

【日時】 第1金曜日 15:30～17:00（時間中ご自由にお越しください、飲み物を用意しております）

第3火曜日 14:30～16:00（イベントがありますが見学のみも、個別相談も大歓迎）

【場所】 首都大学東京 荒川キャンパス 食堂

【問い合わせ】 首都大学東京 健康福祉学部 看護学科 島田 恵（電話：03-3819-1211 代表）

★スケジュールは変更・中止となる場合があります

回	日にち	時間	イベント
1	4月 5日（金）	15:30～17:00	健康相談・暮らしの相談会 みなでおしゃべりでも、個別に相談でも、ご自由にどうぞ。
2	4月 16日（火）	14:30～16:00	「どうしても捨てられない物」教えてください！ あなたのどうしても捨てられない物を <u>1つだけ</u> お持ちください。 捨てられない理由や思い出を教えてください。
3	5月 10日（金）	15:30～17:00	健康相談・暮らしの相談会 みなでおしゃべりでも、個別に相談でも、ご自由にどうぞ。
4	5月 21日（火）	14:30～16:00	もしもの時のための「もしバナゲーム」 もし人生最期の時がきたら、その時私が一番大切にしたいことは？…カードゲームをしながら楽しく考えます。 <u>男性を1人連れて来てくれた女性</u> には、指先で呼吸の機能を測定するサービス付き！
5	6月 7日（金）	15:30～17:00	健康相談・暮らしの相談会 ご自由にお越しください！
6	6月 18日（火）	14:30～16:00	香りを生活に取り入れよう！～アロマ体験～ アロマセラピストが“生活に役立つアロマ活用術”をお教えします！さらに、アロマ虫除けスプレー作りもできます。育児中のヤングファミリーには、リフレッシュにハンド or フットマッサージ無料体験施術ができます（先着 10 名様）。
7	7月 5日（金）	15:30～17:00	健康相談・暮らしの相談会 どんなお話しでもどうぞ！
8	7月 16日（火）	14:30～16:00	ハンドマッサージ体験 手のひらのツボをマッサージしながら自分でできる簡単リフレッシュ法を体験してみましよう。
9	9月 6日（金）	15:30～17:00	健康相談・暮らしの相談会 どんなお話しでもどうぞ！
10	9月 17日（火）	14:30～16:00	がんのことお話しします！ 日本人の2人に1人ががんになる時代…その時の対処法などいろいろなことを知ってみましよう。 <u>誰か誘って来てくれた方</u> には、指先で呼吸の機能を測定するサービス付き！