介護老人保健施設 葵の園・柳生

地域まるごと健康教室 開催のご案内

世代を問わず健康づくりのために、**お茶会をしながら楽しく体を動かす**「健康教室」を開催します。
施設見学も含め、地域の皆さまが気軽に交流できる時間です。どうぞお気軽にご参加ください！



開催日時	**2026年11月29日（日）** **10:00〜11:30** （受付開始 9:30〜）	**会　場**	介護老人保健施設 葵の園・柳生 無料駐車場完備
対　象	年齢問わずどなたでも ご参加いただけます	**参加費等**	参加費：**無料** 定員：**50名**（先着順）

プログラム内容　10：00-11：30

① 施設見学ツアー　10:00-10:30

施設内の設備をご覧いただき、実際のケア・リハを体感していただけます。

② お茶会＆健康づくり講話　10:30-11:25

リラックスしたお茶会の雰囲気の中で、専門職よる健康づくりの講話をお届けします。

専門職による健康づくり講話ラインナップ

- **看護師**：感染症予防について
- **介護福祉士**：入浴時のヒートショック対策
- **リハビリ**：手足のおすすめ体操
- **管理栄養士**：冬のビタミンDと食事のコツ

体験・相談ブース（自由に回れます）

マシン体験	試食ブース	介護相談	福祉用具展示
リハビリ機器・体力測定	栄養補助食品の試食	健康や介護の不安相談	歩行器などの展示体験

お申込み・お問い合わせ

・**お電話からのお申込み（受付時間：平日：9：00〜17：00）**

022-381-8668（担当：地域交流・広報委員）

・**ORコードからのお申込み**

スマートフォンで下記QRコードを読み取り、フォームに入力ください。（目安3分）

主催・お問合せ先：医療法人社団 葵会 介護老人保健施設 葵の園・柳生

ご提供いただいた個人情報は、本教室の運営管理時のみに使用いたします。