



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
	29	30	31	1	2	3	4
午前 10時 ～ 12時	休	数独に チャレンジ	漢字クイズ	百人一首 第24回	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	薬の飲み方使い方 (セルフメディ ケーションって 何?)	休
		理学療法士	看護師	看護師	看護師	薬剤師	
午後 13時 ～ 15時	み	13:30から 睡眠の話	13:30から 脳トレ	100マス計算	13:30から 転倒予防	13:30から 詰将棋	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13:30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。

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
	5	6	7	8	9	10	11
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	脳トレ	お薬相談	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 フレイル予防	休 み
		理学療法士	看護師	薬剤師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時		13:30から 5・6月の カレンダー	13:30から 漢字クイズ	13:30から 二村山展望台に 登ろう	13:30から 入浴剤を作ろ う	13:30から あたまおしり問題	
		看護師	看護師	看護師	薬剤師	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。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。

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




毎月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	数独に チャレンジ	脳トレ	初心者麻雀	ブラックジャック をやってみよう	出張講座の為 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		
		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	13:30から 間違い探し	けやきいきいき 健康体操 (けやきテラス) 13:30～	13:30から 腰痛予防	
			看護師	理学療法士	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。

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
	19	20	21	22	23	24	25
午前 10時 ～ 12時	お 休 み	数独に チャレンジ	脳トレ	足のストレッ チ	薬膳とカレーの おいしい関係リターンズ (ペッパー)	自分でできる 健康チェック	休 み
		理学療法士	看護師	理学療法士	薬剤師	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 漢字の書き順 クイズ	 都合により お休みします	13:30から 塗り絵	健康レク会 (けやきテラス) 13:00～	
	理学療法士	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。

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
	26	27	28	29	30	1	2
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	脳トレ	昭 和 の 日	平家物語 第1回		休 み
午後 13時 ～ 15時		理学療法士	看護師		13:30から フレイルチェッ ク		
		グリーンカフェ 二村台 14:00～15:00	13:30から 昭和について		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。

ふじたまちかど保健室

☎ 95-0311 Web

