



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	1	2	3	4	5
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	脳トレ	薬の飲み方 使い方 (貼り薬)	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	おくすり相談 (予約優先)	休 み
		理学療法士	看護師	薬剤師	看護師	薬剤師	
午後 13時 ～ 15時		13:30から 健康相談	13:30から 健康相談	13:30から 腰痛予防	13:30から 塗り絵	13:30から 百人一首 第8回	
		理学療法士	看護師	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





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		金	土
	6	7	8	9	10	11	12
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	歩き方講座	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 薬の飲み方 使い方(飲み薬)	お都 休合 みに しよ まり す 	カボチャ バスケット (折り紙)	休 み
午後 13時 ～ 15時		理学療法士	理学療法士	薬剤師		13:30から 詰将棋を してみよう	
		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13:30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)！10月7日から31日まで**骨密度測定**を行います。あらかじめ**健康相談の日**に予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合がございます。また、相談に応じている場合などお待ちいただく場合がございます。ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

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

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
	13	14	15	16	17	18	19
午前 10時 ～ 12時	休 み	ス ポ ー ツ の 日	都合により お休みします 	血液検査の 結果を 見てみよう 看護師	健康相談 看護師	都合により お休みします 	1 3 時 か ら モ バ イ ル ・ 買 い 物 支 援
午後 13時 ～ 15時			13:30から 脳トレ 看護師	都合により 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～ 理学療法士	13:30から 生活習慣病に ついて 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)！10月7日から31日まで**骨密度測定**を行います。あらかじめ**健康相談の日**に予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただく場合がございます。ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

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
	20	21	22	23	24	25	26
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	漢字クイズ	100ます計算	漢字の 書き順知って いますか	肺炎とは どんな病気	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	み	都合により お休みします 	13:30から 健康相談	13:30から 健康相談	市民公開講座 14:00 ひまわり体操 糖尿病の 合併症	健康レク会 (けやきテラス) 13:30～	み
			看護師	理学療法士	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13:30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)！10月7日から31日まで**骨密度測定**を行います。あらかじめ**健康診断の日**に予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただく場合がございます。ご理解。ご協力くださいますようお願いいたします。

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
	27	28	29	30	31	1	2
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	防災について	Chat GPTに 相談しましょう	薬膳とカレーの 美味しい関係 (クローブとクミン)		休 み
		理学療法士	看護師	看護師	薬剤師		
午後 13時 ～ 15時		グリーンカフェ ウォーキング 二村台 (けやきテラス) 14:00～15:00	13:00から 健康相談	13:30から 立ち上がり 動作	13:30から インフルエンザ ワクチンについ て		
			健康相談	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)！10月7日から31日まで**骨密度測定**を行います。あらかじめ**健康相談の日**に予約をしていただきますようお願いいたします。予約なく当日お越しになると測定をお断りする場合があります。また、相談に応じている場合などお待ちいただく場合がございます。ご理解・ご協力をお願いいたします。

ふじたまちかど
保健室

☎ 95-0311

We

