



看護学科の教員と病院の看護師が、「暮らしの保健室」を始めました！お困りごとやちょっと聞いてみたいことなど、どなたでも気軽にご相談いただける場所です。下記の日程でイベントも開催予定です。この時間中ご自由にお越しください。お待ちしております！

【場所】首都大学東京 荒川キャンパス 食堂または体育館

※企画は変更・中止になる場合があります

下半期スケジュール

回	日にち・時間・企画	内容
11	10月4日(金) 15:30~17:00 “健康と暮らしの相談会”	看護師がどんなお話も伺います！お気軽にお越しください。
12★	10月18日(金) 14:30~16:00 “ポートレート撮影会” (先着20名)	“今の私”を写真に写しておきませんか？いつものメイクや好きな装いで、どうぞお越しください。スマホで撮ったお顔の写真を1枚プリントしてお渡しします(無料)。ご自分のスマホをお持ちの方は、お持ちください！お持ちでない方は、なくても大丈夫です。
13	11月1日(金) 15:30~17:00 “健康と暮らしの相談会”	看護師がどんなお話も伺います！お気軽にお越しください。お待ちしております。

★初めてご参加の方と2名様以上でご来場いただいた方には、粗品を進呈します



14★ 	11月15日(金) 14:30~16:00 “ミニテニス” (開始前に体調を確認します)	体育館でスポンジボールを使った“ミニテニス”をします。軽く身体を動かしたい方どうぞ。 <u>運動できる靴(上履き)、飲み物、汗を拭くタオル</u> をお持ちください。
15	12月6日(金) 15:30~17:00 “健康と暮らしの相談会”	看護師がどんなお話も伺います！お気軽にお越しください。お待ちしております。
16★	1月17日(金) 14:30~16:00 “捨てられないもの教えて”	どうしても捨てられないもの、ありませんか？ <u>1つお持ちいただき、捨てられない理由を聞かせてください。</u>
17★	1月31日(金) 14:30~16:00 “アロママッサージ”	看護師免許を持つアロマセラピストによる腕のマッサージです。アロマの香りに癒されながらリラックスタイムをどうぞ。(先着順)
18	2月7日(金) 15:30~17:00 “健康と暮らしの相談会”	看護師がどんなお話も伺います！お気軽にお越しください。お待ちしております。
19★	2月21日(金) 14:30~16:00	2月の企画は、決まり次第お知らせします！お楽しみに！
20	3月6日(金) 15:30~17:00 “健康と暮らしの相談会”	健康と暮らしに関するどんな相談でも看護師が伺います！どうぞお越しください。

★初めてご参加の方と2名様以上でご来場いただいた方には、粗品を進呈します

【メンバー】私達が「保健室」の看護師・保健師・助産師です！



岡本有子



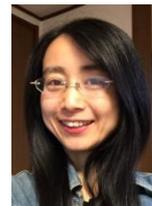
木村千里



坂井志織



福井里美



増谷順子



石井佳子

【問い合わせ】首都大学東京 健康福祉学部
看護学科 島田 恵(准教授)
電話:03-3819-7204
メール:megumi@tmu.ac.jp



私も

看護師です！