



# 7月 暮らしの保健室・二子玉川

～ ゆっくりはじめよう、スマホで遊ぼう～

梅雨の合間から蒸し暑い夏がやってきました。  
お元気でおすごしですか？  
新型コロナの第二波に備えて健康相談のほか、  
スマートホンの操作サポートも行っています。  
お気軽に遊びにいらしてください。



前半◎は、健康イベント。後半★は スマホで遊ぼう～になります

【会 場】二子玉川ライズプラザモールのロイヤル入居相談室前

【参加費】無料

- ・ 申し込み不要・飲料、スマホ持参、どなたでもご参加ください。
- ・ 体温が**37.5度以上の方**はご遠慮いただきます。
- ・ マスク着用し、動きやすい服装でご参加ください。  
(参加者が多い場合は、密集を避けるために入場制限を行う可能性があります)

7月7日  
(火)

14～16時

◎言葉が出づらい!? 言語聴覚士と発声しましょう

★スマホ： ラインで気持ちを表すスタンプ送ろう

言語聴覚士：川島 正史「言語聴覚についてご要望頂きありがとうございます」

7月14日  
(火)

10～12時

◎リハビリの先生（理学療法士）と体操しましょう

★スマホ： ダンスアプリを使って踊ってみよう

理学療法士：三谷 健「6月から引き続き、一緒に身体動かしていきましょう」

7月21日  
(火)

10～12時

◎検査結果の見方、看護師に聴いてみましょう

★スマホ： 夏バテ予防のお料理写真を撮ってシェアしよう

看護師：寺田 敦子「ご自身の血液検査結果やお薬手帳などお持ちください」  
管理栄養士：倉橋 道代「皆様の夏バテ予防レシピ楽しみにしています」



お問合せ・主催：ふくろうクリニック等々力（担当 黒谷） TEL 03-5758-3270  
後援：社会福祉法人大三島育徳会 二子玉川あんしんすこやかセンター