

11月

暮らしの保健室 二子玉川

～ スマホを触れて・楽しもう～

肌寒い日と暑い日の繰り返しが続く
中、冬の足音も徐々に近づいて参りました。
イベント参加して、寒さに負けない
身体に備えましょう！

前半◎→健康イベント 後半★→スマホや動画で楽しもう！
健康相談やスマホ相談はイベント終了後に行います☆

【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)

11月10日
(火)

14～16時

◎管理栄養士による「血管と塩分の密な関係」

★スマホ：オンライン体操教室

プログラム担当:管理栄養士/倉橋 道代(ふくろうクリニック等々力)

11月24日
(火)

14～16時

◎リハビリの先生(理学療法士)と体操しましょう

★スマホ：「せたがや高齢・介護応援アプリ」をダウンロード！

プログラム担当:理学療法士/三谷 健(ふくろうクリニック等々力)

11月は祝日の都合で月2回の開催となります。



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
協力：医療法人社団晴英会 Lo.Co.訪問看護
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

暮らしの保健室in二子玉川
LINE公式アカウント登録
はこちら↓



QRコードを読み込めば、友達登録できます！

※LINEがダウンロードされていない方々は別途
ダウンロードが必要です。