

参加無料

平成 29 年度 高知赤十字病院

「いきいき健康教室」

当講座は、「健康でいきいき暮らす」ために知っておきたいこと、できることを専門の講師が分かりやすくお話しします。さらに、健康・栄養・医療に関する様々な相談コーナーや、季節や健康に配慮した試食コーナーもあります。どうぞお気軽にご参加ください。

開催場所：高知赤十字病院
南館 1 階 待合ロビー

開催日時：毎月第三水曜日
※祝日の場合は翌平日
14：00～15：00

対象者：地域住民の皆さま、
外来・入院患者さま



平成 29 年度 講座年間スケジュール

開催日	テーマ	実技	講師
4月19日(水)	生活習慣病の予防		健診部 看護師
5月17日(水)	認知症予防のために！ ～脳力グッとアップ教室～	●	作業療法士
6月21日(水)	こころの健康について		臨床心理士
7月19日(水)	熱中症、人ごとだと思いませんか？		救急看護認定看護師
8月16日(水)	楽しく有酸素運動！ ～体に優しい運動療法～	●	理学療法士
9月20日(水)	誤えん性肺炎ってなに？		摂食・嚥下障害看護認定看護師
10月18日(水)	がんについて知っておきたいこと		がん看護専門看護師
11月15日(水)	応急手当を学ぼう	●	救急看護認定看護師
12月20日(水)	医療費はいくらかかるの？ ～知って安心！療養生活～		社会福祉士
1月17日(水)	食生活を見直してみよう		管理栄養士
2月21日(水)	糖尿病の合併症を体験してみよう	●	糖尿病看護認定看護師
3月22日(木)	おくすりの話		薬剤師