

# 「新小文字イキイキ健康体操・健康講座」

## 開催のお知らせ

日時: 2025年9月24日(水) 13:00 開始予定

会場: 当院敷地内 スマイルスタジオ



当院第一駐車場の奥にある建物になります

### ・リハビリテーション科職員による健康体操

- ※体操を行うため、動きやすい服装でお越しください
- ※体操の前にメディカルチェックを行います（血圧、酸素飽和度、脈拍の測定）  
体調により体操への参加をご遠慮いただく場合もございます

### ・健康講座

#### 当院外来看護師による「ACP※1」について

- ※1 アドバンス・ケア・プランニング: 人生会議
- ※健康体操の後、14時ごろの開始を予定しています
- ※机を使用するゲームを行うため、椅子の移動をお願いする場合がございます
- ※講座内容が変更となる場合もございます

**ご注意ください: 8月は開催いたしません、また次回の開催は水曜日です**

最新情報は新小文字病院  
ホームページにも掲載  
しております。



健康体操・健康講座スタッフ一同