

東京労災病院を 知る・楽しむ

ひだまり

健康・楽しみ・交流の場

「通いの場」とは？

年齢や心身の状態等に関わらず、誰でも参加することのできる社会参加や地域交流を目的とした活動を行う場のことです。



病院スタッフ、地域の方々
住民同士など...
みんなで交流しながら楽しめる
アクティビティを企画中！
コーヒーやお茶を
用意してお待ちしています。

年間スケジュール(上半期)

第1部

5/20	いつまでも若々しくいるための健康体操
6/17	自分の体力を知ろう！身体計測
7/15	食事管理で熱中症を予防しよう
8/19	ラクに動かそう！肩まわりの体操
9/16	あなたは何色？自由にペインティング！

**参加
無料**

第2部 レクリエーション ※一部内容が変更する場合があります。



イメージキャラクター
森ヶ崎のくまさん「もりりん」

日時

毎月第3火曜日
15:30~16:30

※途中参加・退室自由

場所

東京労災病院
3階 大会議室

整形外科(12番)前のエレベーターで3階へ。
エレベーター降りて左へ曲がると大会議室です。

申込方法

事前申込不要

当日は直接、会場へお越しください。

持ち物

持ち物不要！身軽にお越しください。
お越しの際は動きやすい服装をおすすめします。

お問合せ

東京労災病院 中央リハビリテーション科
TEL:03-3742-7301