

# 健康カフェ おれんじのご案内

## 2021年度 開催スケジュール

4月27日(火)

ワクチンのお話

講師 やまだホームケアクリニック  
医師 山田毅

5月25日(火)

きんちゃく作り

講師 堂田 春子さん

6月22日(火)

筆ペンでお絵描き習字

講師 長谷部さん

7月27日(火)

フットケア

講師 やまだホームケアクリニック  
看護師 安藤さん

8月

お休み

9月28日(火)

脳トレ

講師 脳若トレーニング  
高木さん、石田さん

10月26(火)

笑いヨガ  
～身体が笑えば心も笑う～

講師 理学療法士  
染谷明子さん

11月16(火)

季節の押し花で  
しおり作り

講師 やまだホームケアクリニック  
看護師 三輪さん 岩下さん

12月21日(火)

お料理教室 +500円

講師 やまだホームケアクリニック  
管理栄養士 横山さん

1月25日(火)

シニアヨガ

講師 やまだホームケアクリニック  
看護師 市橋祐樹 さん

2月

お休み

3月22日(火)

地域の介護のしくみ

講師 東部山室地域包括支援センター主任介護支援  
専門員 村石さん

※テーマ・講師は変更になることがあります。

健康カフェ  
おれんじ  
とは？

地域のみなさまとともに、「自分らしく 笑顔で いきる」を目指す場所です。からだのこと、ものわすれのこと、いきるということ、終うということ、支え合うということ…。一緒に語り合う場所です。

場所

やまだホームケアクリニック  
富山市高屋敷65番地1

日時

毎月 第4火曜日 14:00~16:00

参加費

1回…500円 (お茶、お菓子つき)

\*イベントによって、追加で材料費がかかるものもあります。



【お問い合わせ】 やまだホームケアクリニック

TEL 076-493-6002