

毎月開催!

Vol.1 歌う♪お口の健康塾「健康はお口から」

主催 大角医院

本日の健康案内人

認定音楽療法士

介護福祉士

大城由起

管理栄養士

古畑 菫子

綿貫 友美

介護支援専門員

精神保健福祉士

小林 美央

～協力スタッフ～

医師

看護師

管理栄養士

理学療法士

介護福祉士

精神保健福祉士

作業療法士

言語聴覚士

歯科衛生士

認定音楽療法士

鍼灸師

柔道整復師

お集りいただいた皆様のバイタルサインチェック(血圧、体温、体重測定)のほか、食事の様子や飲み込みの様子をお尋ねし、ご相談にのります。

第1部では、**健康促進のための、全身のストレッチとお口の体操**をご紹介します！実際に運動をしながら、呼吸法や歌唱活動を行います。

第2部の**今日の健康メッセージ**では当院の管理栄養士からのお話です。

ぜひ、大切なご家族やお友達と一緒に、健康についてのお話や心地よい運動を体験してみましょ。

今日の健康は、新しい明日に向かっての希望となります。

日時：2020年1月18日 土曜日 午後2時～

午後1時半 受付 (大角医院 2階 通所リハビリ室)

午後2時 第1部:全身のストレッチと歌う健康法

健康案内人/介護福祉士・認定音楽療法士 大城由起

～休憩～水分補給(こちらで麦茶をご用意します)

午後3時 第2部:今日の健康メッセージ

『食事と運動について』

健康案内人/管理栄養士 古畑 菫子
綿貫 友美

☕コミュニティタイム ☕

(おやつとお茶をご用意します)

心身ともに健康な生活を送ることに不自由されている方、お悩みのある方、大角医院のスタッフや本日ご参加の地域の方々にお話ししてみませんか？

午後3時30分 閉演

参加費 200円※当日の受付にて集金させていただきます。

当日は、動きやすい服装でお越しください。上履きの必要はございません。お申し込みは先着順となります。受付に置いてございます**申込書**にご記入のもと、**所定のポスト**にお入れください。faxでのお申し込みも可能です。

■お問い合わせ先■

居宅介護支援センター 03-3928-6825 (担当 小林)

通所リハビリテーション 03-3920-3215 (担当 大城)

お電話頂きました際、担当者にすぐにつながらない場合がございます。ご了承ください。

お名前と連絡先をメッセージにお残し下さい。こちらからおかけ直しさせていただきます。

申込書

