



6月  
7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



**期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	数独に チャレンジ	脳トレ	腰痛予防	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	百人一首 第27回	休
		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	み	花札を やってみよう	折り紙	100マス計算	転倒予防	人生会議	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	インディアンポーカーをしてみよう	脳トレ	足のストレッチ	こころとからだの健康体操 (けやきテラス) 10:15～	平家物語 第3回	休
		看護師	看護師	理学療法士	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	み	紙コップで作るカゴ	ちぎり絵	お薬相談	塗り絵	夏の星座	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
	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	肩周囲の ストレッチ	入浴剤を 作ろう	出張講座の為 お休みします お休みします お休みします	休 み
		理学療法士	看護師	理学療法士	薬剤師		
午後 13時 ～ 15時	休 み	出張講座の為 お休みします お休みします	トランプで 遊ぼう	出張講座の為 お休みします 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～	詰将棋を してみよう	み
			看護師		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	海 の 日	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 高血圧と合併症	筋トレ	旅行に行ったつ もりになろう	夏の壁飾り	休 み
午後 13時 ～ 15時			看護師	理学療法士	看護師	看護師	
			脳トレ	薬の飲み方使い 方（あせも）	古今東西 ゲーム	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13：30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
	26	27	28	29	30	31	1
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	脳トレ	泡のひみつ (洗剤の上手な使 い分け)	人生を語ろう！ はじめての仁義の 口上づくり	初心者麻雀	休 み
午後 13時 ～ 15時		理学療法士	看護師	薬剤師	看護師	看護師	
		グリーンカフェ 二村台  14:00～15:00	出張 講 座 の 為 お 休 み し ま す	変形性股関節 症について	座ってやる フリースロー ゲーム	懐かしい 洋楽を聞こう	
				理学療法士	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

