



暮らしの保健室 in 二子玉川

連日の厳しい暑さですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

部屋の温度を適度に保ち、水分をしっかりと取り、無理のない活動をしていきましょう。

【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。

8月5日
(火)
14～15時

『夏を楽しもう！行ったつもりでご当地クイズ！』

リズム体操もあります★

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

8月12日
(火)
14～15時

『夏バテをしない身体づくり』

プログラム担当：理学療法士/田邊美奈子
グッド訪問看護ステーション

8月26日
(火)
14～15時

『夏を歌いましょう♪ 歌に合わせてタオル体操もします』

プログラム担当：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。

主催：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