



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
	31	1	2	3	4	5	6
午前 10時 ～ 12時	休	百人一首 第2回	脳トレ	血圧測定会	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	初心者麻雀	休
		看護師	看護師	看護師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	み	13:30から エイプリルフール を楽しもう	13:30から 健康相談	13:30から 100ます計算	13:30から 春を 見つけにいこう	13:30から おなかの調子を 整えよう	み
		看護師	理学療法士	薬剤師	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。
4月2日から23日は**筋肉量測定**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場合がございます。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 



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	
	7	8	9	10	11	12	
午前 10時 ～ 12時	休	数独 チャレンジ	昭和の音楽を 聴こう	血液検査の結果 を見てみよう	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 慢性腎不全の特徴	1時スマホ講座・買い物支援
		理学療法士	看護師	看護師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	み	都合により お休みします 	13:30から 健康相談 筋肉量測定	13:30から 上手な水分補給 をしましょう	13:30から タオルのできる 体操	13:30から 健康相談 筋肉量測定	
			看護師	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。4月2日から23日は**筋肉量測定**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場合がございます。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





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
	14	15	16	17	18	19	20
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独 チャレンジ	ストレッチ	初心者麻雀	漢字の書き順 知っていますか？	都合により お休みします 	休 み
午後 13時 ～ 15時		理学療法士	看護師	看護師	看護師		
		市民公開講座 14:00 ひまわり体操 介護保険の しくみ	13:30から 健康相談 筋肉量測定	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～	13:30から 薬の飲み方 使い方	
		ケア マネージャー	看護師		理学療法士	薬剤師	

- 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。4月2日から23日は筋肉量測定をしています。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場合がございます。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





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



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
	21	22	23	24	25	26	27
午前 10時 ～ 12時	休	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 ウォーキングの すすめ	脳トレ	腰痛予防	オノマトペ クイズ	季節の音楽を 楽しもう	休 み
		ケア マネージャー	看護師	理学療法士	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 ジェネリック 医薬品について	13:30から タオルでできる 体操	健康レク会 (けやきテラス) 13:30～	
			看護師	薬剤師	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。
4月2日から23日は筋肉量測定をしています。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



4月

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
	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
午後 13時 ～ 15時			看護師	看護師	看護師		
			13:30から 健康相談	13:30から	13:30から		
			看護師	理学療法士	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。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