



# 暮らしの保健室 in 二子玉川

「暑さ寒さも彼岸まで」というように、秋分の日を過ぎると急に秋を感じるこの頃です。暑さから解放され、「ホッ」としますが、季節の変わり目は体調管理に気を付けましょう。お身体のこと、携帯の使い方のこと、ちょっと気になることなどありましたら、一緒にお話ししませんか。お気軽にお立ち寄りください。

【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。**
- ・ マスクをご持参ください。また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。

10月3日

(火)

14～16時

「集中力を高めて、認知機能を活性化！」

後半は、リズム体操でのびのび身体を動かしましょう！」

プログラム担当:理学療法士/三原 春奈  
介護老人保健施設 玉川すばる

10月10日

(火)

14～16時

「食欲の秋 ～知って得する秋の雑学～」

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

10月24日

(火)

14～16時

「栄養と健康についてのお話 後半は、歌いながら口腔機能訓練♪」

プログラム担当:管理栄養士/倉橋 道代・音楽療法士/日丸 真  
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