

## 平成25年度市民健康教室 年間予定表

| 開催日時                  | 演 題                                   | 講 師                             |
|-----------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| 4月18日(木) 15:00~16:00  | ストレスと病気                               | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 5月30日(木) 15:00~16:00  | 糖尿病について                               | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 6月13日(木) 15:00~16:00  | 排泄(便秘解消)                              | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 7月26日(金) 14:00~15:00  | 転倒予防                                  | 中村 淳                            |
| 9月27日(金) 14:00~15:00  | 脳卒中について                               | 院 長<br>後藤 恒夫                    |
| 10月10日(木) 15:00~16:00 | サルコペニアを予防しよう                          | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 10月25日(金) 14:00~15:00 | 転倒予防                                  | 中村 淳                            |
| 11月14日(木) 15:00~16:00 | 乾燥肌予防                                 | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 12月27日(金) 14:00~15:00 | 検診の受け方<br>(先進医療 陽子線について)              | 南東北病院                           |
| 1月 9日(木) 15:00~16:00  | 良眠のすすめ                                | 総合診療科 医師<br>樋口 健弥               |
| 1月24日(金) 14:00~15:00  | 転倒予防                                  | 中村 淳                            |
| 2月21日(金) 14:00~15:00  | 茶話会(健康について話し合しましょう)<br>低コレステロールのお菓子作り | 看護管理マネージャー 菊池富士子<br>管理栄養士 田口美智子 |
| 3月28日(金) 14:00~15:00  | 医療費 社会資源について                          | ソーシャルワーカー                       |

- \* **参加費は無料です。**どなたでも参加できます。
- \* **会場は当施設の5階会議室です。**案内が必要な方は受付へお声かけください。
- \* 毎回、健康チェックとして血管年齢、骨密度、血圧、体脂肪の測定を行います。
- \* 曜日が変更になっておりますのでご注意ください。  
なお、木曜日と金曜日では開始時間が異なります。
- \* **都合により変更する場合があります。ご了承ください。**



健康教室についてのお問い合わせは

南東北春日リハビリテーション病院 ☎ 0248-63-7299