

『まさか』の時も慌てないで

救急車?!迷ったら
「救急相談センター広島広域都市圏」
『#7119』又は☎『082-246-2000』へ



24時間いつでも看護師が症状を聞いて
緊急性を判断し、アドバイスや案内をしてくれます。

夜間の小児救急医療相談電話
受付時間 午後7時～翌朝8時
『#8000』又は☎『082-505-1399』へ



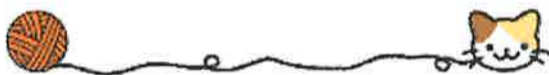
「朝まで様子を見ていい?受診?」迷ったら相談を。
看護師等がアドバイスをしてくれます。

もしかして詐欺?と思ったら
消費者ホットライン『#188(いやや!)』又は
広島市消費生活センター☎『082-225-3300』へ
開館 10時～19時
毎週火曜日と12月29日～1月3日はお休み



謹んで新春のお祝辞を申し上げます。
皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします
令和四年元旦

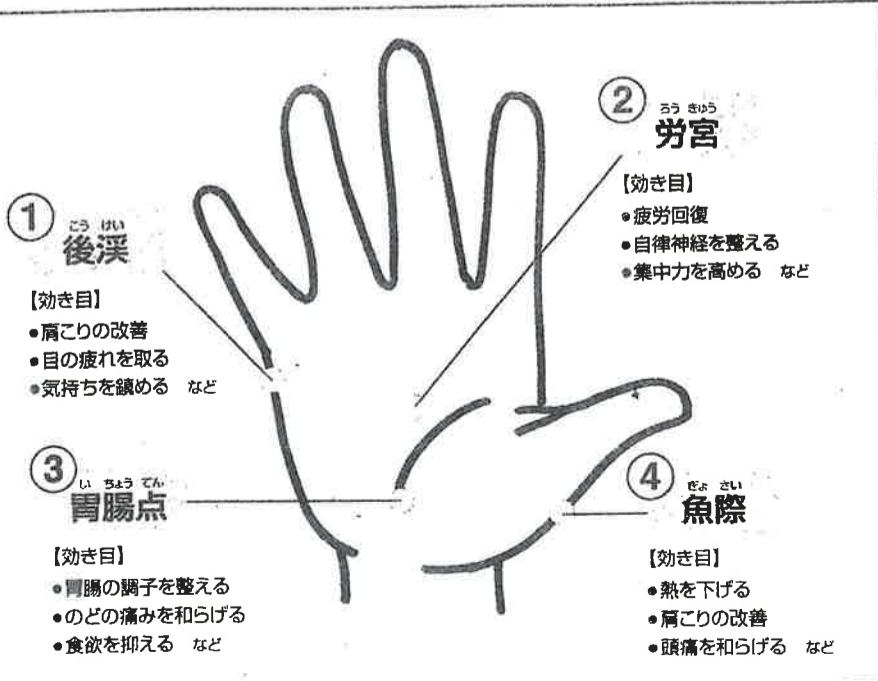
あけまして
おめでとう
ございます



寒い季節。からだ中縮こまっていますか?

手のツボを押してリラックス

「心地よい」と感じる強さで手のひらのツボを押しましょう。



ツボの押し方
親指の腹で3秒かけてゆっくり押し、3秒かけてゆっくり離します。

2022年 わいわいサロン

1月11日(火) 9:30～
中須集会所

転倒予防体操とおしゃべり
今年1年元気で過ごせるよう
笑い初め・喋り初めしましょうね



2月5日(土) 10:00～
山中宅

雛飾りを作ろう
3月のひな祭り開催が楽しみ♡
たくさん作って飾りましょう



2月8日(火) 9:30～
中須集会所

「介護保険制度と施設について」
地域包括支援センターの朝原氏に
最新の情報を教えていただきます。
興味のある方はぜひお越しください。



いきいきポイント押印

コロナ感染等の状況により中止することもあります