



暮らしの保健室 in 二子玉川

三寒四温の言葉の通り、暖かい日もあれば、真冬のように寒い日もありますが、でも、確実に春が近づいていることを感じるこの頃です。皆さまはいくつ春を見つけましたか？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。

3月5日
(火)
14～16時

「集中力を高めて認知機能低下を予防しよう～後半はリズム体操～」

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

3月12日
(火)
14～16時

「しなやかな血管のために～血管年齢を若くするためのポイント～」

プログラム担当：看護師/吉川 絵葉・鈴木 甲斐
グッド訪問看護ステーション

3月26日
(火)
14～16時

「季節の変わり目に気を付けたい健康と栄養のお話

～後半は音楽療法で気分転換～」

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。

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