

キラリ☆ふれあい広場

毎週火曜日午前中は星総合病院へGO！

コロナウイルスの影響で中止となる場合があります。
開催の有無はホームページ、フェイスブックをご覧くださいか
電話にてお問い合わせ下さい。
ほしの庭あおぞら市につきましては当面見合わせます。
(024-983-5246)

■ ■ みんな

場所：リハビリ
座りな

中止 します

■ ■ 30分

場所：その道

12日

爪のミ

皮膚科



健康官埋メンター保健師


食事について

管理栄養士



■ ■ オレンジカフェ☆キラリ 11:00~12:30

今月は12日、26日

場所：メグレスホールホワイエ  予約不要、参加費200円（飲み物・お菓子代）
郡山市委託事業の認知症カフェです。

悩みを相談したい方、お話しを楽しみたい方、初めての方やお独りでも大丈夫！
専門職が対応します。どなたでもお気軽にご参加ください！





ほし横塚クリニック 医師 星 吾朗

毎日、新型コロナウイルス感染症のニュースばかりですね。

例年であれば、4月後半から5月上旬にかけてのゴールデンウィーク期間中に国内外へ旅行する方も多いと思いますが、今年はそうもいきませんね。

「五月病」とは連休明けに登校したくない、出勤したくない、なんとなく体調が悪い、授業や仕事に集中できないなどの状態を総称して呼びます（注：五月病は病院などで使われる正式な病名ではありません）。五月病は、主にストレスが原因で起こります。進学や就職、転居などで新しい環境に変わる人が多い新年度は、特にストレスが溜まりやすい時期ですが、今年は新型コロナウイルスの影響でストレスを抱えている方も多いと思います。もう五月病なのか何月病なのかわかりませんね・・・

ストレスがあると減入ってしまって、やる気が出ない、食欲が落ちる、眠れなくなるなどの症状が現れることがあります。そのような症状が続く場合には、かかりつけの医師に相談しましょう。

無料で健康相談チェック！

毎月第3火曜日、皆様が健康で毎日を送るキッカケづくりとして、様々な測定や健康相談を無料で行っています。どなたでもご参加できます。

【日時】 5月19日（火）
10:30～11:30

【場所】 1階外来待合ブース

【内容】 血圧・血糖・握力測定・運動方法の相談
健康相談・栄養相談・口腔ケアの相談など

※都合により内容が変更になる場合がございます



若年性認知症相談窓口

●相談電話番号
024-983-8406

●相談日：月曜日～金曜日
(年末年始を除く)

●時間：午前9時～午後5時



来所の場合は
事前にご連絡下さい。

毎月第1・第3火曜日は キラリ☆太極拳クラブ

【場所】 かがやき健康館2階

【時間】 11:10～12:10

【会費】 1回のみ参加 800円
会員証5回券 3,000円
会員証10回券 5,000円




5日はすべての
イベントがお休みです



【お問い合わせ先】



 公益財団法人星総合病院 認知症疾患医療センター・総合相談課 在宅事業部事務局 渋谷・橋本

〒963-8501 郡山市向河原町159-1 電話：024-983-5246 (直通)