



第37回乳がん患者会「つながり」 患者だけの集い

日時： 2026年7月4日(土)
午後1時30分 ~ 3時

場所： 大阪病院 6階 講堂2

3時~フリースタックタイム(おしゃべりだけでもどうぞ♥)

ストレス解消法 セミナー

参加費不要

私たちは日々の生活の中で様々な
ストレスを抱えています
不安や気の重さ、落ち込み、イライラ.....
そんな時、どの様に対処すれば良いのでしょうか？
心理学の視点からストレス解消法を
わかり易く学びましょう

◇講師

公認心理師 岡井 ますみ

メンタルサポート研究所グループ
心理カウンセラー/心理学講座講師

- 患者会へは申込み不要でご参加いただけます
- ご家族、ご友人と一緒にご参加もOKです



患者会に関するご質問・お問い合わせは
こちらまでお気軽にどうぞ！



@KANJAKAI_TSUNAGARI