

4月

## 暮らしの保健室 in 二子玉川

桜も見ごろを迎え、外出も楽しい季節となりました。  
暮らしの保健室は、健康に関することや、  
最近ちょっと気になることなど、  
ざっくばらんに話していただける場所です。  
皆さまのご参加をお待ちしております。  
毎月第1・第2・第4火曜日に開催しています。

【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。**
- ・ マスクを着用し、動きやすい服装でご参加ください。
- ・ 密集を避けるため、少人数での開催といたします。  
ご参加ご希望の方はご連絡ください。

4月4日  
(火)  
14～16時

「新年度スタート！防災について考えよう！

後半は リズム体操！リハビリテーションとは人生を楽しむことだ！  
プログラム担当:理学療法士/三原 春奈・作業療法士/渡邊 智  
介護老人保健施設 玉川すばる

4月11日  
(火)  
14～16時

「健康のためには足も大事② ～ふくらはぎにおきる病気について～

プログラム担当:看護師/吉川 絵葉  
グッド訪問看護ステーション

4月25日  
(火)  
14～16時

「季節の変わり目の体調不良に備えて。椅子に座ったままのヨガで  
リフレッシュ」

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



暮らしの保健室  
in 二子玉川の  
LINEの公式アカウント  
登録はコチラから⇒



各回ともプログラム終了後  
に、医療や暮らしに関する  
事やスマホの操作の相談な  
どもお受けします！  
お気軽にお声かけください。

共催：医療法人社団創福会 ふくろうクリニック等々力  
株式会社グッドパートナーズ グッド訪問看護ステーション  
医療法人社団白寿会 介護老人保健施設 玉川すばる

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 03-5797-5516

協力：東京ロイヤル株式会社 ロイヤル入居相談室