

暮らしの保健室 in 二子玉川



今年もあと1か月となりました。街の様子も師走の賑わいを感じます。寒さも一段と厳しくなってきますので、皆さま体調管理には十分お気をつけてお過ごしください。

12月の暮らしの保健室は12月7日、12月14日のみの開催になります。ご参加お待ちしております。

【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。
- ・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あらかじめご連絡ください。

12月7日
(火)
14～16時

「脳について知ろう～脳内の役割分担～」

リズム体操&リズムストレッチもやります！

プログラム担当:理学療法士/三原 春奈 他 (玉川すばる)

12月14日
(火)
14～16時

「MerryXmas♪リズムに合わせて体操しよう♪」

～リズムに合わせた場合の体操のコツをお伝えします～

プログラム担当:理学療法士/江口 みずぶ (グッド訪問看護ステーション)

！！各回ともイベント終了後に健康相談やスマホ相談も行います！！



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

協力：東京ロイヤル株式会社 ロイヤル入居相談室

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 (03-5797-5516)

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。