



主催：株式会社パーソナル・ナース まちの保健室

学校の保健室のように看護師がいて相談ができる場です

まちの保健室



2024年7月

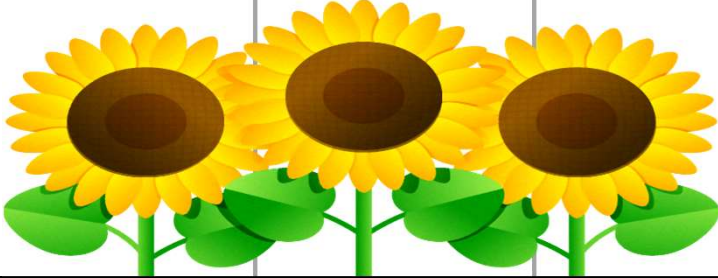
日	月	火	水	木	金	土
	1 13:30~16:30 フット・ハンドケア	2 14~15時 椅子ヨガ	3 10:30~12 腸活講座② 13~16時 気功整体	4 午前 レンタルスペース	5 午前 レンタルスペース	6
7	8	9 10~12時 体験マッサージ 14~15時 体操教室	10	11 午前 レンタルスペース	12 午前 レンタルスペース 13~15時 ナース相談会	13
14	15 海の日	16 14~15時 体操教室	17 13~16時 気功整体	18 午前 レンタルスペース 13~14時 うたの会	19 午前 レンタルスペース 14:00~15:00 終活セミナー	20
21	22	23 10~12時 体験マッサージ 14~15時 体操教室	24 10~12時 よろず相談会 13:30~15時 まちカフェ	25 午前 レンタルスペース 13:30~15時 スマホ教室/ パソコン教室	26 午前 レンタルスペース	27
28	29	30 14~15時 体操教室	31			

営業日時：月~金(定休日:土日祝) 9~16時 場所：横浜市青葉区すすき野 3-7-12

看護師個別相談(要予約)・各種イベント申込・問合せ ☎ 070-1362-8570

2024年8月

まちの保健室

日	月	火	水	木	金	土
				1 午前 レンタルスペース	2 午前 レンタルスペース	3
4	5 10~12時 ナース相談会	6 10~12時 体験マッサージ	7 10:30~12 口腔ケア①	8 午前 レンタルスペース	9 午前 レンタルスペース	10
	13:30~16:30 フット・ハンドケア	14~15時 椅子ヨガ	13~16時 気功整体			
11	12 振替休日	13 14~15時 体操教室	14	15 午前 レンタルスペース 13~14時 うたの会	16	17
18	19 13:30~16:30 フット・ハンドケア	20 10~12時 体験マッサージ	21 10~12時 よろず相談会	22 午前 レンタルスペース	23 午前 レンタルスペース	24
		14~15時 体操教室	13~16時 気功整体	13:30~15時 スマホ教室/ パソコン教室		
25	26 14:00~15:00 遺言セミナー	27 14~15時 体操教室	28 10~12時 よろずセミナー	29 午前 レンタルスペース	30 午前 レンタルスペース	31
			13:30~15時 まちカフェ			

「一人暮らしで、この先の生活が心配」「家族の介護どうしたらいいの？」身体のことから老後の生活まで専門家とお話ができ、個別相談随時受け付けております。

お気軽にお問合せください。

得意！好き！をこの街で活かしませんか？

「まちの保健室」ボランティア募集！

資格不要、得意な分野をお知らせください！

例) お掃除が得意！お話を聞くのが得意！園芸が得意！

資料作成が得意！営業が得意！チラシ作成できるよ！等々

看護師や保健師の方も大歓迎！資格を地域で活かして下さい！

相談業務・血圧測定・血中酸素飽和濃度測定・爪切り情報管理等々

活動日時や時間帯は応相談。



ナーズの家・まちの保健室 すずき野地図★印の場所です
住所：横浜市青葉区すずき野 3-7-12