



暮らしの保健室 in 二子玉川

令和4年最初の暮らしの保健室in二子玉川は1月11日からのスタートです。新しい年も素晴らしい一年になりますように。皆様にお会いできるのを楽しみにしております。

【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。

1月11日

(火)

14～16時

「謹賀新年！

新年の動きはじめは～リズム体操で体をあたためよう」

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)

1月25日

(火)

14～16時

「腸！イキイキヨガ！新年もからだを整えて健やかに過ごしましょう」

～後半は歌い初め！音楽プログラムもあります～

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)

！！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)