



あなたらしい
笑顔を応援します

外見ケア & リフレッシュセミナー

～化粧のちからと運動で 心と身体を整える～

- ✓ 治療による外見上の気になるお悩みに役立つ情報を案内
- ✓ 気持ちリフレッシュ！軽い運動で心と身体を整える
- ✓ メイクアップでの楽しいひと時を・・

日 程

2026年10月15日(木)13:00～14:30

受付開始 12:30～

会 場

溪仁会ビル 1F K101・102
(札幌市手稲区前田1条12丁目2-30)

参加対象

がん患者さん 定員 15名

事前の申込が必要です。

※当日は感染予防のためマスク着用をお願いいたします

参加費

無料

資生堂のスキンケア・ファンデーションのサンプル付

溪仁会ビル 地図



申し込み方法

右記QRコードで事前登録サイトにアクセスの上、申込フォームをご入力してください。
QRコードのご利用が難しい場合、当院ホームページに申し込み用URLを掲載しております。
そちらからもお申し込み可能です。(手稲溪仁会病院 最新情報でご検索下さい。)



申し込み締め切り 10月 14日(水)

主催：手稲溪仁会病院・共催：資生堂ジャパン(株)・後援：北海道

お問い合わせ先：011-681-8111 (代表) オンコロジーセンター 五十嵐・宮本 まで

プログラムスケジュール

プログラム詳細

心と体をトータルでリフレッシュする充実の90分間

13:00～13:05

本日のスケジュールご案内



13:05～13:20
(動画視聴)

講演「治療中でも自分らしく輝くための選択肢」

「株式会社資生堂 主任研究員 池山和幸」によるご案内

13:20～13:40
(動画視聴)

軽い運動を習慣化につなげよう

「リオールジム代表 奥松 功基」による軽い運動体験



13:40～14:25

化粧を楽しむ『外見ケアセミナー』

「資生堂ジャパン（株）ソーシャルエリアパートナー

足立 水季」によるスキンケア&メイクをご自身で行う方法体験

14:25～14:30

まとめ



※プログラム内容や時間は進行状況により多少前後する場合がございます。

※運動しやすい服装でお越しください。



講演者の紹介

池山 和幸

医学博士/株式会社資生堂
みらい開発研究所・主任研究員
認定がん医療ネットワークナビゲーター

医療機関との共同研究を通じて、
外見ケアによる心理社会的効果を研究。
医療者ががんサバイバーを対象とした
講演活動を行っている。



運動のパーソナルトレーナーの紹介

奥松 功基 氏

スポーツ医学博士/ リオールジム代表

聖路加国際病院との共同研究、学会
発表を行うなど、医療機関と連携し
たメディカルフィットネスジムを
運営し、健康増進やがん経験者向け
のサポートに従事している。

