

地域とともに健康をつくりたい

ふじた 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
	30	1	2	3	4	5	6
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ	懐かしい遊 び	百人一首 第21回	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	出張講座の為 お休みします 	休 み
		理学療法士	看護師	看護師	看護師		
午後 13時 ～ 15時		13:30から 懐かしい音楽を 聞こう	13:30から 昭和について	13:30から 100ます計算	13:30から 塗り絵	13:30から 初心者麻雀	
		理学療法士	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時30分
から行います。どなたでも参加することができます（参加は無料！）
- ・ 健康相談は講座のない時間に行っています。生活のこと、健康のこと、
病気のこと、薬のことなどお気軽にご相談ください。

ふじたまちかど保健室

☎ 95-0311





ふじた 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 7	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ	漢字クイズ	足の筋トレ	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	乾燥と健康へ の影響	休 み
		理学療法士	看護師	理学療法士	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時		グリーンカフェ 二村台 14:00～15:00	13:30から 脳トレ	13:30から 薬の飲み方 使い方(お薬の整 理)	13:30から トランプ しましょう	13:30から 1月のカレン ダー を作ろう	
			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時30分
から行います。どなたでも参加することができます（参加は無料！）
- ・ 健康相談は講座のない時間に行っています。生活のこと、健康のこと、
病気のこと、薬のことなどお気軽にご相談ください。

ふじたまちかど保健室

☎ 95-0311

Web





ふじた 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	数独に チャレンジ	昭和について	肩周りの ストレッチ	映画を静かに みる会 (男はつらいよ)	 出張講座の お休みしま す為	休 み
		理学療法士	看護師	理学療法士	看護師		
午後 13時 ～ 15時	休 み	13:30から 算数クロス	13:30から 懐かしい遊び (ミサンガ作 り)	13:30から お薬相談	けやきいきいき 健康体操 (けやきテラス) 13:30～	13:30から 詰将棋 しましょう	休 み
		理学療法士	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時30分
から行います。どなたでも参加することができます（参加は無料！）
- ・ 健康相談は講座のない時間に行っています。生活のこと、健康のこと、
病気のこと、薬のことなどお気軽にご相談ください。

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	木	金	土
	21	22	23	24	25	26	27
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	漢字クイズ	クリスマスの 思い出	花札を やってみよう	2025年を 振り返ろう	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		市民公開講座 14：00から 認知症のケアプラ ン	13：30から 脳トレ	13:30から 薬膳とカレーの おいしい関係（ク ラブ）	13：30から 特殊詐欺の 対策	健康レク会 （けやきテラス） 13：00～	
		ケア マネジャー	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時30分
から行います。どなたでも参加することができます（参加は無料！）
- ・ 健康相談は講座のない時間に行っています。生活のこと、健康のこと、
病気のこと、薬のことなどお気軽にご相談ください。

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	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
休 み	<div></div> <div>年末年始お休み 新しい年もよろしくお願い致します</div> <div></div>					休 み

- ・ 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時30分
から行います。どなたでも参加することができます（参加は無料！）
- ・ 健康相談は講座のない時間に行っています。生活のこと、健康のこと、
病気のこと、薬のことなどお気軽にご相談ください。

ふじたまちかど保健室

☎ 95-0311

