



暮らしの保健室

in 二子玉川

桜の美しい季節になりました。昔、桜は「穀物の神が宿る神聖な樹木」として扱われ、桜が咲くことが、農作業を開始する合図とされていたそうです。現代でも、桜を見上げると新しいことにチャレンジしようかな、なんて気分になります。みなさまはいかがですか？今月も暮らしの保健室でお待ちしています。

【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。

4月5日
(火)
14～16時

「春の不調はなぜ起こる～？」

後半はリズム体操で身体すっきり！

プログラム担当:理学療法士/三原 春奈・芳賀 遼太(玉川すばる)

4月12日
(火)
14～16時

「理学療法士が話す健康講和」

プログラム担当:作業療法士/岡部 真理子・理学療法士/庄司 航
(グッド訪問看護ステーション)

4月26日
(火)
14～16時

春の「なんとなく不調」を解消するヨガ

後半は音楽プログラムです。音楽で春を愛でましょう。

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)

各回ともプログラム終了後に健康相談やスマホ相談も行います！！
「世田谷いきいき体操」の動画のご紹介もします。スマホで再生してみましょう★



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。