

12月

参加費無料♪ 予約不要♪ 出入り自由♪

相模原市チームオレンジサポートセンター まちのオレンジ保健室



12.12 (金) 13:00-15:00

認知症のこと、介護や医療のこと、ちょっとした不安や気になること… 誰かと話したい、相談したい、そんな時に、気軽に立ち寄れる「まちの保健室」です。

毎回、介護・福祉・医療の専門家をゲストにお招きして、気軽に相談したり、おしゃべりできる時間をご用意しています。どなたでも、お気軽にどうぞ！

プログラム

13:00～13:30

ゲスト ミニ講話

テーマ：冬の健康相談

～ご自宅で出来るセルフケア～

13:30～15:00

無料マッサージ体験

and 個別相談あり

ゲスト

フレアス在宅マッサージ様

お問合せ

相模原市チームオレンジサポートセンター

☎042-703-7131 ✉ t-orange.sagamihara@link-npo.com

【アクセス】

〒252-0216 相模原市中央区清新5-3-1

■JR横浜線 相模原駅から

神奈川中央交通バス『相3 1 峡の原車庫』行
『清新小学校前』下車徒歩3分

■JR相模線 南橋本駅から 徒歩12分



11月

相模原市チームオレンジサポートセンター まちのオレンジ保健室



11.28 (金) 14:00-15:30

認知症のこと、介護や医療のこと、ちょっとした不安や気になること…誰かと話したい、相談したい、そんな時に、気軽に立ち寄れる「まちの保健室」です。

毎回、介護・福祉・医療の専門家をゲストにお招きして、気軽に相談したり、おしゃべりできる時間をご用意しています。どなたでも、お気軽にどうぞ！

プログラム

14:00～14:30 ゲスト ミニ講話
テーマ：「寒さに負けない！」

～冬の健康を守るコツ～

14:30～15:30 なんでも相談

ゲスト

チームオレンジサポートセンター
保健師

中野 瑞

ご参加お申込み・お問合せ

相模原市チームオレンジサポートセンター

☎042-703-7131 ✉ t-orange.sagamiyara@link-npo.com

【アクセス】

〒252-0216 相模原市中央区清新5-3-1

■JR横浜線 相模原駅から

神奈川中央交通バス『相31 峡の原車庫』行
『清新小学校前』下車徒歩3分

■JR相模線 南橋本駅から 徒歩12分

