いつまでも元気に！

お風呂での事故を防ぐお話

～健康と介護のことをみんなでお話ししましょう～

聞くだけでも大歓迎！
気軽にお越し下さい！



第１部 14:00～14:20

お風呂での事故を防ぐお話

- ヒートショックの予防
- 安全な入浴のコツ
- お湯の温度・時間



第２部 14:20～15:00

健康や介護の気になること相談会

- 心配事やモヤモヤ吐き出しませんか。

秘密厳守



第３部 15:00～15:15

整体師によるさするマッサージ

- 今日からお家でもできるさするマッサージをお伝えします。



日時 令和8年12月3日（木）
14:00～15:15

会場 阿南町化石展示館
（阿南温泉かじかの湯 敷地内）



参加費 無料

定員 20名程度（先着順）

対象 どなたでもご参加いただけます
（ご家族・ご友人もどうぞ）

お申し込みは、
下記までご連絡下さい。
080-4778-1018（西島）



主催：ナースコンシェルジュ

代表　西島 友美（看護師）

病院付き添い受診サポート
医療・介護相談

るあな

渡邉 由加里（介護福祉士・整体師）

海水ミネラル温熱・整体