



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

午前 10時 ～ 12時	休 み	 <p>年末年始お休み 新しい年もよろしくお願い致します</p>				休 み
午後 13時 ～ 15時						



- ・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

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
	4	5	6	7	8	9	10
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ	懐かしい遊 び	初心者麻雀	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	輪投げをしょ 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	お 休 み	13:30から 新年の抱負を 考えよう	13:30から 昭和について	13:30から 100ます計算 と足し算数独	13:30から 塗り絵	13:30から ボーリングを やろう	休 み
		看護師	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

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 11	月 12	火 13	水 14	木 15	金 16	土 17
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	成 人 の 日	漢字クイズ	足の筋トレ	間違い探し	輪投げをしよう	13:00より モバイル・買い物支援
			看護師	理学療法士	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時			13:30から 脳トレ	13:30から 薬の飲み方使い方 (手荒れとしもや け)	けやきいきいき 健康体操 (けやきテラス) 13:30～	市民公開講座 14:00から 関節疾患に関して	
			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
18	19	20	21	22	23	24
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	懐かしい遊び	お薬相談	詰将棋	「アレ」の写 真
		理学療法士	看護師	薬剤師	看護師	看護師
午後 13時 ～ 15時	休 み	 出張講座の ため お休み します	13：30から 肩周りの ストレッチ	13：30から 昭和レトロ ～食卓編～	13：30から 映画を話して 見る会	健康レク会 (けやきテラス) 13：00～
			理学療法士	看護師	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
	25	26	27	28	29	30	31
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	昭和について	認知症について	源平合戦を知る	今年の目標を 考えよう	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		市民公開講座 グリーンカフェ 二村台 14:00～15:00	13:30から 漢字クイズ	13:30から 薬膳とカレーの おいしい関係（クー ブ）	13:30から 昭和初期	寒さと血液の 話	
			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

