



ふじた まちかど保健室カレンダー

地域とともに健康をつくりたい

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
	1	2	3	4	5	6	7
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	漢字クイズ	腰痛予防	健康マージャン けやきテラス 集会所 10：15～	幸福ですか？	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		13：30から 間違い探し	13：30から 脳トレ	13：30から 100ます計算 と足し算数独	13:30から 穴あき しりとり	13:30から 輪投げを しよう	
		理学療法士	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	月	火	水	木	金	土
	8	9	10	11	12	13	14
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ	懐かしい遊 び	建 国 記 念 日	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	百人一首 第22回	休 み
		理学療法士	看護師		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 モルックを やってみよう 看護師		市民公開講座 14:00から 関節疾患に関して 理学療法士	出張講座の為 お休みします	

- ・ 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 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ 理学療法士	漢字クイズ 看護師	足の筋トレ 理学療法士	般若心経の話 看護師	出張講座の為 お休みします 	13:00～モバイル・買い物支援
午後 13時 ～ 15時		出張講座の為 お休みします 	13:30から 脳トレ 看護師	13:30から 薬の飲み方使い方 (花粉症) 薬剤師	けやきいきいき 健康体操 (けやきテラス) 13:30～ 理学療法士	13:30から ボーリングを やろう 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



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
	22	23	24	25	26	27	28
午前 10時 ～ 12時	休 み	天 皇 誕 生 日	懐かしい遊 び	詰将棋	冬の星座	3・4月の カレンダーを 作ろう	休 み
			看護師	看護師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時			13：30から 脳トレ	13：30から お薬相談	13：30から 肩周りの ストレッチ	健康レク会 (けやきテラス) 13：00～	
			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

