュニティパーク

時間 12:00 ~ 16:30 参加費 無料

当日の様子は記録のために写真撮影いたします。
撮影した画像は広報活動の一環としてホームページや
広報誌などに使用する場合がありますのであらかじめ
ご了承ください。

知
る

探
す

▶伝授!! 体力あっぷ体操

- ▶知らねば損だべ～ 青森県の新しいがん対策
- ▶がん相談支援センターってなんだば?
- ▶あの蝦名先生が伝える ホントの緩和ケア

樂
しむ

▶市民サークル 津軽カリスト
「(朗読劇)はしれメロス」

▶ヨガインストラクター
「いつでもどこでもかんたん椅子ヨガ」

体験
する

- ▶白衣でお医者さん・看護婦さん
- ▶おっぱいのしこりはどこにある?
- ▶人体模型パズル
- ▶声帯手術後の発声方法
- ▶超音波機器deみる

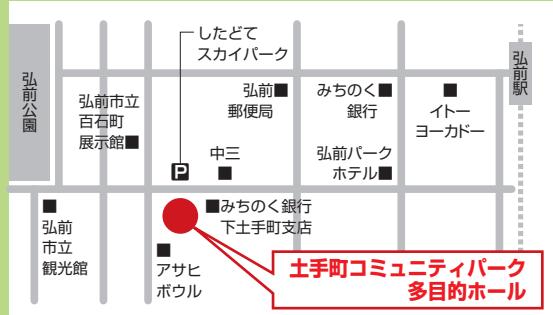
プログラム

12:00	開場
12:30~12:35	開会のあいさつ
12:35~12:55	伝授!! 体力あっぷ体操
13:05~13:35	知らねば損だべ～ 青森県の新しいがん対策
13:35~13:45	がん相談支援センターってなんだば?
13:55~14:45	あの蝦名先生が伝える ホントの緩和ケア
14:45~15:05	伝授!! 体力あっぷ体操 第2弾
15:20~15:40	市民サークル 津軽カリスト「(朗読劇)はしれメロス」
15:55~16:25	いつでもどこでもかんたん椅子ヨガ
16:30~16:35	閉会のあいさつ

チセミナー（10分）

1	12:35~12:45▶「がんとこころ～自分の人生を物語るために～」
2	13:00~13:10▶「ちょっときいてよ!禁煙についてのいいお話」
3	13:25~13:35▶「そうだったのか!放射線治療」
4	13:50~14:00▶「アラカルト・ウォーキング」
5	14:15~14:25▶「食欲がないときの食事の工夫」
6	14:40~14:50▶「心と身体の緊張をほぐす～ヨガの呼吸法～」
7	15:05~15:15▶「在宅療養を支える訪問看護ステーションの紹介」
8	15:30~15:40▶「抗がん剤の副作用～お薬の豆知識～」
9	15:55~16:05▶「治療にかかるお金のはなし」

イベントの内容・スケジュールは変更になる場合があります。



- 駐車場は近隣の有料駐車場をご利用下さい。
- 100円バス等の公共交通機関をご利用下さい。

《お問い合わせ》弘前大学医学部附属病院 がん相談支援センター TEL・FAX 0172-39-5174(直通)

主催：弘前大学医学部附属病院

協力：未来がん医療プロフェッショナル養成プラン・青森県立中央病院・黒石市国民健康保険黒石病院・つがる総合病院・国立病院機構弘前病院・弘前市立病院・弘前中央病院・津軽保健生活協同組合健生病院・弘前地区在宅医療・介護連携支援センターそよかぜ・青森県介護支援専門員協会津軽支部会・青森県訪問看護ステーション連絡協議会中弘南黒支部

後援：青森県・弘前市・黒石市・五所川原市・一般社団法人 弘前市医師会・一般社団法人 青森県薬剤師会・公益社団法人 青森県看護協会・青森県臨床衛生検査技師会・公益社団法人 青森県社会福祉士会・青森県訪問看護ステーション連絡協議会 中弘南黒支部・青森県介護支援専門員協会津軽支部会・東奥日報社・株式会社陸奥新報社・NHK青森放送局・RAB青森放送株式会社・青森朝日放送株式会社・株式会社青森テレビ・FMアップルウェーブ