

体力チェック

バランス能力、歩く速さ、脚の筋力テストで、ご自身の身体の状態をチェックしてみませんか？
また、65歳以上の方には自分の生活や健康状態を振り返るチェックリストを用意しています。理学療法士・作業療法士が今後の健康づくりに役立てるアドバイスをさせていただきます！
自身の健康を再確認してみましょう！

クッキング講演

簡単ワンパン★クッキング

🍁秋の食材で栄養満点🍁

フライパン1個とクッキングシートを使い30分で5品作成！

14:30～ 開始

【献立】

- ① 鮭のきのこ蒸し
- ② 茄子のしらす和え
- ③ 南瓜サラダ
- ④ ゆで卵
- ⑤ 味噌汁

縁 日

- ☆ ヨーヨー釣り
- ☆ ペットボトル的当て
- ☆ 輪投げ
- ☆ 工作

お子さんたちに大人気の縁日の屋台をご用意しました。
親子、お友達同士、皆さん盛り上がる事間違いなし！

出張パン屋さん

生田駅近くのパン屋さん「アークベーカリー」が今回のイベントに登場！

種類豊富な美味しいパンをぜひお楽しみ下さい。



スタンプラリー

出し物を回り、スタンプを集めて素敵な景品をゲット！

外来受診だけではあまり分からない
鶴川記念病院、
鶴川リハビリテーション病院
をもっと知って下さい！

ミニステージ

子供たちによる
スペシャルステージです！
かわいい子供たちがフラダンスを披露します。

15:00～ 開始

ご覧になったみなさんに
元気とほっこり、
お届けします。



【おねがい】

イベントに参加されるみなさまへ

- ・ 院内では不織布マスクの着用をお願いします。
- ・ 当日及び2～3日以内に発熱や風邪症状、下痢症状など体調不良のある方は、参加をご遠慮下さい。
- ・ 小さなお子さまとご参加される方は、お子さまから目を離さないようお願いします。