

◆フラザだより 10月号 ◆

お薬相談会

10月からリフレッシュフラザで、
お薬相談会を始めます！
毎月第3木曜日に開催！
10月は10/21 13:30～17:30
薬についての疑問や、お困りのことがあれば、
是非ご相談ください！
使用しているお薬やお薬手帳があれば
お持ちください。

大人のスイムレッスン ～アドバイス編～

毎週 火・水・木 13:00～14:00
個々のレベルに合わせて、上達のポイントを
アドバイスいたします！
どの泳ぎ方でもオッケー♪
1時間 / 定員5名 / 1020円

10月のイベント予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						
3	4	5	6	7	8	9
	休館日	健康相談		家族介護 健康相談 スル-リンパ体操		おもちゃの病院
10	11	12	13	14	15	16
アクアトレーニング	休館日	藤工芸 健康相談	相続・遺言相談会	リズムウォーク 健康相談	水墨画教室	
17	18	19	20	21	22	23
フリットレ 太陽礼拝	休館日	健康相談	水中ヨガ	お薬相談		プールでHiIT
24	25	26	27	28	29	30
リズムウォーク	休館日	健康相談	お香教室	健康相談		
31						

ホッと

余熱生活

～2階とどまること～

2階には浴場・トレーニング室以外にも...



囲碁・将棋 (栄養指導室にて)



健康相談

毎週火・木曜(祝日除く)
【10:00～14:00】
血圧をはかって記録したり
健康についてのお悩みなど
看護師さんに相談できます！



お薬相談 NEW

毎月第3木曜
【13:30～17:00】
10月から開始！
薬剤師さんに
お薬についての疑問や悩みを
相談しよう！



是非、ご利用ください！