



## にしぼりカフェ ～冬に向けた肌荒れ対策～

いつまでも住み慣れたまちで安心して暮らせる地域づくりとして、“誰もが気軽に集える場”を目指して開催します。

西堀病院の専門職からのアドバイスを受けながらマシン運動をしたり、おしゃべりを楽しみませんか。今回のテーマである『肌荒れ対策』のお話だけでなく、介護に関する相談も受けられます。興味のある方は年齢問わず誰でも参加できます。お気軽に参加ください。

### 【日時】

2019年11月16日(土) 10時～12時(参加費は無料です!)

### 【会場】

西堀病院 通所リハビリテーション室(函館市中道2-6-11)

### 【内容】

①プチ講話「冬に向けた肌荒れ対策について」

講師：西堀病院 副看護師長 荒本明子

(皮膚・排泄ケア認定看護師)

②通所リハビリテーションのマシンを使った運動

(上靴をお忘れなく!)

③おしゃべりタイム

**保湿クリームの無料  
サンプルもあります!**

**※肌の水分チェックも行えます!!**

**11月13日(水)までお申込ください!**

定員：25名(先着順)

お問い合わせ、申し込み先：函館市地域包括支援センター西堀

**電話 52-0016** (担当：福永)

共催：西堀病院、函館市地域包括支援センター西堀

函館市地域包括支援センター神山