

ひだまり

健康・楽しみ・交流の場

7月号

暑い季節に備えて、熱中症予防の講座、うちわ作りの工作体験を開催します。涼しさと楽しさを持ち帰れる、笑顔あふれるひとときをご一緒に！

第1部

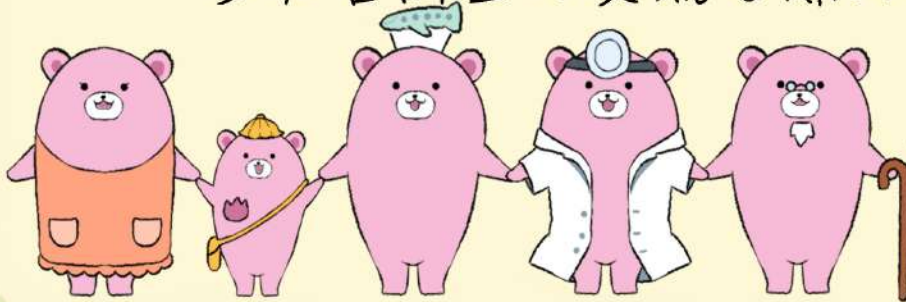
正しい水分補給で熱中症予防

これから暑くなる季節…体に負担をかけずに水分をとるコツを知っていますか？
当院の栄養科の専門スタッフが、正しい水分補給の方法を分かりやすくお話します。

第2部

コロコロビー玉で楽しいうちわづくり！

ビー玉をコロコロ転がしながら、世界にひとつだけのオリジナルうちわを作ってみませんか？
みんなで楽しく手を動かしながら、参加者同士の交流も深めましょう♪



次回開催は…

7/15

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