



ふじた

地域とともに健康をつくりたい

# まちかど保健室カレンダー

藤田医科大学 地域包括ケア中核センターサテライト

**朝10時から 保健室前でラジオ体操を行います！ 一緒に体操しましょう！**



	日	月	火	水	木	金	土
	28	29	30	1	2	3	4
午前 10時 ～ 12時	休 み	昭  和  の  日	懐かしい遊び	健康相談	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	憲 法 記 念 日	み ど り の 日
			看護師	薬剤師	看護師		
午後 13時 ～ 15時			13:30から 健康相談	13:30から 足の筋トレ	13:30から 百人一首を味わう 第3回		
			看護師	理学療法士	看護師		

午前のミニ講座は10時のラジオ体操後から、午後のミニ講座は13:30から行います。  
どなたでも参加することができます(参加費は無料！)

健康相談は、講座のない時間に無料で行っています。生活のこと・健康のこと・病  
気のこと・お薬のことなど、お気軽にご相談ください。

都合により講座内容が変更する場合がございます。ご了承ください。

ふじたまちかど保健室  
☎ 95-0311

Web





ふじた

地域とともに健康をつくりたい

# まちかど保健室カレンダー

藤田医科大学 地域包括ケア中核センターサテライト



**朝 10時から 保健室前でラジオ体操を行います！ 一緒に体操しましょう！**

	日	月	火	水	金	土	
	5	6	7	8	9	11	
午前 10時 ～ 12時	子 ど も の 日	振 替 休 日	脳トレ	薬の飲み方 使い方	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	今から夏に向けた 体力作りの話	休 み
			看護師	薬剤師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時			13:30から 健康相談	13:30から 塗り絵	13:30から 健康相談	13:30から 血圧測定会	
			看護師	理学療法士	理学療法士	看護師	

午前のミニ講座は10時のラジオ体操後から、午後のミニ講座は13:30から行います。5月7日から30日は**血管年齢測定**をしています。あらかじめ予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただくことがございます。ご理解ご協力くださいますようお願いいたします。

ふじた  
まちかど保健室  
☎ 95-0311

Web



# 5月

ふじた




地域とともに健康をつくりたい

# まちかど保健室カレンダー

藤田医科大学 地域包括ケア中核センターサテライト



**朝 10時から 保健室前でラジオ体操を行います！ 一緒に体操しましょう！**

	日	月	火	水	木	金	土
	12	13	14	15	16	17	18
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独 チャレンジ	漢字クイズ	健康相談	自分らしい最期 のための準備	アジサイ (工作)	休 み
		理学療法士	看護師	看護師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	休 み	都合により お休みします 	13:30から 健康相談	都合により お休みします 	けやきいきいき 健康体操 (けやきテラス) 13:30～	都合により お休みします 	休 み
			看護師		理学療法士		

午前のミニ講座は10時のラジオ体操後から、午後のミニ講座は13:30から行います。5月7日から30日は**血管年齢測定**をしています。あらかじめ予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただくことがございます。ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

ふじた  
まちかど保健室  
☎ 95-0311





ふじた

地域とともに健康をつくりたい

# まちかど保健室カレンダー

藤田医科大学 地域包括ケア中核センターサテライト



**朝 10時から 保健室前でラジオ体操を行います！ 一緒に体操しましょう！**

	日	月	火	水	木	金	土
	19	20	21	22	23	24	25
午前 10時 ～ 12時	休	数独 チャレンジ	漢字クイズ	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 立ち上がり方 講座	健康相談	点つなぎ	休
		理学療法士	看護師	理学療法士	看護師	理学療法士	
午後 13時 ～ 15時	み	介護の相談	13:30から 健康相談	13:30から 100ます計算	市民公開講座 14:00 ひまわり体操 慢性腎不全の 治療	健康レク会 (けやきテラス) 13:30～	み
		ケア マネージャ	看護師	薬剤師	看護師	看護師	

午前のミニ講座は10時のラジオ体操後から、午後のミニ講座は13:30から行います。  
 5月7日から30日は**血管年齢測定**をしています。あらかじめ予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただくことがございます。ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

ふじた  
 まちかど保健室  
 ☎ 95-0311

Web



5月  
6月

ふじた

地域とともに健康をつくりたい

# まちかど保健室カレンダー

藤田医科大学 地域包括ケア中核センターサテライト



朝10時から 保健室前でラジオ体操を行います！ 一緒に体操しましょう！

	日	月	火	水	木	金	土
	26	27	28	29	30	31	1
午前 10時 ~ 12時	休	数独 チャレンジ	思い出の歌を 聴こう	薬膳とカレー の 美味しい関係	漢字の書き順 知っています か？	健康相談	み ど り の 日
		理学療法士	看護師	薬剤師	看護師	看護師	
午後 13時 ~ 15時	み	グリーンカフェ ウォーキング 二村台 (けやきテラス) 14:00~15:00	13:30から 健康相談	13:30から 肩周囲の ストレッチ	13:30から たんぽぽの 見分け方	13:30から あなたの皮膚は 乾燥していま せんか？	
			看護師	理学療法士	看護師	看護師	

午前のミニ講座は10時のラジオ体操後から、午後のミニ講座は13:30から行います。  
5月7日から30日は**血管年齢測定**をしています。あらかじめ予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただくことがございます。ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

ふじた  
まちかど保健室  
☎ 95-0311

Web

