

# 『 がんからのメッセージ ～患者・支援する立場から～ 』

講師:ヨガインストラクター 清水 八恵 氏

当院では、がん患者さんのヨガ教室を毎月第1金曜日に定期開催しています。そのヨガ教室でインストラクターを務めている、清水八恵さんを講師にお招きして、市民公開講座を開催する事となりました。がん闘病体験があり、そして現在はがん患者さんを支援する立場の清水さん。“がん”に対して様々な立場を経験された清水さんの貴重なお話を、是非この機会にお聞き下さい。

## 講師プロフィール ～清水 八恵(yae)～

20代後半、子宮頸がんを患い、手術や抗がん剤治療などを経験する。

「わたしは、いつまで、病院やお薬に頼って生きていくのだろう…」

「いつまでも、他人任せではダメだ、自分の力で健康になるんだ！」

そう思い、模索する中、YOGAと出会う。

最初は心と体の安定や心地良さからYOGAの虜に、YOGAの学びを深めていくほど、自分の内側と外側に起こる大いなる働きや神秘に魅了され続け、現在は、生き方のベースになる。

- ・水野ヨガ学院 指導員養成コース修了
- ・ヴィヴェーカナンダ・ヨーガ研究財団 ヨーガ講師
- ・ヴィヴェーカナンダ・ヨーガ研究財団 ヨーガ療法士
- ・日本ファスティングコンシェルジュ協会 ジュニアファスティングコンシェルジュ取得
- ・日本ヴィパッサナー協会 ダンスバース2013年2/5～2/16瞑想コース参加
- ・studio yoggy meditation intensive course 修了
- ・studio yoggy Restorative Yoga training course 修了

## ★ 開催日程 ★

日程:平成28年9月30日(金) 13:00～(開場12:30)

会場:函館中央病院 講堂(南棟8階)

(函館市本町33番2号)／市電・函館バス 中央病院前下車

※入場無料・事前申込不要、直接会場へお越し下さい。

お問い合わせ 函館中央病院 経営企画課

TEL 0138 - 52 - 1231 (内線:2248)