

# 地域交流サロン「弁天よって」

地域の皆さんのふれあい・交流の場として、  
弁天町会館を開放します。



10月21日(金)

11:00 ⇨ 16:00

弁天町会館 (22-5053)

お友達を誘ってのお茶会など、都合の良い時間帯に、ご自由に利用下さい。  
友人は他町会の方でもOKです。  
飲み物は会場にご用意していますので、  
皆さんお気軽にどうぞ。

当日の企画 健康セミナー 13:30~14:30

## 「元気に過ごすためのあれこれ」

～ これまでの看護の経験から伝えたいこと～

講師 函館市医療・介護連携支援センター  
看護師 近藤 純香 さん

- ◆コロナ禍で体力・気力が低下し、自宅にこもりがちの方が少なくないといえます。
- ◆今回は、長く地域医療に携わる近藤看護師に、地域で元気に過ごすためのヒントや、もしもの時の対処法などを、あれこれお話いただきます。  
近藤看護師から“元気パワー”をもらいましょう。

### お 願 い

- ◆入館時、手指のアルコール消毒をお願いします。
- ◆マスクは忘れずに着けて下さい。
- ◆微熱があるなど、体調がすぐれない時は、参加を見合わせて下さい。

### 次回健康セミナーのお知らせ

日 時 11月21日(金)  
13:30~14:30  
テーマ 未定