

緩和ケアカフェ

医療者自身の 心のケア

マインドフルネスを活かして

2024.
1.30(火)
18:00-19:20

参加無料
申込制

マインドフルネスは、過去の後悔や未来の不安を横において、
今この瞬間を生きることです。今ここに意識を向けるということは、
今この幸せを感じることであります。
代表的なものは瞑想です。呼吸に意識を向け、
気になること、不安なことを手放す練習でもあります。
講演では簡単な瞑想を体験していただきます。



対象

緩和ケアに携わる医療者の方

会場

ハイブリッド開催（事前申込制）

現地会場

戸田中央病理診断科
クリニック 4階 会議室

オンライン

ZOOMによるライブ配信

※ご視聴にはZoomアプリのダウンロードが必要です。

申込方法

下記のURLまたは右のQRコードから申込
フォームへのご登録をお願いいたします。
後日、ご登録いただいたメールアドレスにご
案内メールをお送りいたします。

<https://onl.la/2xf5Q44>



申込締切

2024年1月23日(火)まで

〔主催〕 緩和ケアカフェ（蕨戸田市医師会、戸田中央総合病院）

お問い合わせ

戸田中央総合病院 TEL.0570-01-1114(代)
がん相談支援センター 担当：小泉

講師

高宮 有介 先生

- 昭和大学医学部 医学教育学講座 客員教授
- 戸田中央メディカルケアグループ緩和医療特別顧問

PROFILE 緩和ケア医。専門は緩和ケア、マインドフルネス。緩和ケアの専門
分野で長年にわたり医学教育に取り組んできたセルフケアのスペシャリスト。全
国の医療系学生、医療者向けに死から生といのちを考える講演を行っている。
大学病院の緩和ケアを考える会代表世話人、日本死の臨床研究会顧問、日本ホ
スピス緩和ケア協会理事、日本緩和医療学会代議員などを務める。

会場アクセス 戸田中央病理診断科クリニック

住所：埼玉県戸田市本町1-14-1
JR埼京線「戸田公園駅」下車。東口より徒歩5分



※車でお越しの方は、戸田中央総合病院の駐車場をご利用ください。

Author & Illustrator: macrovector/Source: Freepik