

らくらく😊



足腰倶楽部



地域で元気!! いつまでも自分の足で歩きたい!

【予約制】 13:30~14:15 **定員 15名** (先着順)

【場所】 府中多摩川通り住宅「いこいの広場」
(是政 5-19-1)

【講師】 LIC 訪問看護リハビリステーション
理学療法士 糟谷明範氏

【参加費】 無 料

【持ち物】 **マスク**・自己健康チェック表・筆記用具
飲み物(水分補給用)

【対象】 府中市民で概ね65歳以上の方が対象です。
自己健康チェック表で該当項目が無い方



開催予定 ※感染拡大防止により中止となる可能性があります。(R4.3.31付)

令和4年	5/18(水)	6/9(木) (予約開始 6/1)	7/14(木) (予約開始 7/4)
	9/8(木) (予約開始 9/1)	10/13(木) (予約開始 10/3)	11/10(木) (予約開始 11/1)



【お問合せ】 府中市地域包括支援センターこれまさ
☎042-314-0451 (担当:ふるはた)

【氏名】

【電話】

【住所】

健康自己チェック項目(令和 年度)

体温(自宅でチェック!)

① 咳やくしゃみ風邪症状が続いている

② 過去48時間以内に発熱などの症状があった

③ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさがある

④ 痰、胸部不快感がある

⑤ 味覚・嗅覚の違和感

⑥ 新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触

⑦ 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要な国、地域への渡航者、並びにその方との濃厚接触

マスクの着用!お願いします。
いつも感染予防対策にご協力いただき
ありがとうございます!



※体調チェック項目、①~⑦の(有・無)を下記の表に必ず自宅でご記入、ご自身の体調チェックをお願いします。

※37.5℃以上、平熱より1℃以上高い場合、以下の事項に該当する場合は参加をご遠慮ください。

日付	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
①	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
②	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
③	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
④	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
⑤	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
⑥	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
⑦	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無
職員チェック							

