

「今日はしんどい……」 そんな日にも、できることがあります。

治療中の方も、在宅で療養されている方も、その日の体調に合わせて無理なくできるリハビリと運動を。寝たままでもできる工夫を、医療・訪問リハビリ・運動、それぞれの専門家と一緒にご紹介します。その小さな積み重ねは、明日への希望をつなぐ力にもなります。

開催日時：11月28日(土) 14:00～16:30

開催方法：オンライン(Zoom)

発信地／大阪国際がんセンター リハビリテーション科

定 員：無料・100名(予定)

申込方法：Web申込フォーム、メール

申込締め切り日：11月27日(金)

対 象：患者・家族をはじめとする広く一般の方々



第1部

開催に寄せてのご挨拶

大阪国際がんセンター総長 松浦 成昭氏

講演



在宅療養患者さんに向けた がんリハビリテーション

大阪国際がんセンター整形外科副部長・
リハビリテーション科部長

田宮 大也氏



訪問リハビリテーションの 役割と工夫

医療法人ミナテラス かすがいクリニック

池田 聖児氏



フィットネス領域から見た 運動支援

ルネサンス運動支援センター

大阪国際がんセンター認定がん専門運動指導士

石野田 神氏

第2部

患者体験プログラム

寝たままでもできるリハビリと運動

患者さん達と一緒に、体調に合わせて無理なくできるリハビリと運動を体験します。

参加者 Q&A

第3部

講師、参加者による 振り返りと 意見交換

※進行状況により、終了時間が多少延長する場合があります。



講師ディスカッション・参加者 Q&A

在宅リハビリテーションと運動

— 制度を知って、それぞれを活かそう

がんリハビリテーションは、診断直後から療養生活全体を通じて、患者さんの毎日を支える重要な医療です。近年では、日常生活の中で継続しやすい運動も取り入れられ、生活の質（QOL）の維持・向上や療養生活をより豊かに送るための支援として期待されています。

第1回公開講座では、がんリハビリテーションの意義や現状について理解を深め、第2回では「必要だと分かっているけど、一人では続けることが難しい」という患者さんの声を受け、楽しみながら続けられる運動や実践方法をご紹介します。

第3回となる今回は、さらに在宅療養中の方や外出が難しい方、長時間起きていることが難しい方にも視点を広げます。医師、訪問リハビリテーション専門職、運動支援の専門家が、それぞれの立場から「寝たままでもできるリハビリと運動」や、生活の中で無理なく続けられる工夫をご紹介します。

患者さんやご家族が、「できないこと」ではなく「今できること」に目を向け、毎日を大切に、少しでも心地よく過ごすためのヒントを持ち帰っていただくことをめざします。



オンラインのお申し込み方法

右のQRコードより申し込みフォームに入力してください。
または、がんともホームページからもアクセスできます。



がんと共に生きる会

検索

<https://forms.cloud.microsoft/r/nhvQLZ1dqi>



QRコードを読み取れない場合、メールでのお申し込みにも対応しています。
お名前(ふりがな)、お電話番号、講師にお聞きになりたいことなどをご入力の上、以下のアドレスまでお送りください。

moushikomi@cancer-jp.com

お問い合わせ：e-mail：info@cancer-jp.com 電話：080-5316-8872

本講座は、2025 読売愛と光の事業団の助成金を活用し開催します。