11月 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	数独に チャレンジ	文化の日	100マス計算	健康マージャン けやきテラス 集会所 10：15～	もみの木を 一緒に作ろう （工作）①	休
		理学療法士		薬剤師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	み	懐かしい 音楽を聴こう		市民公開講座 14:00～ ひまわり体操 腰痛 痛みを和らげ、自立した生活を送り続けるためのヒント	薬膳とカレーの おいしい関係 ﾘﾀｰﾝｽﾞ	保湿剤と手の マッサージ	み
		理学療法士		理学療法士	薬剤師	薬剤師	

- 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

11月 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
	8	9	10	11	12	13	14
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ 理学療法士	転倒予防 理学療法士	夏バテを残さ ない体づくり 看護師	こころとからだの 健康体操 （けやきテラス） 10：15～ 理学療法士	みんなで人生に ついて語ろう 看護師	休 み
午後 13時 ～ 15時		グリーンカフェ 二村台 14:00～15:00	ブラック ジャックを してみよう 看護師	百人一首 看護師	塗り絵 理学療法士	オセロ 作業療法士	

- 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

11月

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
	15	16	17	18	19	20	21
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	詰将棋	腰痛予防	認知症の 世界	 出張講座のため お休みします	休 み
		理学療法士	看護師	理学療法士	看護師		
午後 13時 ～ 15時		間違い探し	漢字クイズ	泡のひみつ	けやきいきいき 健康体操 （けやきテラス） 13：30～	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13:30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）！

11月16日から27日まで骨密度測定を行います。講座のない時間、1日2～3名予約制とさせていただきます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

ふじたまちかど保健室
☎ 95-0311　Web



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
	22	23	24	25	26	27	28
午前 10時～12時	休み	勤労感謝の日	もみの木を一緒に作ろう（工作）②	足のストレッチ	口腔体操・早口言葉	平家物語	休み
			看護師	理学療法士	作業療法士	看護師	
午後 13時～15時			介護が必要になったら	お薬相談	ストローつかみゲーム	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）！

11月16日から27日まで骨密度測定を行います。講座のない時間、1日2～3名予約制とさせていただきます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

ふじたまちかど保健室
☎ 95-0311　Web



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
	29	30	1	2	3	4	5
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ					休 み
		理学療法士					
午後 13時 ～ 15時		懐かしい 音楽を聴こう					
		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