



★場所：吉島病院健康管理棟2F

★対象者：どなたでもお気軽にお越しください

★申込不要・途中出入り自由

★参加費：300円



4月17日（金）13：30～16：30



13：30～14：30 「認知症について」

認知症看護認定看護師 陶山祥子

14：30～15：30

「65歳からの健康教室～ストレッチとフェイスヨガ～」

ラジオ体操指導士 柳原享子



5月15日（金）13：30～16：30



13：30～14：30 「薬についての豆知識」

14：30～15：30

薬剤師 喜多智生

「おうちでできる簡単体操」

理学療法士 上満 咲



6月19日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「かかりやすい感染症と感染予防」



感染管理認定看護師 福原美輪子



14：30～15：30

「シニア椅子ダンス」

ダンス指導員 鈴木あつこ



各回、15：40頃より認知症ワンポイントアドバイス
認知症看護認定看護師

『みんなの保健室』を開設しています。（無料）
13：00～血圧・酸素飽和度・身長・体重
体組成測定（筋肉量評価、体脂肪評価・水分量、推定骨
量・基礎代謝量など） 医療、介護、福祉、認知症相談

主催：吉島病院 お問い合わせ先
吉島病院患者支援センター
TEL082-241-2167

※マスクを着用してお越し下さい



★場所：吉島病院健康管理棟2F

★対象者：どなたでもお気軽にお越しください

★申込不要・途中出入り自由

★参加費：200円



2月20日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「オカリナ演奏会」 井仁オカリナ合奏団

オカリナの演奏と一緒にうたいましょう



14：30～15：30 「詐欺被害について」

広島県警刑事課生活安全課 竹川氏



3月27日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「栄養と体組成バランス」

健康な体づくりの目やす

管栄養士 野間智美



14：30～15：30 「笑いヨガ」

のままりこ

4月17日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「認知症について」

認知症看護認定看護師 陶山祥子



14：30～14：30

「65歳からの健康教室～ストレッチとフェイスヨガ～」

ラジオ体操指導士 柳原享子



各回、15：40頃より認知症ワンポイントアドバイス
認知症看護認定看護師



『みんなの保健室』を開設しています。（無料）

13：00～血圧・酸素飽和度・身長・体重
体組成測定（筋肉量評価、体脂肪評価・水分量、推定骨量・基礎代謝量など） 医療、介護、福祉、認知症相談

主催：吉島病院 お問い合わせ先

吉島病院患者支援センター

TEL082-241-2167

※マスクを着用してお越し下さい



★場所：吉島病院健康管理棟2F

★対象者：どなたでもお気軽にお越しください

★申込不要・途中出入り自由

★参加費：200円



3月27日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「栄養と体組成バランス」

健康な体づくりの目やす

管栄養士 野間智美



14：30～15：30 「笑いヨガ」 のま まりこ

4月17日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「認知症について」

認知症看護認定看護師 陶山祥子

14：30～15：30

「65歳からの健康教室～ストレッチとフェイスヨガ～」

ラジオ体操指導士 柳原享子



5月15日（金）13：30～16：30

13：30～14：30 「薬についての豆知識」

薬剤師 喜多智生

14：30～15：30 「おうちでできる簡単体操」

理学療法士 上満 咲



各回、15：40頃より認知症ワンポイントアドバイス
認知症看護認定看護師



『みんなの保健室』を開設しています。（無料）
13：00～血圧・酸素飽和度・身長・体重
体組成測定（筋肉量評価、体脂肪評価・水分量、推定骨量・基礎代謝量など） 医療、介護、福祉、認知症相談

主催：吉島病院 お問い合わせ先
吉島病院患者支援センター
TEL082-241-2167

※マスクを着用してお越し下さい

介護者(家族)のための



認知症の方のご家族、要介護状態の方を
介護されている方
これから介護を受けることや介護をするこ
とが不安な方

日ごろの思いや、困っていること、相談したいこと、
知りたいこと等を食事をしながら語り合しましょう

参加費：500円（お茶・お弁当代込み）



日時： **2** / **26** **木**

11:00～13:00

前後30分健康相談・健康測定をおこなっています

場所：吉島病院健康管理棟2階

《事前予約要》

- ① **FAXでのお申し込み**（下記用紙にご記入下さい）
受信後、確認の電話をさせていただきます。
- ② **電話でのお申し込み**
下記 お問い合わせ先にご連絡ください。
- ③ **申し込み用紙の持参**（よつばカフェまたは
吉島病院入退院センターにご持参ください）



2月26日（木）開催

介護者・家族のための茶話会参加申込み

参加者氏名		年齢		電話番号	
参加者氏名		年齢		電話番号	

申し込み締め切り 2026年2月20日（金）

主催：吉島病院 お問い合わせ先
吉島病院患者支援センター 山本・石山
TEL 082-241-2167 (260)



★場所：吉島病院健康管理棟2F

★対象者：どなたでもお気軽にお越しください

★申込不要・途中出入り自由

★参加費：200円



12月19日（金） 13：30～16：30

13：30～14：30 「歌のミニレッスン・ミニコンサート」

ボイストレーナー・声楽家 平田 玉代
伴奏 友安 瑞恵



14：30～15：30 「知って得する介護・医療・福祉のお話」



吉島病院医療ソーシャルワーカー 市川琢磨
土谷居宅介護支援事業所光南所長 杉山美智江
ニュース居宅介護支援事業所所長 永田裕二

1月16日（金） 13：30～16：30

13：30～14：30 「リトミック」

～リラクゼーション・脳の活性化を図りましょう～

エレクトーン奏者・リトミック指導者 野崎景子



14：30～15：30 「シニア椅子ダンス」

ダンス指導員：鈴木あつこ

2月20日（金） 13：30～16：30

13：30～14：30 「オカリナ演奏会」

オカリナの演奏と一緒にうたいましょう

井仁オカリナ合奏団



14：30～15：30 「詐欺被害について」

広島県警中央警察署刑事課生活安全課

各回、15：40頃より認知症ワンポイントアドバイス
認知症看護認定看護師 陶山祥子

主催：吉島病院 お問い合わせ先
吉島病院患者支援センター
TEL082-241-2167

『みんなの保健室』健康測定・相談窓口も開設しています。（無料）

※マスクを着用してお越し下さい

「よつばカフェ」を継続していくための お願い

「よつばカフェ」の
チームの一員になって
くださる吉島地域の方を
募集しています

ボランティア 募集中



- ①準備・後片付け・配布物・席の案内等をしてくださるボランティアの方（1つでも、出来る時のみでも良いです）
- ②「よつばカフェ」の企画の会義（年1回）にも参加していただき、一緒に「よつばカフェ」の運営に携わってくださる方

※興味のある方は「よつばカフェスタッフ」にお声掛けください

