

2024 年も、新緑が美しい季節が訪れました。
 新型コロナウイルス感染症が 5 類に移行して 1 年、
 今年のゴールデンウィークは、観光地に賑わいが戻った
 ようです。あざれあ が主催する「こころの駅舎」の
 イベントでは、「笑いヨガ」の体験で笑顔が溢れました。



5 月

令和 6 年度 「こころの駅舎」 ～春のイベント～



4 月 25 日(木)に開催した「こころの駅舎」～春のイベントは、笑いヨガリーダーの松川裕子さんを講師としてお招きし、「笑いヨガ」体験で心と体をリフレッシュしました。

今回も、「Team がん対策ひろしま」に登録する企業のうち(登録企業 188 社;令和 5 年 10 月現在)、20 企業にご支援をいただき、充実したイベントとなりました。広島県では、社員の「いのち」を守る企業を「Team がん対策ひろしま」として登録し、登録企業の取組を支援しています。また、登録企業は、「こころの駅舎」など、がん患者団体が開催するイベントを支援してくださっています。

「こころの駅舎」では、年 3 回開催するイベント(4・8・12 月)に対し次の通り支援を受けています。

【支援内容紹介】

- ①人的支援; イベントスタッフとして会場の準備・片付けなど
- ②物的支援; 参加者へのプレゼントとして商品の無償提供など
- ③経費支援; イベントの協賛金などの経費支援

東広島市在宅医療・介護連携推進事業 (医師保護課)

がん患者さん、家族・支援者のついで

こころの駅舎

第 96 回

がん患者さんや家族の方が、安心して在宅生活を送ることができるように、気分転換をしたり、おしゃべりを楽しんだり、悩みを相談したりする機会です。
 今回は、「笑いヨガ」を体験する機会を企画しました。是非ご参加ください。

笑いヨガはこころの駅舎に必ずお笑い時間というおみやげをみんなに届けてまた次の駅舎開催まで続けます。

このイベント
参加費無料
 定員: 40 名

「笑いヨガ」で楽しく過ごそう!
 その他 情報交換、交流・相談も予定

2024 年 4 月 25 日(木) 14:00~15:30
東広島芸術文化ホールくらら 3 階 303 号室

講師 **松川 裕子さん**
 (笑いヨガ リーダー)

対象 **がん患者さん、ご家族、支援関係者**

※定員を設けておりますので、参加希望の方は **4 月 19 日(金)まで**に、下記の申込先まで、必ず電話等でお申し込みください。

申込・お問い合わせ **一社) 東広島地区医師会 加藤 津美 先生**
 電話: 082-493-7360
 FAX: 082-493-7361

協賛: 広島がんネット・Team がん対策ひろしま 登録企業 20 箇所に協力



笑顔溢れる「笑いヨガ」体験

今年度最初の研修会は「地球温暖化と熱中症対策」

熱中症特別警戒アラートの運用も始まり、クーリングシェルターを設置するなど、各地で熱中症対策が始まっています。そのため、今年度は医療・介護関係者と東広島市がタッグを組んで、研修の場を通じて意見交換しながら実際の熱中症対策に繋いでいきたいと考えています。初回の研修会は 5 月 16 日(木)です。検討内容は、随時「あざれあ便り」で紹介していきます。

