

東京足立病院・地域包括支援センター保木間共催

みんなの保健室

○開催日：毎月第2・4 月曜日 10時～12時

○場所：東京足立病院北棟1階 オープンスペース（レントゲン室前）

○主催：足立区地域包括支援センター保木間（03-3859-3965）

※事前申し込みなし、無料

東京足立病院のオープンスペースにて『みんなの保健室』を開催する事になりました。健康づくりや介護・健康相談そして、耳寄りな情報など楽しい企画を考えています。地域の皆様と一緒に盛り上げて行きたいと思っていますので、是非お立ち寄り下さい。職員一同お待ちしております。

12月9日（月）

血行を良くして
免疫力アップ

頭皮・手指のマッサージ
風邪予防について

12月23日（月）

足湯体験

実際に足湯を体験して
体を温めよう。
賢いお風呂の入りを
学ぶ

1月13日（月）

お休みです

1月27日（月）

リラクゼーション

良い睡眠をとる秘訣
肩こり撃退

お問い合わせ：

足立区地域包括支援センター保木間（03-3859-3965）