

# 「暮らしの処方箋」 イベント予定(6/20現在)

**主催：ヨガBeyond荻窪教室**

★ 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  
簡単ストレッチ椅子ヨガ」 (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



講師:田内 渚  
ヨガBeyond荻窪教室 代表

**主催：生活協同組合 パルシステム東京**

★ 7月18日(木) 10:30~12:55

大人の部活へようこそ! 『遊びごころde音読』 (参加費 無料)  
～好きなように読んで楽しむ@大人の音読タイム～

【申し込み先】パルシステム東京ホームページよりお申込み下さい。

<http://www.palsystem-tokyo.coop>

【問い合わせ先】

パルシステム東京 組合員活動サポートライン (月-金 9:30-17:00)

TEL: 03-6233-7607/E-mail: paltokyo-call@pal.or.jp



前回の様子



**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】 (参加費 無料)

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



講師:河北総合病院  
産婦人科部長 三島みさこ医師

**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 ※赤ちゃん無料、お土産付)

【問い合わせ・申し込み先】

E-mail nagominowa38@gmail.com



イメージと異なることがあります

**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)

大好評につき、追加講演決定! 第2回 7/23(火)に参加できなかった必見!

★ 8月6日(火) 10:00~11:30

第3回 看取り経験を語る会 (参加費 無料)

「自宅で最期を迎える」～向いている人、向いていない人～

【問い合わせ・申し込み先】

河北家庭医療学センター (月-金 9:00-17:00 ※祝日除く)

TEL 03-5913-9214/E-mail kurashi@kawakita.or.jp (セミナー名・名前)



講師:講師 田辺 鶴瑛氏



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