

「暮らしの処方箋」 イベント予定(5/16現在)

主催：ヨガBeyond荻窪教室

★ 6月11日(火) 10:00~10:30

「膝や腰が痛くてもOK! かんたん椅子ヨガ体操」(参加費:540円 税込)

★ 6月11日(火) 11:00~12:00

「マインドフルネス入門 脳の疲れをリセット!」(参加費:1080円 税込)

★ 7月9日(火) 10:00~11:30

「香りを取り入れて深呼吸 アロマスプレー作りとストレッチヨガ」

(参加費 ※材料費込 1620円 税込)

【問い合わせ・申し込み先】

TEL 03-4405-4512/E-mail beyond@yoga-beyond.jp

主催：杉並保健所健康推進課

★ 6月8日(土) 10:00~13:00

女性のための健康づくり すぎなみ美活club

第5回健康講座 (参加費:無料)

【問い合わせ・申し込み先】

杉並保健所健康推進課 TEL 03-3391-1355

主催：社会医療法人 河北医療財団

★ 7月20日(土) 13:30~14:30

【河北健康教室】とても気になる「子宮系疾患」について

【問い合わせ・申し込み先】

社会医療法人 河北医療財団 広報課(月-金 9:00-17:00 ※祝日除く)

TEL 03-3339-5724/E-mail kawaken@kawakita.or.jp

主催：河北家庭医療学センター(公益財団法人 在宅医療助成勇美記念財団助成事業)

★ 7月23日(火) 10:00~11:30

第2回看取り経験を語る会

「自宅で最期を迎える」~向いている人、向いていない人~(参加費:無料)

【問い合わせ・申し込み先】

社会医療法人 河北医療財団 広報課(月-金 9:00-17:00 ※祝日除く)

TEL 03-3339-5724/E-mail kawaken@kawakita.or.jp

主催：和~nagomi~(地域で活躍する助産師さんの会)

★ 7月24日(水) 10:00~12:00

ママの心も体も和むお出汁cafe&抱っことおんぶ教室

~一緒に食べよう一緒に笑おう~

(参加費:1500円 税込)

【問い合わせ・申し込み先】

E-mail nagominowa38@gmail.com



社会医療法人 河北医療財団 河北家庭医療学センター
暮らしの処方箋

〒166-0004 杉並区阿佐谷南1-16-8 ISM ASAGAYA 8階

※1階ココカラファインのビルです

阿佐ヶ谷駅より徒歩7分、南阿佐ヶ谷駅より徒歩1分



社会医療法人 河北医療財団

河北家庭医療学センター