

青葉 みんなの保健室

青い鳥



～100歳になっても元気な
筋肉づくりを目指そう～

今月のテーマ

肥満予防の目安となる体組成測定で
自分の体脂肪率や筋肉量を知りましょう！

開催日：2018年 12月 17日（月）
2019年 1月 21日（月）
2019年 2月 18日（月）
毎月第3月曜日



時 間：14：00～16：00
場 所：リーフエスコートあざみ野内
住 所：あざみ野 2-14-7

お問い合わせ先
青葉区在宅医療連携拠点
電話：910-3120
平日 9時～17時
Mail：kyoten@aobakumc.or.jp





場 所：リーフエスコートあざみ野内
住 所：あざみ野2-14-7

お知らせ

毎週 第2金曜日 14時～

グリーフケアの会 青い鳥

～大切な人を亡くした人の集い～

開催しています。

どなたでも
ご利用できます。
お気軽にお越し
ください



暖かいお茶を飲みながら同じ思いの方々と、少しの時間
一緒に過ごしませんか？

