

# まちなか保健室

まちなか保健室には、看護師や保健師がいます。  
ちょっと気になる健康や介護のことを  
気軽に相談してみませんか。

毎週火曜日 ポンツリーカフェの一角をお借りして  
保健室を開設しています

3月(火)は 3/5、3/12、3/19、3/26

10:30～15:00 相談無料 (飲み物・駐車場有料)

●第1、3、4週 10:30～11:30 は健康教室(講話)もやります!

3/5 『チェアヨガを体験してみよう!』

ストレッチホリック 安喰

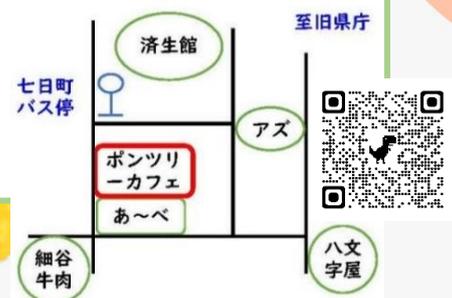
3/19 『知って備える介護保険その3 在宅サービスの概要』

暮らしの保健室やまがた 大竹

3/26 『ハンドマッサージでリフレッシュ!』

暮らしの保健室やまがた 高瀬・多田、他

SUKSKポイント500



●カフェは通常通り営業しております。

看護師や保健師がおりますのでお声がけください。

●病院や地域包括支援センターなどと連携し、地域の皆様を支援する窓口です。

●地域の医療、介護などの情報を提供いたします。

●血圧測定もできます。

場 所：Pont tree cafe(ポンツリーカフェ)内

(山形市七日町1-1-1 子育てランドあ～べ隣)

連絡先：暮らしの保健室やまがた(保健・医療・福祉の専門職ボランティア)

HP：<https://kurahoygt.wixsite.com/home>

メール：[kuraho.ygt@gmail.com](mailto:kuraho.ygt@gmail.com)

協 力：認定NPO法人やまがた育児サークルランド