



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)	初心者麻雀	休 み
		理学療法士	看護師	看護師	薬剤師	看護師	
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	13:30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	13:30から 旅行に行ったつ もりになるう	
			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)！

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	
	3	4	5	6	7	8	
午前 10時 ～ 12時	文化 の 日	振 替 休 日	脳トレ	おくすり相談 (予約優先)	健康マージャン けやきテラス 集会所 10:15～	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 閉塞性肺疾患 の特徴	休 み
午後 13時 ～ 15時			看護師	薬剤師	看護師	看護師	
			13:00から 懐かしい遊び	13:30から 百人一首 第9回	13:30から 腰痛予防体操	都合により お休みします	
			看護師	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



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
	10	11	12	13	14	15	16
午前 10時 ～ 12時	休	市民公開講座 10:00 ひまわり体操 フレイル について	昭和クイズ	転倒予防	こころとからだの 健康体操 (けやきテラス) 10:15～	都合により お休みします 	休
		理学療法士	看護師	理学療法士	看護師		
午後 13時 ～ 15時	み	都合により お休みします 	13:00から 漢字クイズ	13:30から 薬の飲み方 使い方 (お通じの薬)	13:30から 歩行車・杖 の種類	13:30から 昭和レトロ	み
			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
	17	18	19	20	21	22	23
午前 10時 ～ 12時	休	数独に チャレンジ	脳トレ	生きがい について	生活の中で 注意する 高血圧の話	詰将棋を してみよう	休 み
		理学療法士	看護師	看護師	看護師	看護師	
午後 13時 ～ 15時	み	13:30から 介護の相談	13:30から 懐かしい遊び	13:30から 漢字の書き順 知っています か？	けやきいきいき 健康体操 13:30～ (けやきテラス)	健康レク会 13:30～ (けやきテラス)	
		ケア マネージャー	看護師	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

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
	24	25	26	27	28	29	30
午前 10時 ～ 12時	休 み	数独に チャレンジ	昭和クイズ	血圧測定会	薬膳とカレーの 美味しい関係	AIって何？	休 み
		理学療法士	看護師	看護師	薬剤師	看護師	
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 漢字クイズ	13:30から 100ます計算	13:30から 肩・体幹の ストレッチ	13:00から お風呂の話	
			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

