

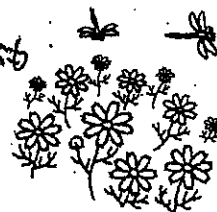
東富岡だより



東富岡支部の地域は、下富、中富、中富南です

連絡先：武田 (04-2942-4817)

食欲の秋、運動の秋、いろいろなイベントが開催される時期になりました。この楽しい時期に東富岡支部でも健康まつりを
院のおめに計画しています。ぜひお出かけください。



東富岡支部 健康まつり

日時：2024年10月24日(木) 13:00 ~ 15:30 (受付 12:30~)

場所：埼玉西協同病院 新館3階 会議室

参加費：無料



13:00~14:00

健康チェック：骨密度検査(無料) 握力測定 血圧測定

トルトによる歩行分析 看護師さんによる健康相談

14:10~15:30 学習会

「リズムにのってみんなでコグニサイズ

(認知症予防運動プログラム)」

講師：西協同病院 理学療法士 福田優太さん

* 定員30名ですので、事前の申し込みをお願いいたします

お近くの運営委員か、武田 (04-2942-4817) まで

* 当日、体調が悪い方はご遠慮ください

* マスクの着用をお願いいたします

* ささやかですが、おみやげを用意いたします

自分の健康習慣をみつめなおしてみませんか。(30日間記録できます)
「ヘルス・チャレンジ記録用紙」を10月24日の健康まつりにお渡しします。

「事業所健康まつり」のご案内



月日 11月3日(日) 10:00 ~ 14:00

会場 埼玉西協同病院 (駐車場, 新館)

フリーマーケット, ワークショップ, 健康相談, 飲食屋台
子ども体験イベント, 野外ステージ発表 など盛りだくさんです。

野外ステージ発表

午前 — ギター・ピアノの演奏, 民族舞踊 など

午後 — 少林寺拳法演武披露, 金管バンド
民族舞踊, 歌声広場 など

変更もあります。

東富岡支部 — バザーで参加します。(会場は院内です)

とにかく楽しいイベントです。お預り募金募集中(200円)

● 11月28日(木) 健康づくり体験会 → 航空公園野外ステージ
エコーみらいとの共催 (くわしいことは次回号決定)

イベントのお知らせ



△ トコロン元気百歳体操

毎週月曜日 13:30 ~ 西協同病院新館1階「ゆるっと」

△ ゆるっと市

10月9日(水) 10:30 ~ 12:30 (EJバック必要)

△ さくらめ・キヲ(多世代食堂)ランテイクアウト

10月12日(土) 12:00 ~ 13:00 埼玉西協同病院 (売店のとなり)

大人300円, 子ども100円, 定着100名(要予約)

申し込み 10月13日 電話受付開始 上村(070-2754-7354)

△ フタバのカーネ 10月25日(金) 14:00 ~ 15:30 さくらめホール

参加費 100円