

わたぼうし通信

新春号



あけましておめでとうございます。

みなさま、お正月はどのように過ごされましたか？

今年も健康に過ごせますように、みなさまと楽しめる

ようなイベントや健康についての情報を発信していきたい
と思います。

次ページは昨年11月に行われたイベントの様子です♪

写真は兵庫大佛様です。

日本三大仏に数えられており、
兵庫区にある能福寺の境内にお
られます。大きいですね～(^。^)

2025年11月15日に「わたぼうし30周年の集い」が行われました。たくさんの方に参加してくださりありがとうございました。

30年の間にはいろんなことがありました。これからも地域に根ざした看護を行っていききたいと思います。

集いの様子を少し、お伝えします。

第1部は腸活についてのお話でした。腸が健康であれば、インフルエンザもコロナも怖くないと思いました。合間でのカフェタイムではギターとピアノの演奏が楽しい時間でした。

第2部ではリハビリスタッフによるセルフケアも普段からできる体操でしたので、自宅でも継続していこうと思いました。

それでは次号でお会いしましょう

2026年1月15日

おかげさまで30年！

秋のひと時、健康についてお話しませんか？

わたぼうし30周年の集い

第1部 健康講座
「機能食品ってどう機能するの？」
～死ぬまで元気に生きる、を叶える腸活のために～
大澤 朗 先生
(神戸大学名誉教授・東北大学客員教授)
13:35～14:40

はっこりカフェタイム 14:45～15:00
ルミエールまるやま施設長 荻野さん、吉川先生による生歌、演奏
演目：いい日旅立ち・風

第2部 体のメンテナンス始めてみませんか？
～リハビリのプロが教えるセルフケア～
15:00～15:30

2025年11月15日(土)
受付：13:15 開演：13:30～15:45
場所：須磨パティオホール3階
※ テラシの裏に地図を載せています
参加費：無料 予約制100名まで

<お申込み> 訪問看護・リハビリステーションわたぼうし

☎ 078-741-5291

お申込みは、① 返信用はがき、② お電話、③ 右のQRコード
① ② ③のいずれかでお申し込みください。

主催：訪問看護・リハビリステーションわたぼうし
協賛：ケアマネステーションわたぼうし



須磨本部
☎ 078-741-5291

Nagata支所
☎ 078-742-8138

作成者M・S、T・K