

姿勢改善  
動作の円滑化  
健康維持  
肩こりの予防・改善  
ストレス軽減  
etc.

## 第2回

# 理学療法士とやってみよう！ がん治療中でもできる 肩ケア体操

日時

2026年2月7日(土)

午後1時30分～午後3時

場所 洛和会音羽病院 D棟地下 会議室 3・4

対象 がん患者さんとそのご家族等（かかりつけ医不問）

講師 洛和会音羽病院 リハビリテーション部 理学療法士

持ち物 お茶など水分補給ができるもの、タオル、筆記用具

過去の様子 /

大変和やかな雰囲気  
でとても楽しく過  
ごせました



治療中、どの程度運  
動していいかの参考に  
になりました

マスク着用の上、動きやすい服装でお越しください

骨転移等がある方は、主治医とご相談の上ご参加ください

車いすの方、ご家族のみのご参加もOKです

がん専門相談員、がんピアサポーターも同席します

参加無料

事前申込

お申し込みはこちらから▶

当日飛び入りでのご参加もOKです。



がん治療中や治療後の方に多く見られる「肩こり」や「肩の動かしづらさ」は、生活の質（QOL）に大きく影響します。今回、がんリハビリテーションの一環として、椅子に座ったままできる、やさしく、安全な肩ケア体操を行います。初めての方、治療中の方や治療後の方にも安心して参加いただける内容です。

## お問い合わせ

洛和会音羽病院 がん相談センター  
TEL 075(593)4175

主催：洛和会音羽病院 患者支援部会

★JR、地下鉄東西線、京阪京津線「山科駅」  
から巡回バスが出ています。

詳細・時刻表はこちらから▶

