



健康講座のご案内



《健康講座スケジュール》

① 8月 8日（火） 健康体操と小話

13:30～14:15 社会福祉士 天間 淳平先生

② 8月23日（水） 骨盤運動のトレーニング

13:30～14:15 理学療法士 枅澤 歩先生

③ 8月30日（水） 在宅医療って何だろう

13:30～14:15 ～おうちでできること・できないこと～

岡部医院仙台 地域連携室 深沢 和輝先生



参加される方へのお願い

【参加者】 コロナワクチン4回以上接種された方で10名ほど
人数に制限があるので参加希望の方はお声掛けください。

《注意事項》 *①～③の方は参加できません

- ① 1週間以内に発熱や咳・咽頭痛など呼吸器症状のあった方
- ② 1週間以内に味覚・嗅覚障害、嘔吐・下痢などの消化器症状のあった方
- ③ 保健所の健康観察対象者・対象者に接触した方
- ④ お名前と連絡先の記載をお願いします
- ⑤ 参加の方は不織布マスク着用のご協力をお願いします
- ⑥ 入退室時やマスクに触れた後には手指消毒をお願いします
- ⑦ 原則、飲食はできませんが水分補給は可能です
- ⑧ 新型コロナウイルス感染症が広がり安全が確保できないと判断した場合は急遽、中止する可能性があります。
当日の開催の有無を「ささえて」まで電話でお問合わせください。

お問い合わせ



SASAETE
ささえて

電話：代表

022-227-2211

(内線3005)

仙台市青葉区国分町2丁目3番2号（広瀬通り側エトスビル1階）

火曜・水曜・木曜 9:30～16:30