

平成30年度

受講料無料

いきいき健康づくり教育講座

テーマ「医療と福祉」

全8回

場所：荒尾市医師会館 荒尾市宮内 1092-18

時間：午後1時30分～3時30分



開講式

第1回 10月4日(木)

午後1時30分～3時30分

- ① 食事で生活習慣病予防大作戦!!
- ② フレイル・サルコペニア予防のための食事

熊本県栄養士会有明地域事業部

- ① 古賀 愛 先生 (荒尾市民病院 管理栄養士)
- ② 松永 裕子 先生 (荒尾市民病院 管理栄養士)

第2回 10月11日(木)

午後1時30分～3時30分

がん検診 (胃がん・大腸がん) のススメ

荒尾市医師会

鴻江 勇和 先生 (新生翠病院 理事長)

第3回 10月18日(木)

午後1時30分～3時30分

- ① あなたはよく眠れていますか? 不眠のいろいろ、最新の睡眠導入剤の話題
- ② 双極性障害及びうつ病と治療薬

荒尾市薬剤師会

- ① 寺田 久美子 先生 (倉永病院 薬剤師)
- ② 倉八 寛之 先生 (荒尾こころの郷病院 薬剤師)

第4回 10月25日(木)

午後1時30分～3時30分

在宅老年者の口腔ケア

荒尾市歯科医師会

工藤 由朗 先生 (工藤歯科医院 院長)

第5回 11月1日(木)

午後1時30分～3時30分

笑いヨガ

熊本県看護協会有明支部

立石 祐子 先生 (荒尾市民病院 看護師長)

第6回 11月8日(木)

午後1時30分～3時30分

自分の体は自分で守る～はじめよう!! 貯筋体操～

荒尾市社会福祉協議会

白倉 有希 先生 (介護予防支援事業 指導員)

第7回 11月15日(木)

午後1時30分～3時30分

腎臓病のお話

荒尾市民病院

藤江 康行 先生 (荒尾市民病院 腎臓内科部長・腎センター長)

第8回 11月22日(木)

午後1時30分～3時30分

フレイル予防でのばそう!健康寿命!

熊本県理学療法士協会県北ブロック

本多 功二郎 先生 (荒尾市民病院 主任理学療法士)

閉講式

お申込み方法

9月28日(金)までに荒尾市保健センター(☎63-1133)にお申込みください。当日、会場でもお申込み可能です。 ※希望する講座のみの受講も可能です。

