

いざという時にあせらず使える知識

第3回

災害時にも役立つ 健康づくり講座

参加無料

テーマ

「いざという時、自分も周りも守れる！
体験して学ぶ健康づくり」

3.15 土

13:00～15:30

ウィングベイ小樽1階
済生会ヴィレッジ

周るほど商品増える！
お楽しみスタンプラリー
3カ所以上で
1品プレゼント！



体験コーナー

(理学療法士+ヨガ)

① 体力もつく美姿勢運動講座

開催時間

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

(言語聴覚士+歯科衛生士)

② 口腔ケアと顔の体操で肺炎予防

開催時間

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

(薬剤師)

③ 薬の管理はどうしていますか？

開催時間

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

(作業療法士+福祉用具)

④ いざという時にも便利な
福祉用具の使い方

(社会福祉士+包括支援センター)

⑤ 防災クイズコーナー

(美育おたる)

⑥ 心に癒やしの一輪花
(先着50名にお花を差し上げます)

※講座の様子を撮影し小樽市への事業報告に使用させていただきますことをご了承下さい。

裏面のお申し込み用紙の内容で

メールまたはFAX、電話にてお申込みください

FAX 0134-64-5948

メール info@angel-florets.com

問合せ

Be助っ人おたる事務局

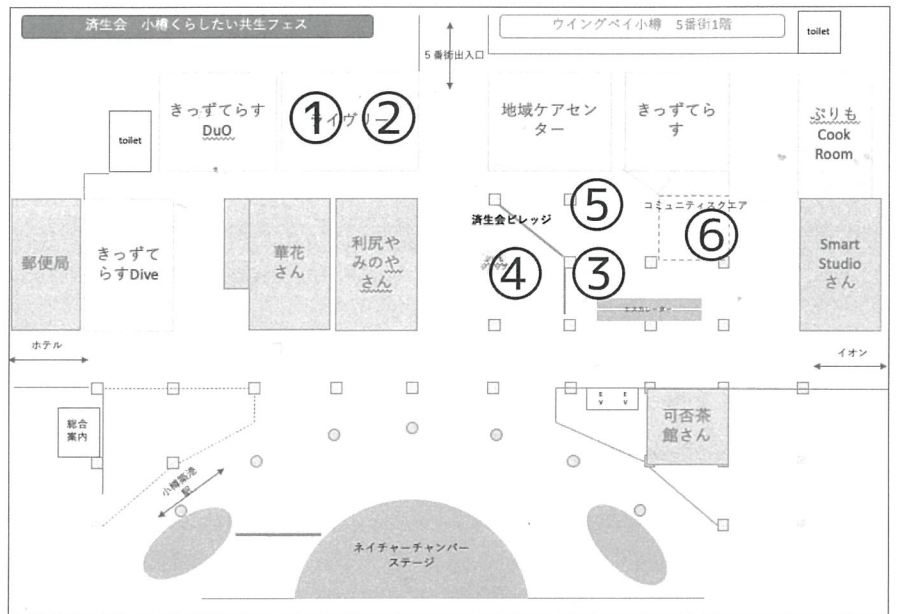
〒047-0034小樽市緑2丁目28-22

有限会社はびりす内

電話 090-1306-3778

【会場案内図】

- ①体力もつく美姿勢運動講座
- ②口腔ケアと顔の体操で肺炎予防
- ③薬の管理はどうしていますか？
- ④いざという時にも便利な
福祉用具の使い方
- ⑤防災クイズコーナー
- ⑥心に癒やしの一輪花



災害時にも役立つ健康作り講座申込み用紙

氏名

下記コーナーにつきましては希望の時間帯に○をしてください。

(各回定員10名)

体力もつく美姿勢運動講座

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

口腔ケアと顔の体操で肺炎予防

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

薬の管理はどうしていますか？

13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

※記載いただいた個人情報はこのイベント以外には使用しません

0134-64-5948

