

元ちゃん保健室

場所：元ちゃんハウス3階
金沢市石引4-4-10

参加無料
予約不要

- ・地域にお住いの方々の暮らしや健康医療などの相談を看護師・歯科医師・管理栄養士などがお受けします。
- ・どなたでも自由に参加できます。
- ・毎回イベントもあります（詳細は裏面へ）

開催日時

13時30分～16時

2018年11月20日（火）

11月24日（土）

2019年 1月29日（火）

3月19日（火）

団体・医療機関・企業等・地域の皆様、ちょっと元ちゃんハウスをのぞいて見たい方大歓迎です。

問い合わせ

Tel / Fax (076) 232-5566
(Tel 平日11時～15時)

または Mail : info@gmk.or.jp

アクセス：金沢駅東口から「東部車庫行」小立野経由
北陸鉄道バス停「石引町」下車 徒歩1分

HP: <https://gmk.or.jp/>

Facebook: <https://www.facebook.com/gmk20/>

平成30年度石川県高度・専門医療人材養成支援事業



元ちゃんハウス

特定非営利活動法人 がんとむきあう会
後援：石川県栄養士会・北國新聞社

元ちゃん保健室

場所：元ちゃんハウス3階
13時30分～16時

参加無料
予約不要

| | 開催日 | 内 容 および 講 師 |
|--------|---|--|
| 1 回 | 11月20日 (火) 13時半～14時 ミニ講話 測定は16時まで | <p>みんなの健康サロン「海風」代表、みんなの保健室室長、キャンサスわじま代表</p> <p>講師：中村悦子氏</p> <p>先着5名様まで1項目無料 血糖値、脂質等1項目500円で測定できます。 無料で血管年齢など測定できます</p>  |
| 2 回 | 11月24日 (土) 13時半～15時 ワークショップ | <p>NPOつながる地域推進ラボ代表 コミュニティ・ソーシャルワーカー</p> <p>講師：米田洋氏</p> <p>「100歳大学」</p> <p>人生100年時代を生き抜くための誰も教えてくれなかった生ききる方法を学べます！</p>  |
| 3 回 | 1月29日 (火) 13時半～14時半 体操 | <p>日本レクリエーション協会レクインストラクター (公社) 日本3B体操協会指導士</p> <p>講師：西村智子氏</p> <p>参加する方は、体操しやすい服装でお越しください</p> |
| 4 回 | 3月19日 (火) 13時半～14時半 講話 | <p>金沢医科大学病院 呼吸器内科学 金沢医科大学睡眠医学センター副センター長 女性総合医療センター</p> <p>講師：藤本由貴氏</p> <p>「眠りがよくなる睡眠の知識」</p>  |