

# ぴあルーム「ルナ」

1人で悩まないで♥不安を抱え込まないで♥ここに仲間がいます。  
好きな時間にお茶を飲みながらのひとときを過ごしませんか？

ようこそ！！「ルナ」

日時：4月19日(木) 10:00～16:00

<第1土曜日・第3木曜日開催予定>

※時間内 自由参加。好きな時間にどうぞ♪

場所：駅前会館 和室A 弘前市駅前3丁目4-5

参加費：300円(ラフタールーム・キャンサールームあわせて)

参加対象：がんで悩みのある方・体験者

<男性の方はご連絡ください>

※ラフタールームはどなたでも参加できます。



## ★ラフタールーム (笑いヨガ) <10:30～12:00>

体に良いことしてますか？心に良い事してますか？

おかしいから笑う？楽しいから笑う？

違います！！笑うから楽しくなるんです。最初は作り笑いで良いのです。

それが本当の笑いに変わっていきます。

こんな時だからこそ笑って欲しい・・・。

## ★キャンサールーム (がんカフェ) <13:30～15:30>

話がしたい・聞きたい・相談したい。わかり合える仲間と。

みんなどうしてるの？これって普通なの？

同じ経験をしてるから話せる・わかり合える・頷ける。そんなお部屋を！

お茶を飲みながら語り合い、少しでも心の「モヤモヤ」晴れたらいいね♪

### <開催日>

5月17日(木)・6月2日(土)

6月21日(木)・7月7日(土)

<お問い合わせ> ぴあルーム「ルナ」

TEL: 090-3752-1537 小嶋朋子

Eメール: [peerroomluna@gmail.com](mailto:peerroomluna@gmail.com)

### <地図>

土手町

市立  
病院

GS

会館

ヨーカドー